



Қарағанды Мемлекеттік Медицина Университеті
Психология, психиатрия және наркология кафедрасы

СӨЖ

Тақырыбы: "Зейіннің физиологиялық ілімдері"

Орындаған: Мукашева Н.М

Тексерген: Жакишева Г.С

Қарағанды 2011





Жоспар

I Кіріспе

II Негізгі бөлім

1.Зейін туралы түсінік

2.Зейіннің психологиялық теориялары

3.Зейіннің негізгі түрлері, қасиеттері

III Қолданылған әдебиеттер





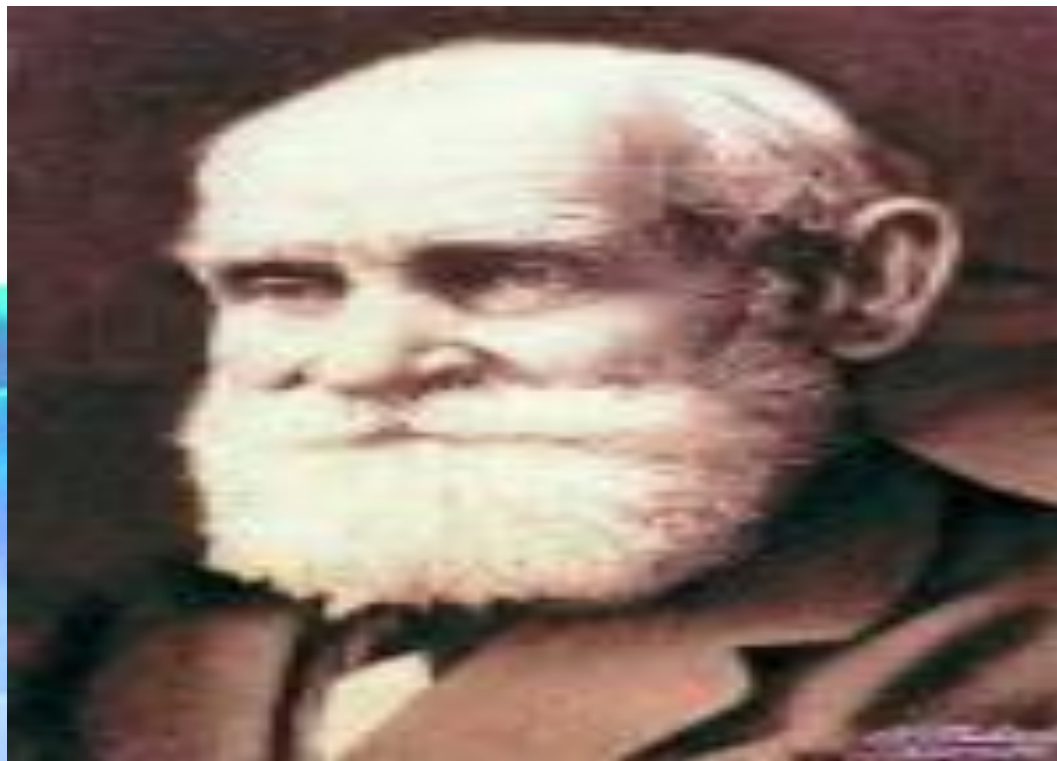
Зейін — адам санасының белгілі бір затқа бағыттала тұрақталуын көрсететін құбылысты. Дәлірек айтқанда, *зейін дегеніміз айналадағы объектілердің ішінен керектісін бөліп алып, соған психикалық әрекетімізді тұрақтата алу*. Мысал келтірейік. Оқушы математикалық есептер шығарып отыр. Ол бұған соншама үңілген, мұнысы психикалық кейпінен жақсы көрінеді (бала көзін қадайды, шұқшия үңіледі, демін ішіне тартады т. б.). Оқушы есептің шығару жоспарын ойлайды, оның бірінен кейін екіншісін шығарады. Есеп шығарып болып, азғантай үзілістен кейін тарихты, одан соң географияны оқуға көшеді. Сабағын оқып болғаннан кейін, түрлі нәрселермен айналысады. Осы көріністердің бәрінде де бала әрекеттің әрбір түріне өз зейінін ұйымдастырып, басқа объектілерден ойын бөліп отырады.

Зейін - таным үрдісінің басты факторы.

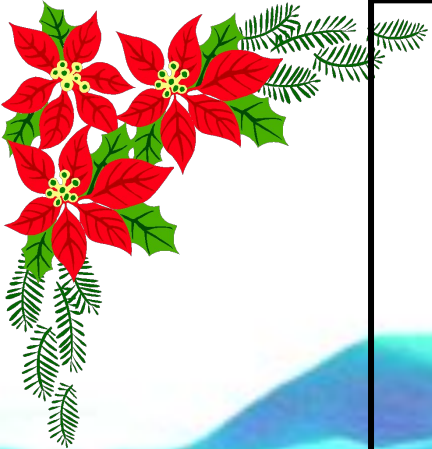


Адамға тән әрекеттің кез келген түрінде зейін орын алмаса, оның нәтижелі болуы қиын. Орыс педагогикасының атасы К.Д.Ушинский (1824-1870) зейіннің маңызын былайша көрсеткен еді. "Зейін адам санасынан қорытылып өтетін барлық ойды аңғартатын, адам жанының жалғыз ғана есігі болып табылады, демек, бұл есікке ілімнің бірде-бір сөзі соқпай өте алмайды, егер де ол соқпай өтсе, онда баланың санасында ештеңе де қалмайды".





Зейіннің физиологиялық негіздерін И.П.Павлов ашқан жүйке процестерінің **өзара индукция заңына** байланысты түсінуге болады. И.П.Павлов, егер ми қабығының бір алабында қозу процесі пайда болса, осымен байланысты қалған алаптарында тежелу процестері пайда болатындығын айтқан. Мәселен, адам бар ойымен іске қызу берілсе, басқа нәрселер туралы жөнді ойлай алмайды. Осы кезде мидың бір алабында күшті процесі болып жатады да, айналасындағы алаптарда тежелу болады (теріс индукция заңы).



Зейін түрлері

Ырықты

Ырықсыз

үйреншікті





Ырықты зейін әрекетті саналы түрде белгілі ерік күшін жұмсау арқылы орындалуынан көрінеді. Ырықты зейінде белгілі бір мақсат қойып, объектіге ерекшн зер салып отыру көзделеді, ол жұмыстың басынан аяғына дейін ерік – жігерді сарқа жұмсауды талап етеді.

Ырықсыз зейін –ырықсыз зейіннен ерекшелігі оның саналы мақсатқа тәуелді болуы.Зейіннің бұл түрі адаммен тығыз байланысты болып келеді



Зейіннің үйреншікті деп аталатын түрі де бар.

Үйреншікті зейін — адамға табиғи сіңісіп кеткен, арнайы күш жұмсамай-ақ орындалатын зейін. Мәселен, бала оқуға төселсе, бұл оның тұрақты әдетіне айналса, оның зейіні де үйреншікті бола бастайды. Қандай нәрсеге болса да үйреніп, жаттығып алған соң, адамның іс-әрекеті дағдысына айналады.

Үйреншікті зейіннің де табиғаты осыған ұқсас. Өйткені үйреншікті зейін ырықты зейіннен дамып қалыптасады. Зейіннің қай түрі болмасын іс-әрекеттен нәтиже шығаруға бағытталады. Егер адам жұмысқа өздігінен беріліп істесе, ырықсыз зейіні көрінеді. Бірақ ұзақ жұмысты тікелей қызығып істей беру де оңай емес. Мұндай жағдайда ырықты зейінге орын беріледі. Ылғи ырықты зейінмен жұмыс істеу де адамды қажытып шаршатады. Сондықтан адам жұмысты зейіннің осы екі түрін қатынастыра отырып, үйреншікті зейінмен істеуді әдетке айналдыруы қажет





Зейіннің негізгі қасиеттері

Зейін жөнінде әңгіме болғанда оның мына төмендегі қасиеттерін еске алады:

А. Зейіннің тұрақтылығы және жинақтылығы

Адамның зейіні бір объектіге немесе бір жұмысқа ұзағырақ тұрақтай алса, оны *зейіннің тұрақтылығы* дейді. Мысалы, өндіріс озатының не хирург дәрігердің жұмыс үстіндегі зейінін осыған жатқызуға болады.

Зейінді бір жерге тұрақтатып, жинақтап алу арқасында адам істеп отырған ісін тереңінен түсініп, оның әр түрлі байланыстарын анықтайды. Зейінді тұрақтата алушылық саналы әрекетке өзінді жеге алудың басты бір белгісі болып табылады



Ә. Зейіннің аударылуы

Зейіннің аударылуы деп бір объектіден екінші объектіге назарымызды көшіруді айтады. Физиологиялық тұрғыдан мидағы оптималдық қозудың ауысуы. Зейінді тез аудару білу қабілеті көбінесе жүйке процестерінің өзгермелілігіне байланысты. Кейбір адамдар бір жұмыстың түрінен екінші бір жұмысқа жеңіл көшеді, зейін қойып жаңа жұмысты тез меңгеріп кетеді. Бұл икемді, оңтайлы зейіннің көрінісі. Екінші біреудің зейіні, керісінше, басқа объектіге қиындықпен ауысады. Зейінді тез аудару білу көлденеңнен кез келген әсерлерге кідірусіз жауап беруде аса қажет. Мәселен, машинистерде зейінді тез аудару білу қасиеті жөнді жетілмеген болса, олардың жұмыста түрлі сәтсіздіктерге ұшырауы мүмкін. Мектеп жағдайында балалардың зейінін бір пәннен екінші пәнге, бағдарламаның бір бөлімінен екінші бөліміне, жұмыстың бір түрінен (үй тапсырмаларын сұрау) екінші түріне (жаңа сабақты тыңдау кезі) үнемі аударып отыруға тура келеді. Зейінді аудару алу оқушының ерік сапалары біраз дамыған кезде, әсіресе оқу материалдарын түсінген және оларды ұмытпайтындай етіп меңгерген жағдайда ғана мүмкін болады.



Б. Зейіннің бөлінушілігі

Адам санасының бір мезгілде бірнеше әрекетті атқара білу мүмкіншілігін ***зейіннің бөлінушілігі*** дейді. Адам зейінін екі-үш нәрсеге бөле алады.

Зейінді бір уақытта түрлі объектіге бөлуге болатындығын арнаулы зерттеулер көрсетіп отыр. Мәселен, оқушылар өздері есеп шығарады, сонымен қатар осы кезде басқа оқушының тақтаға шығарған есебін бақылайды, оның сөзін тыңдайды т. б. Студенттер бір мезгіл ішінде лекция тыңдайды, түсінгенін жазып отырады кітап оқып отырып, конспект жазады. Еңбек процесінде зейін бөлінуінің маңызы бәрінен де зор. Қазіргі кездегі өндірістің онан сайын автоматталынуы адам зейінінің бөлінушілігін ерекше дамытуды қажет етеді. Ал машина жүргізушілерге (машинист, шофер т.б.) бірнеше нәрсеге зейін бөлушілік қаншама маңызды екендігі түсінікті. Олар бір кезеңде руль механизмін басқарады, жолға назар аударады, тормоз береді және т. б... Бұл операциялардың әрқайсысы зейінді өте шеберлікпен бөле білуді қажет етеді. Мұғалімдік қызметте де зейінді бірнеше объектіге бөле білудің маңызы зор. Мұғалім бір мезгілде сабақтың мазмұнын, формасын сабақ оқыту жоспарына сәйкес тексеріп отырады, барлық сынып ұжымы мен жеке оқушылардың тәртіп сақтауын, сабаққа қалай қатысып отырғанын байқайды.



В. Зейіннің көлемі

Зейіннің көлемі деп бір уақыттың ішінде оның қамтитын, объектілерінің санын айтады. Зейін көлемін анықтауға байланысты жасалған тәжірибелер тахистаскоп деген аспаппен тексеріледі. Адам бір мезгілде (секундтың $1/10$ бөлігінде) орта есеппен әр түрлі 5—9 әріпті қамти алатынын, 12—14 әріптен тұратын мағынасы бар сөзді де осы мерзімде қамтитынын көрсетіп отыр. Мектеп оқушыларының, әсіресе, бастауыш сынып оқушыларының зейін көлемі ересек адамдардың зейін көлемдеріне қарағанда шағын болатындығы сабақ үстінде мұғалімнің есінде болуға тиіс, сондықтан да оқушыларға бір мезгілде сан жөнінде де, сапа жөнінде де белгілі зейін көлемінен артық мөлшерде материал беруге болмайды. Оқушылардың зейін көлемі бір-бірімен байланыспаған элементтерді қабылдаса, нашар өсетіндігін, ал логикалық байланысы бар элементтерді қабылдаса, олардың зейін көлемін өсіретіндігін мұғалім еске алуы қажет.



Г. Алаң болушылық

Алаң болушылық деп белгілі бір объектіге саналы түрде зейінді ұйымдастыра алмаушылықты айтады. Әр нәрсеге ауып кете беретін жаңғалақ адамдардың зейіні көбінесе осындай болады. Алаң болушылық сондай-ақ адам қатты шаршап, болдырған кезде де жиі кездеседі. Мұндай жағдайда оның миында біркелкі тұрақты қозу алабы жасалынбайды, қозу мен тежелу процестері бір-бірімен алмасуы тәртіппен жүріп отырмайды. Зейіннің осы қасиеті адам психологиясынан тұрақты орын алса, оған берекелі әрекет ету қиынға соғады.

Мектеп жасына дейінгі балаларда алаңдаушылық жиі ұшырайды. Өйткені олар әлі күрделі іс-әрекетпен айналыспағандықтан, зейіннің жоғары түрлері өз дәрежесінде болмайды.

Алаң болушылыққа ұқсас көріністер адамның бір жұмысқа қатты беріліп істеген кездерінде де байқалады. Адам қатты үңіліп жұмыс істеген кезде басқа еш нәрсені сезбейді, елемейді. Осындай жағдайда ол айналасындағы өзгерістерді байқамайды. Мұндай адамдардың зейінін уақытында бөле алмаушылықтың кемшілігі зейіннің көлемі өте тар және икемсіз келетіндігінен.



Қолданылған әдебиеттер

- 1. «Жалпы психология» Сәбет Балтаұлы Бап-Баба (Бабаев) Алматы Дарын 2006ж*
- 2. «Жантану» Қ.Жарықбаев. Алматы 2008ж*
- 3. Интернет желілері*
www.Google.kz
www.Yandex.rz
www.Rambler.kz



THE WINTER
ROSE

