

*Қарағанды Мемлекеттік Медицина Университеті
Психология, психиатрия және наркология кафедрасы*

СӨЖ

Тақырыбы: Зейін.

Зейіннің физиологиялық механизмдері



Дайындаған: Аскандирова А.Н.

113 топ ЖМФ студенті

Тексерген: Оспанова Ж.Б.

Қарағанды 2012 жыл

Жоспар:

1. *Кіріспе бөлім*
2. *Негізгі бөлім*
 - *Зейін жөнінде түсінік*
 - *Зейіннің негізгі қасиеттері*
 - *Зейіннің түрлері*
 - *Зейіннің физиологиялық механизмдері*
 - *А.Ухтомский мен И.Павлов ілімдері*
3. *Қорытынды бөлім*
4. *Қолданылған әдебиеттер*



Кіріспе

- *Кез келген құбылыстарды қабылдау үшін біз өзіміздің сезім мүшелерімізді іске қосамыз.*
- *Зейін- психикалық әрекеттердің айналадағы заттар мен құбылыстарға бағыттталып, түйдектелуі. Ол объектілерді анығырақ, ашығырақ тану үшін, жан қуаттарының оларға бет алып, жинақталу үшін қажет. Егер зейін болмаса организмнің сыртқы ортамен байланысқа түсуі дәрменсіз, ой, дене еңбегінің жөнді нәтижесі болмас еді. Зейін ырықсыз, әлдеқайда ырықты, үйреншікті, сыртқы және ішкі болып бөлінеді. Оның іс-әрекеттің орындалу барысында көрінетін тұрақтылығы, аударылуы, бөлінушілігі, көлемі, алаңдаушылығы секілді түрлі қасиеттері бар.*



Зейін туралы түсінік

- *Зейін деп – адам санасының белгілі бір затқа бағыттала тұрақталуын көрсететін құбылысты айтады. Дәлірек айтқанда, зейін дегеніміз айналадағы объектілердің ішінен керектісін бөліп алып, соған психикалық әрекетімізді тұрақтата алу және психикалық әрекеттің айналадағы заттарға бет алып, бағытталып түйдектелуін айтады. Зейін бізге сыртқы дүние заттары мен құбылыстарын анығырақ және ашағырақ сәулелендіру үшін, психикалық әрекеттеріміздің оларға бет алып жинақталуы үшін керек. Егер зейін болмаса, заттарды, құбылыстарды жақсылап, толығырақ ашығырақ қабылдауға, оларды санамызға сәулелендіруге болмас еді. Психикалық әрекеттердің бет алуы және түйдектелуі олардың өзгеріп, дамып отыратындығын, заттардың, құбылыстардың сәулесін, санамызға түсіретіндігін көрсетеді.*

- *Адамның күнделікті тұрмысында да, оқу процесінде де, еңбек те де зейін үлкен орын алады. Егер адамда зейін болмаса, ой еңбегінің де, дене еңбегінің де мәні, нәтижесі болмас еді. Егер оқушылар өздерінің оқитын пәндеріне, мұғалімнің әңгімесіне зейін қойып құлақ салмаса, оларды жақсы ұғып, есінде қалдыра алмайды. Оқушылардың үйреншікті зейіні жақсы түсініп, көп ұғып алады.*
- *Орыстың педагогі К.Д.Ушинский зейін- сыртқы дүниедегі материалдың барлығын санамызға жіберіп отыратын есік дейді. Егер осы есік дұрыстап ашылған болса ғана, оқушы мұғалімнің айтқанын ұғып, біліп алады, егер бұл есік жабық болса, онда мұғалімнің айтқанын жөнді ұғып, есінде қалдыра алмайды. Зейіннің пайда болуына, көтермеленіп отыруына бірнеше жағдайлар себеп болуы мүмкін. Егер әсер етуші заттар күшті, көрнекті, ашық болса, соншама ол заттарға адам зейінін молырақ бөлді. Сондай-ақ тітіркендіргіштердің әсер ету мөлшері ұзақ болса, оларға да адам еріксізден зейін аударады. Біріне-бірі қарама-қарсы заттар да еріксіз адамның зейінін бұзғызады. Өте бойшаң адам мен аласа бойлы адам қатар келсе, біреуінің өте ұзын екені, екіншісі алас адам екені көзге бірден шалынады.*



Зейіннің негізгі қасиеттері

Зейіннің қасиеттері

Тұрақтылық

Уақыт аралығына
байланысты

Бөлінуі

Бір мезетте нысандарды ұстай алу

Ауқымдылығы

Шектер арасын танып,
қабылдау

Ауыспалылығы

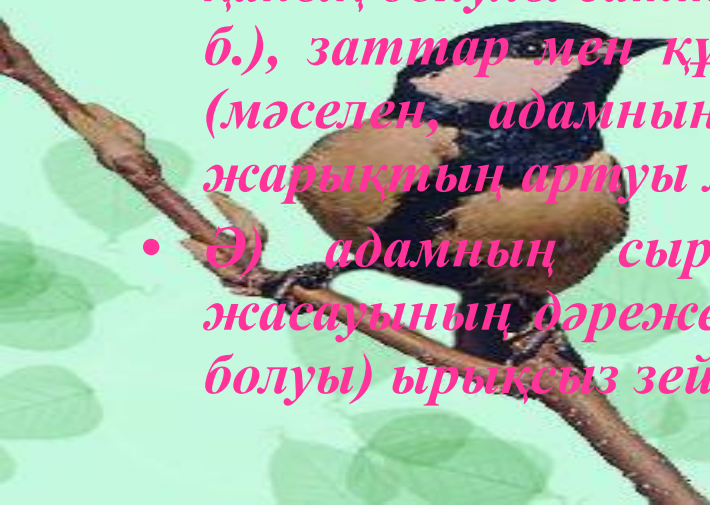
Бір-біріне саналы,
байланысты өтуі

Шоғырлануы

Қ-әрекеттің қажетті нүктеге шоғырі

Зейіннің түрлері

- *Адамдардың зейіні ырықты, ырықсыз және үйреншікті болып үшке бөлінеді.*
- *Адам өмірінде ырықсыз зейін елеулі орын алады. Зейіннің бұл түрі әсіресе жас балаларда жиі кездеседі. Өйткені, балалық дәуірде адамның күрделі іс-әрекеттері (оқу, еңбек т.б.) белгілі жүйеге келе қоймайды да осының нәтижесінде оның психикасы өте нәзік, түрлі сыртқы әсерге берілгіш келеді.*
- *Ырықсыз зейін кез келген тітіркендіргіш арқылы пайда бола бермейді. Ырықсыз зейіннің көрінуіне төмендегі жағдайлар себеп болады:*
- *А) күшті тітіркендіргіштер (көзді аштырмайтын жарық, қанық бояулы заттар, қатты дауыс, мұрын жаратын иіс т. б.), заттар мен құбылыстардың жаңалығы мен қозғалысы (мәселен, адамның үстіндегі киімнің өзгеруі, дыбысының, жарықтың артуы мен кемуі т.б.).*
- *Ә) адамның сыртқы дүниедегі объектілерге қатынас жасауының дәрежесі (қызығу, қажетсіну, көңіл күйінің хош болуы) ырықсыз зейіннің тууына жақсы әсер етеді.*



- *Адамның ырықты зейіні әрекетті саналы түрде белгілі ерік күшін жұмсау арқылы орындалуынан көрінеді. Ырықты зейінде белгілі бір мақсат көздеп, объектіге ерекше зер салып отыру көзделеді, ол жұмыстың басынан аяғына дейін ерік-жігерді сарқа жұмсауды талап етеді. Ырықты зейін мынадай ерекшеліктермен сипатталады:*
- *Қандай болмасын бір әрекеттің талабына сай зейінді бағындыра алу үшін іс-әрекетке тікелей кірісу қажет.*
- *Үйреншікті жұмыс жағдайын жасап алып, алаңдататын нәрселерден бойды аулақтатқан жөн.*
- *Орындалатын істің мәнісін, маңызын түсіну үшін білімге шын ықыласпен берілген дұрыс.*
- *Түрлі қолайсыз жағдайларда да жұмыс істеуге машықтану. Мәселен, көңілді алаң қылатын бөгде тітіркендіргіштердің (айқай-шу, тарсыл-гүрсілдерде де) әсеріне берілмей жұмыс істей беру. Бұл зейінді шынықтырудың, оны мықты және шыдамды етіп тәрбиелеудің ең жақсы жолы болып табылады.*
- *Зейінді болуды өзіңе үнемі ескертіп отыру керек. Бір сөзбен айтқанда, ырықты зейін деп іс-әрекетті жоспарлы түрде ұйымдастыруды айтады.*

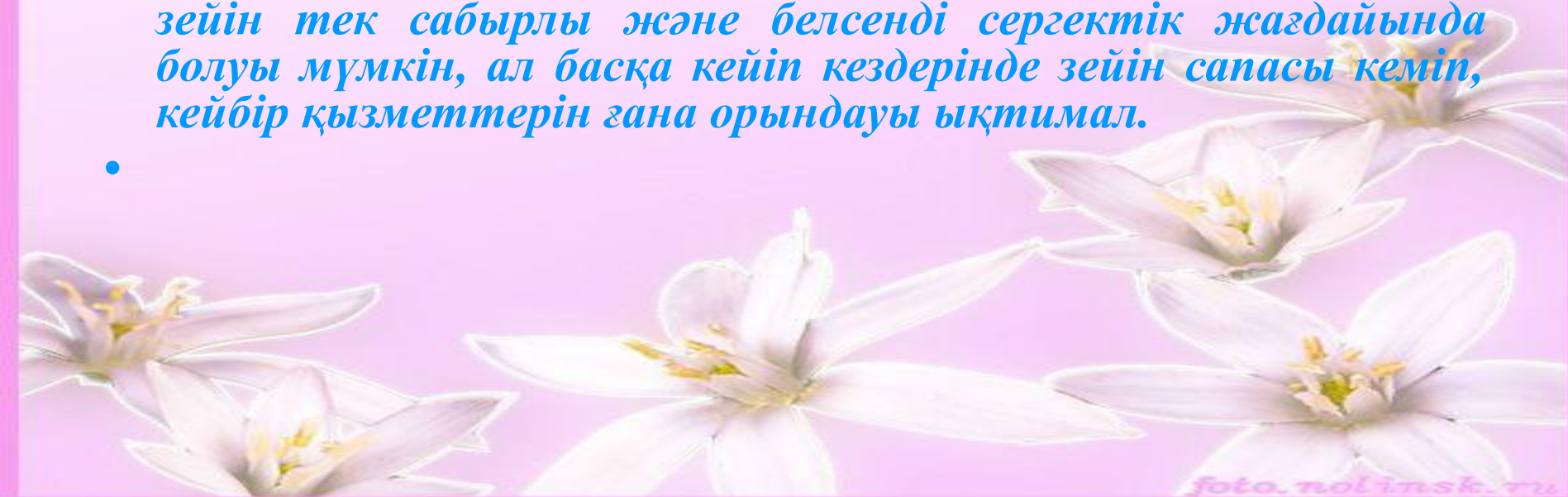
- Зейіннің үйреншікті деп аталатын түрі де бар. Үйреншікті зейін-адамға табиғи сіңісіп кеткен, арнайы күш жұмсамай-ақ орындалатын зейін. Мәселен, бала оқуға төселсе, бұл оның тұрақты әдетіне айналса, оның зейіні де үйреншікті бола бастайды. Қандай нәрсеге болса да үйреніп, жаттығып алған соң, адамның іс-әрекеті дағдысына айналады. Үйреншікті зейіннің де табиғаты осыған ұқсас. Өйткені, үйреншікті зейін ырықсыз зейіннен дамып қалыптасады.



Зейіннің физиологиялық механизмдері

- *Зейіннің физиологиялық тетіктер арқылы қажетті де мәнді әсерлерді таңдауы белсенді ми қызметінің және жалпы тәннің сергектігі арасындағы байланысынан болады.*
- *Адамның сергектік деңгейінің оның сырт кейпін бақылай танумен бірге мидағы әлсіз тоқ қуатын анықтайтын электроэнцефаллограф (ЭЭГ) аппараты арқылы да білуге болады. Әдетте, сергектік 5 күйде көрініс беретіні дәлелденген: терең ұйқы, қалғып-мүлгу жағдайы, сабырлы сергектік, белсенді сергектік, шектен тыс сергектік. Тиімді зейін тек сабырлы және белсенді сергектік жағдайында болуы мүмкін, ал басқа кейін кездерінде зейін сапасы кеміп, кейбір қызметтерін ғана орындауы ықтимал.*

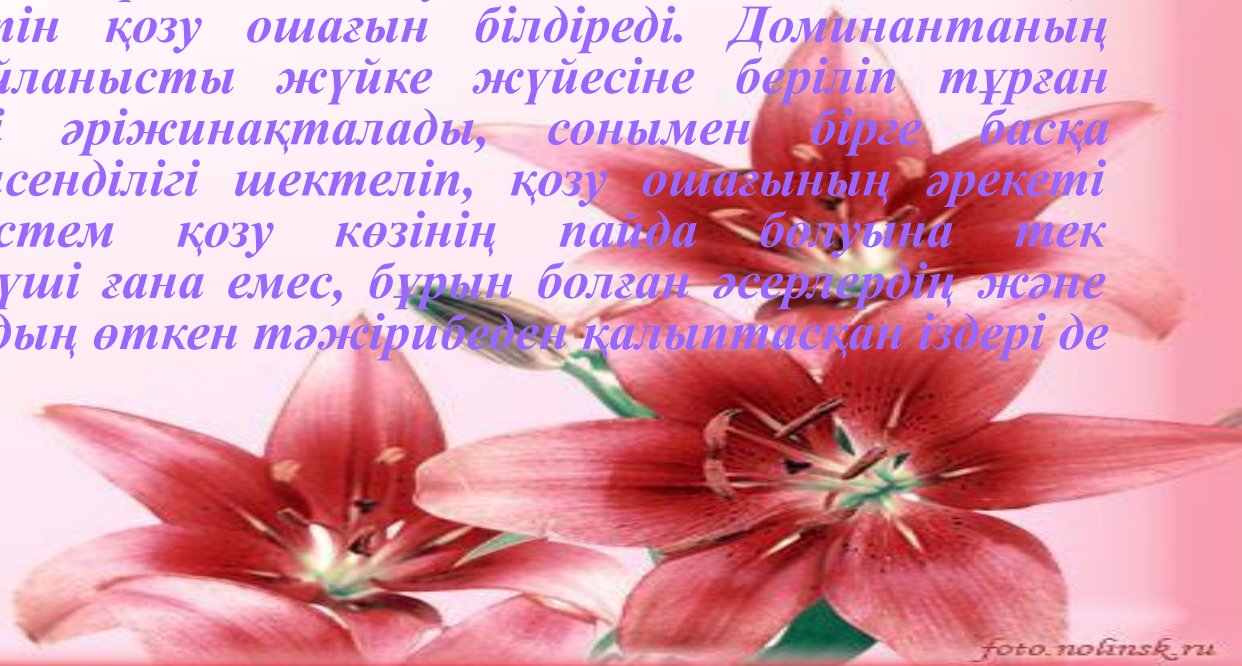
•



А.Ухтомский мен И.Павлов ілімдері

- Қызықты да жауапкерлі жұмысқа шомған оқушылар кенет есік ашылудан, жұмыстарын қоя салып, назарын есік жаққа еріксіз аударады. Бұл рефлекті И.П.Павлов «немене?» рефлексі деп атаған.
- Зейін механизмдерінің іске қосылуында бағдарлаушы рефлектің рөлі өте күшті. Бұл құбылыстың негізі-адамдар мен жануарлар ағзасының сыртқы орта өзгерістеріне сай тұрақ қалыптасқан жауап бере алу қабілеті.
- Зейіннің таңдамалылығы ағзада болып тұратын күрделі процесстермен байланысты. Әдетте, қоршаған орта арасынан қажетті әсерлерді саралап алуда екі топ ағза тетіктері іске қосылады: перифериялық (шеткі) және орталық. Перифериялық механизмдерге сезім (түйсік) мүшелерінің икемдесу әрекеті жатады.

- Әлсіз дыбысты ұзуға орай адам дыбыс шыққан тарапқа мойнын бұрады, сонымен бір уақытта сезімталдығын күшейту үшін тиісті бұлшық еттер құлақ жарғағын кереді. Ал күшті дыбысқа жарғақ кернеуі босаңсып, миға өтетін жағымсыз әсерді басады.
- Зейіннің орталық тетіктері бір жүйке ошақтарының қозуына байланысты басқа жүйе көздерінің тежелуі негізінде іске қосылып барады. Туындау әсері күшті болған қозу өзімен бір уақытта жүріп жатқан әлсіз процессті басып, психикалық іс-әрекеттің бағыт-бағдарын айқындап отырады.
- Зейіннің физиологиялық негіздерін айқындауда доминанта принципі (А. А. Ухтомский) де жетекші мәнге ие. «Доминанта» түсінігі нақты бір мезетте жүйке орталықтарының қызметіне ықпал жасап, уақытша үстемдік етумен психикалық болмысқа бағыт-бағдар теретін қозу ошағын білдіреді. Доминантаның ерекшеліктеріне байланысты жүйке жүйесіне беріліп тұрған импульстер бірігеді әрі жинақталады, сонымен бірге басқа орталықтардың белсенділігі шектеліп, қозу ошағының әрекеті күшейе түседі. Үстем қозу көзінің пайда болуына тек тітіркендіргіштің күші ғана емес, бұрын болған әсерлердің және жүйке байланыстардың өткен тәжірибеден қалыптасқан іздері де негіз бола алады.



Қорытынды

- Біздің барлық психикалық өмірімізде зейін үнемі орын алады. Сондықтан зейін сапасының жақсы болуы- адамның барлық ісінің табысты болып орындалуының міндетті шарты.
- Сонымен, қандай да бір затқа зейін қоюымыздан, ол зат біздің санамыздың төрінен орын теуіп, қалған дүние деректерінің бәрі сана аймағының шектеріне ығыстырылады. Осыған орай зейін аударылған заттың санамыздағы бейнесі нақты айқындалып, ол жөніндегі елестер мен ойлар іс-әрекет мақсатына жеткенше, санамызда бекіген халде сақталады.
- Мен өз жұмысымды Т. Тәжібаевтың мына сөзімен еяқтағым келеді: «...Егер зейін болмаса, заттарды, құбылыстарды жақсылап, толығырақ, ашығырақ қабылдауға, оларды санамызға сәулеттендіруге болмас еді».

Қолданылған әдебиеттер:

- *Сәбет Бап- Баба, Жалпы психология, Алматы-2005ж, Дарын баспасы*
- *Қ. Жарықбаев, Әдеп және жантану, Алматы-1996ж, Атамұра баспасы*
- *Л. Д. Столяренко, Основы психологии, Ростов-на-Дону, 2007г, Феникс*
- *Қ. Жарықбаев, Психология, Алматы-1994ж, Білім баспасы*



Назар аударғандарыңызға рахмет!

