

М.Т. Ізтілеуова , **О.С. Сангилбаев**

Тұран университеті, Қазақстан, Алматы қ.,
e-mail: Marzhan_ist@mail.ru, e-mail: ospan_seidulla@mail.ru

ЗЕЙІНДІ ЗЕРТТЕУ ІС-ӘРЕКЕТТІҢ НӘТИЖЕЛІЛІГІН ДАМЫТАТЫН ЖЕКЕ ТҰЛҒАНЫҢ САПАСЫ РЕТІНДЕ

Мақалада психология ғылымында феномен ретінде қарастырылатын зейін ұғымының мәні, мазмұны, оның ерекшеліктері, түрлері мен қасиеттері талқыланған, сонымен бірге зейін қасиеттерінің тұлға іс-әрекетінде атқаратын нақты функциялары мен алатын орны қарастырылған. Қарастырылған зейін қасиеттерінің қызметтеріне байланысты эксперименттік зерттеулер жүргізілген. Зерттеудің басты мақсаты – зейін қасиеттерінің іс-әрекетті орындауда атқаратын міндеттерін, құрылымын және зейін қасиеттерін эксперименттік зерттеуді түсінудің ғылыми әдістемелерін теориялық-әдістемелік талдау негізінде онтогенез кезеңдерін ескере, оның дамуын анықтайтын детерминанттарды анықтау. Ұсынылған еңбектің негізгі бағыт-бағдары және идеясы – зейінді іс-әрекеттің нәтижелілігін дамытатын тұлғаның сапасы ретінде жан-жақты талдап зерттеу болып табылады. Зерттеуде әдістердің кешенді жүйесі қолданылды, олардың құрамында келесі әдістер: эксперименттік бланкілер, тестілеу, байқау, әңгімелесу, іс-әрекеттің нәтижелерін талдау, статистикалық мәліметтерді өңдеу әдістері, сонымен қатар Шульте-Горбов және Бурдон, Ландольт әдістемелері. Зерттеу нәтижелері зейін түрлері мен қасиеттерінің мәнін, құрылымын және эксперименттік зерттеуді түсінудің ғылыми мән-жайын теориялық талдау негізінде ерте онтогенез кезінде оның дамуын анықтайтын детерминанттарды анықтауға болатындығын көрсетті. Теориялық талдаулар мен эксперименттік зерттеулер барысында алынған мәліметтер зейін тұрақтылығының дамуы және ырықты зейіннің шоғырлануы көбінесе адамдардың іс-әрекет субъектісі ретінде қалыптасу ерекшелігімен анықталатындығын дәлелдеп отыр.

Түйін сөздер: психология, зейін, ырықты зейін, тұрақтылық, шоғырлану, көлемі, бөлінуі, психикалық танымдық процестер.

M.T. Izteleuova, O.S. Sangilbayev

Turan University, Kazakhstan, Almaty, e-mail: Marzhan_ist@mail.ru, e-mail: ospan_seidulla@mail.ru

The study of attention as a means of personality that develops performance

This article defines the nature, content, features, types and properties of attention as a psychological phenomenon and the specific functions and place of the properties of attention in human life. An experimental study of the properties of attention was carried out in connection with the dependence of performance on mindfulness. The purpose of the study is to identify the determinants that determine the development of attention in early ontogenesis, based on a theoretical analysis of scientific approaches to understanding the meaning, structure and experimental study of attention. The main direction and idea of the study is the study of attention as a personality trait that develops the effectiveness of conscious activity. As research methods, methods of complex research are used, which include: experiments, testing, observation, interviewing, research methods of performance results, methods of processing statistical data, as well as methods of Schulte-Gorbov, Bourdon and Landolt. The results of the study showed that on the basis of a theoretical analysis of scientific approaches to understanding the value, structure, and experimental study of attention, it is possible to determine the determinants that determine its development in early ontogenesis. The data obtained showed that the development of stability and concentration of voluntary attention is largely determined by the characteristics of the formation of a person as a subject of activity.

Key words: psychology, attention, voluntary attention, stability, concentration, volume, distribution, cognitive mental processes.

М.Т. Изтелеуова, О.С. Сангилбаев,

Университет Туран, Казахстан, г. Алматы, e-mail: Marzhan_ist@mail.ru, e-mail: ospan_seidulla@mail.ru

Исследование внимания как качество личности, развивающее результативность деятельности

В данной статье определяются сущность, содержание, особенности, виды и свойств внимания как психологического феномена и конкретные функции и место свойств внимания в жизнедеятельности человека. Было проведено экспериментальное исследование свойств внимания в связи с зависимостью результативности деятельности от внимательности. Цель исследования – выявить детерминанты, определяющие развитие внимания в раннем онтогенезе на основе теоретического анализа научных подходов к пониманию смысла, структуры и экспериментального исследования внимания. Основным направлением и идеей исследования является исследование внимания как качества личности, которое развивает эффективность осознанной деятельности. В качестве методов исследования используются методы комплексных исследований, которые включают в себя: эксперименты, тестирование, наблюдение, интервьюирование, методы исследования результатов деятельности, методы обработки статистических данных, а также методики Шульте-Горбова, Бурдона и Ландольта. Результаты исследования показали, что на основе теоретического анализа научных подходов к пониманию ценности, структуры и экспериментального исследования внимания можно определить детерминанты, определяющие его развитие в раннем онтогенезе. Полученные данные показали, что развитие устойчивости и концентрации произвольного внимания во многом определяются особенностями формирования человека как субъекта деятельности.

Ключевые слова: психология, внимание, произвольное внимание, устойчивость, концентрация, объем, распределение, познавательные психические процессы.

Кіріспе

Зейіннің дамуын зерттеу мәселесі қазіргі таңда өзекті мәселелердің біріне айналууда. Бұл ең алдымен өмірдің жоғары динамикасымен байланысты, мұнда адамдардың денсаулығын сақтау және оларға қолайлы өмір сүру және жұмыс істеу жағдайлары маңызды болып келеді. Бүгінгі таңда оқуға, жұмыс істеуге деген қызығушылықты жоғалтқан адамдардың саны өсуде, зияткерлік деңгейі, зейіннің шоғырлануы төмендеді, мұның бәрі әлеуетті мүмкіндіктерді арттыру үшін тәжірибелік психологиялық-педагогикалық құралдарды жасауды қажет етеді.

Адамның бағдарлы зерттеу іс-әрекетінің құбылыстарының бірі оның зейінінде. Ал бұл сурет, ой немесе басқа құбылыстың мазмұнына бағытталған ақыл-ой әрекеті. Зияткерлік қызметті реттеуде зейін маңызды рөл атқарады. Ол адамның сана-сезімін белгілі бір нақты немесе идеалды объектіге, құбылысқа, оқиғаға, бейнеге, ойға, т.с.с. бағыттайды. Таным, сезім және ерік-жігердің ажырамас бөлігі болып табылатын психикалық құбылыстардың арасында ерекше орын алады, ол психиканың осы үш саласының біреуіне саяды.

Бұл тұрғыда сарапшылар адамзаттың танымдық жұмысына ерекше назар аударады. Концентрация, адам санасының белгілі бір

объектілер мен құбылыстарға бағытталуы оның өмірлік қызметінің барлық кезеңдерінде қажет. Көбінесе басқалардың іс-әрекеттерін түсінбеу, тәуелсіз тапсырмаларды орындау кезінде қателіктердің пайда болуы, қателіктер бойынша жұмысты бастауға және жүйелі түрде жүргізуге қабілетсіздік, ақыл-парасат немесе есте сақтау қабілетінің нашарлауы зейін қоймаумен түсіндіріледі.

Табысты әрекетті тұрақтандыру үшін қажетті шарт – кез келген әрекетті немесе тапсырманы орындау үшін қажет үздіксіз ақыл-ой процесі ретінде зейіннің тұрақтылығы, сондай-ақ зейінді бір объектіден екінші объектіге өз еркімен ауыстыру мүмкіндігі және қарсыласу арқылы анықталатын тұрақтылық сияқты үш негізгі компоненттің дамуы, сыртқы тітіркендіргіштердің назарын аударатын әсерлері. Бұл жағдайда ақыл-ой құрылымындағы ең маңызды жүйелік құраушы зейіннің тұрақтылығы болып табылады (Божович, 2001).

Негізгі бөлім

Сондай-ақ көңіл, психикалық іс-әрекеттердің олардың орындалу бағдарламаларына сәйкестігін ішкі бақылау функциясы ретінде қарастырады. Мұндай бақылауды дамыту кез келген іс-әрекеттің тиімділігін және оның жүйелі

қалыптасуын жақсартады, түзету зейіннің кейбір кемшіліктерін жеңуге мүмкіндік береді. Сондықтан зейінді дамыту – табысты қызметтің қажетті шарттарының бірі. Зейіннің қасиеттерін психологиялық тұрғыдан қарастыру өте күрделі болып келеді. Зейін өзін өзі көрсететін танымдық процестерді қарастырудың қажетті шарты болып табылады (Кошелева, 2010).

Осылайша зейінді зерттеудің өзектілігі аталмыш мақаланың «Зейінді зерттеу іс-әрекеттің нәтижелілігін дамытатын жеке тұлғаның сапасы ретінде» атты тақырыбын таңдауға әкелді.

Зерттеу нысаны: түрлі жастағы адамдардың зейінінің түрлі сипаттамалары.

Зерттеу пәні: түрлі қызметтегі адамдардың зейін ерекшеліктері.

Зерттеу мақсаты: зейіннің мәнін, құрылымын және эксперименталды зерттеуін түсінудің ғылыми тәсілдерін теориялық талдау негізінде ерте онтогенез кезінде оның дамуын анықтайтын детерминанттарды анықтау.

Зерттеудің негізгі міндеттері:

1) зейінді зерттеу мәселесіне теориялық талдау жүргізу;

2) түрлі қызметтегі адамдардың зейінінің тұрақтылығын дамыту жолдарын анықтау;

3) түрлі қызметтегі адамдардың зейінін аудару ерекшеліктерін анықтау бойынша ұсыныстарды тұжырымдау.

Зерттеу әдістері: біздің зерттеу барысында кешенді зерттеу әдісі қолданылды, оған мыналар кіреді: эксперимент қалыптастыру, тестілеу, бақылау, әңгімелесу, іс-әрекеттің нәтижелерін зерттеу әдісі, статистикалық мәліметтерді өңдеу әдістері. Психологиялық әдістердің ішінде мыналар қолданылды:

1) Шульге-Горбов әдістемесі тұрақтылықты, таралуды және ауысуды анықтауға арналған;

2) Бурдонды оқу әдісі зейіннің шоғырлануын анықтауға арналған.

Алынған нәтижелердің шынайылығы: тәжірибелік мәліметтерді сандық және сапалық талдау. Статистикалық өңдеу және эмпирикалық мәліметтерді талдау үшін бастапқы математикалық өңдеу әдістері қолданылды.

Зерттеу болжамы:

– тұрақтылық пен ерікті зейіннің шоғырлануы көбінесе олардың қызмет субъектісі ретінде қалыптасу ерекшелігімен анықталады;

– диагностикалық әдістер жиынтығы тұрақтылықтың дамуының жеке ерекшеліктерін анықтауға және қызмет барысында ерікті зейіннің шоғырлануына көмектеседі; олар дер кезінде, бағытталған және жеке көмек көрсету үшін

психологиялық-педагогикалық мүмкіндіктер беруге, сондай-ақ оны ұйымдастыруға бағытталуы мүмкін.

Зейін проблемасын зерттеуді келесі белгілі ғалымдар жүргізді: нейрофизиолог Н.А. Бернштейн, психологтар Л.С. Выготский, А.Р. Лурия, С.Л. Рубинштейн, П.Я. Халперин, Э. Д. Хомская, психиатр Б.Д. Карвасар және басқалары (Запорожец, 2008).

Зейін дегеніміз – белгілі бір жағдайда неғұрлым маңызды объектілерді, заттарды немесе шындық құбылыстарын бөліп көрсету мүмкіндігі.

Зейін кез келген психикалық процестің ажырамас бөлігі ретінде ұсынылады – эмоционалды-ерікті және когнитивті (психикалық). Зейін қоймай, кез келген ақыл-ой функциясын толық орындау мүмкін емес.

Э.Д. Чомская әдебиеттерді жалпылай келе зейінді сенсорлық, қозғалтқыш, эмоционалды және интеллектуалдық деп бөледі.

Сенсорлық зейін, өз кезегінде, сезгіш, есту, көрнекі және т.б. болып бөлінеді. Мотивациялық назар қозғалыстарды білуді және реттеуді қамтамасыз етеді. Эмоционалды зейін бағытталған және саналы нәрсе тәжірибесін жасайды. Бұл жеке ынтасы бар ынталандырулардан туындайды. Ынталандыру неғұрлым маңызды болса, эмоционалды зейін соғұрлым жарқын болады. Осылайша, эмоционалды зейін жадпен тығыз байланысты.

Зейін қою функциясы екі негізгі деңгейде жұмыс істейді – ерікті және еріксіз. Ерікті зейін аудару сөйлеуге байланысты. Бұл факт психолог П.Я. Галперин бастаған «ақыл-ой әрекеті» теориясымен байланысты болып келеді. Бұл теорияның негізгі ережелерінің бірі – іс-әрекеттің дамуымен зейіннің белсенділік деңгейі төмендейтінін мойындау. Алдымен, зейін қоюды күшейтетін «рәсімдеуді» қажет ететін жұмыс режимін (экстериоризация) шығару керек, содан кейін бұл әдіс барған сайын ішке енеді (интерьерленеді). Бұл көбінесе санау қабілетін иемденуде айқын көрінеді. Басқа ғаламдық психикалық процестер сияқты (атап айтқанда, ойлау, эмоциялар), зейін біршама ерекшеленуі мүмкін (Sharovalenko, 2005).

Соңғы жылдары зейін қою тетіктеріне деген жаңа сипаттамалар жасалды. Бұл тәсілдің негізі – селективті зейін тек ми белсенділігінің жалпы өсуі негізінде мүмкін болатын позиция. Джейсперс, Ф. Бремер, П.К. Анохин және басқалары ми қыртысының белсенділенуін қамтамасыз ететін бұрын белгісіз жүйке аппараттарының

жұмысын ашып, сипаттады. Бұл ретикулярлық форма. Бұл мидың өзіндік «энергетикалық орталығы», онсыз кортекстің жүйке жасушалары, тұтас ми, күрделі және алуан түрлі функцияларды орындай алмайды. Ретикулярлық қалыптастыру ұйқы мен оятуды реттеуге тікелей қатысады. Ретикулярлық құрылым – бұл ми қыртысының тонусын реттейтін аппарат, оның қатысуы ақпаратты қабылдауды, оны өңдеуді және мінез-құлықты реттеуді қамтамасыз ететін мидың белсенділенуін анықтайды (Psychology, 2006). Сондықтан ретикулярлық формацияның ми қыртысының жалпы активациясына қатысуын назардың физиологиялық негізін қамтамасыз ететін механизм ретінде қарастыруға болады.

Зейіннің негізгі түрлеріне тоқталып өтсек. Шығу сипаты мен іске асыру тәсілдері бойынша зейіннің үш негізгі түрі бар:

- еркін;
- еріксіз;
- кездейсоқ.

Психологтар зейіннің түрлерін жіктеу мәселесін шешуге көп күш жұмсады. Бұл маңызды жұмысты бастаған В.М. Бехтерев 1920 жылдары анкилоздық спондилит, бұл сыртқы ынталандыру және ішкі сөйлеу арқылы туындауы мүмкін екендігіне сүйене отырып, назарды сыртқы және ішкі деп бөлуді ұсынды.

Зейін психологиясында кездесетін қиындықтар тиісті зерттеу әдістерінің жоқтығымен түсіндірілді.

Ұзақ уақыт бойы зейін қою психологиясы нақты қолданбалы бағытта таза эмпирикалық зерттеулер саласында дамыды. Психологтардың көбеюі тек эксперименттік зерттеулер жүргізу арқылы назардың мәні туралы сұраққа жауап табу мүмкін емес деген қорытындыға келеді. Бұл мәселені кеңірек деректер базасында және берік металлургиялық негізде тұжырымдап, байыпты талқылау, тікелей эмпирикалық әзірлеу мен эксперименталды тексеруге қол жетімді емес теориялық мәселелерді шешу қажет. Зейін концепциясы, бұрынғыдай, зейін қою проблемасымен тікелей айналыспайтын психологтарды қызықтырады, өйткені ол әр түрлі құбылыстардың қарапайым және дәйекті түсіндірілуін қамтамасыз етеді. «Тікелей бақылауға назар аударылмайды. Алайда зейіннің теориялық құрылымы көптеген байқалған өзара әрекеттесуді жеңілдетеді» (Nemov, 2008).

Психологиялық зерттеудің көптеген қызықты және нәтижелі бағыттары күнделікті және таныс жағдайларды талдаудан басталды, олар әдетте оған кіретін және әрекет ететін адамға ешқандай

сұрақ тудырмайды. Бұл жұмыста біз кейбір ғалымдардың назарын экспериментальды зерттеулермен қарастырамыз.

Зейінді және оның қасиеттерін диагностикалаудың көптеген әдістері жасалды. Зейін – бұл шоғырлану, адамның белгілі бір объектілерге зейін қоюы, оның шындықты қабылдауға дайындығын арттыру. Schulte кестелері дегеніміз – 1-ден 25-ке дейінгі сандар кездейсоқ ретпен орналастырылатын кестелер. Сабаққа тағайындау: барлық сандарды берілген ретпен көрсетіңіз және атаңыз (1-ден 25-ке дейін көбейтіледі немесе 25-тен 1-ге дейін азаяды). Бір үстелдегі уақыттың жылдамдығы 40-50 секундты құрайды. 4-5 үлгі бірдей кестелер көмегімен жасалады, бірақ әр түрлі сандар реті бойынша. Әр кестеде жеке адамның өткізген уақыты бөлек жазылады. Келесі индикаторлар анықталады:

1) кестелердегі нөмірлерді көрсетіп, оларды атауға жұмсалған нормадан тыс уақыт;

2) сауалнаманың барлық кестелері бойынша уақыт көрсеткіштерінің өзгеруі.

Осы индикаторлар бойынша қорытынды жасалады: егер тақырып әр кесте үшін уақыт нормаларынан аспаса, онда ол назарын жақсы шоғырландыруға қабілетті. Егер әр адамның үстелге жұмсаған уақыты бірдей болса, оның назарының тұрақтылығы туралы айтуға болады.

Егер адам әр келесі үстелге бұрынғыға қарағанда көбірек уақыт жұмсаса, онда оның назары тез кетеді.

Оқу және еңбек іс-әрекетінің көптеген практикалық мәселелерін шешуде зейіннің жеке ерекшеліктерін зерттеу және оларды объективті бағалау қажет. Олардың арасында мансаптық бағдар беру және кәсіби таңдау проблемалары бар, сондықтан бірқатар мамандықтар назардың белгілі бір қасиеттеріне жоғары талаптар қояды. Мысалы, отырықшы көңіл-күйі бар адам әр түрлі адамдармен үнемі байланыста болу қажет болған жерлерде сәтті жұмыс істей алмайды. Зейіннің тұрақсыздығы, әсіресе оның инерттілігімен бірге жүргізуші кәсібіне қайшы келеді. Көңіл бөлу қабілетінің нашар дамығандығы және байқамау мұғалімнің кәсіби шеберлігін қиындатады (Shintar, 2002).

Бүгінгі таңда кез келген мектеп психологы өзінің практикалық жоспарында мектепке дайындығын және үлгерімінің нашарлау себептерін анықтауда үнемі назар аударуға мәжбүр.

Жалпы, адамның өмірі мен жұмысындағы зейін көптеген түрлі функцияларды орындайды. Ол қажетті түрде белсенді және

қазіргі уақытта қажетсіз психологиялық және физиологиялық процестерді тежейді, оларға ықпал етеді (Rottenberg, 2002). Ағзаның ағымдық қажеттіліктеріне сәйкес енетін ақпаратты ұйымдасқан және мақсатты түрде таңдау, ақыл-ой әрекетінің таңдаулы және ұзақ мерзімді бағытын қамтамасыз етеді. Фокус пен таңдау процестері зейінмен байланысты. Оларды түзету осы сәтте дене үшін, жеке адамның мүдделерін іске асыру үшін ең маңызды болып көрінетіндігіне тікелей байланысты. Зейін қабылдаудың дәлдігі мен егжей-тегжейін, жадтың беріктігі мен таңдамалығын, ақыл-ой әрекетінің бағыты мен өнімділігін анықтайды – қысқаша айтқанда, барлық танымдық іс-әрекеттің сапасы мен нәтижелері көрсетеді.

П.Я. Галперин зейін қоюдың қызықты теориялық тұжырымдамасын ұсынды. Оның негізгі ережелері:

1. Зейін қою – алғашқы зерттеу әрекетінің сәттерінің бірі. Бұл психологиялық бейненің мазмұнына бағытталған ой, қазіргі уақытта адам психикасында бар тағы бір құбылыс.

2. Өзінің функциясы бойынша, зейін бұл мазмұнды бақылау болып табылады. Адамның әрбір іс-әрекетінде индикативті, орындаушы және басқарушы бөлік бар.

3. Нақты өнімді шығаратын басқа әрекеттерден айырмашылығы, бақылаудың немесе зейіннің ұзақтығының жеке өзіндік нәтижесі болмайды.

4. Тәуелсіз, нақты әрекет ретінде назар тек іс-қимылға айналмай, қысқартылғанда ғана ерекшеленеді. Әр бақылауға зейін қойып керек емес. Бақылау тек әрекетті бағалайды, ал зейін оның жетілуіне ықпал етеді.

5. Зейін қоюда бақылау іс-әрекеттің нәтижелері мен оны нақтылауды салыстыруға мүмкіндік беретін өлшем, үлгіні қолдана отырып жүзеге асырылады.

6. Ерікті зейін жүйелі түрде жүзеге асырылады, зейін қою алдын ала дайындалған жоспарға сәйкес жасалған бақылау формасы, үлгі.

7. Жаңа әдісті қалыптастыру мақсатында біз негізгі қызметпен қатар адамға оның барысы мен нәтижелерін тексеруге, тиісті жоспарды құруға және іске асыруға тапсырма беруіміз керек.

8. Бақылау функциясын орындайтын, ерікті және ерікті түрдегі барлық белгілі көңіл-күйлер жаңа психикалық іс-әрекеттерді қалыптастыру нәтижесі болып табылады.

Айта кету керек, айтарлықтай мөлшерге қарамастан қолданыстағы теориялар, зейін қою проблемасы онша маңызды бола қойған жоқ. Зейіннің сипаты туралы пікірталас жалғасуда.

Іс-әрекеттің күрделі және жан-жақты болуы адамның зейініне ерекше талап қояды. Сондықтан ол байқауды, белгілі бір тақырыпқа ұзақ уақыт назар аударуды, бірнеше объектілерді бір уақытта қабылдауды және т.б. талап етеді. Осы талаптарға, сондай-ақ адамның жеке ерекшеліктеріне байланысты назардың тұрақтылық, концентрация, көлем, тарату және ауысу сияқты қасиеттерін ажыратуға болады.

Тұрақты зейін. Кез келген іс-әрекеттің тиімділігінің маңызды шарты – бұл белгілі бір объектілерге, белгілі бір іс-әрекетке ұзақ мерзімді зейін қойғанда көрінетін тұрақтылық. Бұл мүлік кез келген бизнесті аяқтаудың бір шарты болып табылады және керісінше, жиі алаңдаушылық басталған жұмысты аяқтауға кедергі келтіреді. Сондықтан назардың тұрақтылығын анықтайтын факторларды бөліп көрсету керек (Personality, 2003). Біріншіден, бұл адамның өз жұмысының маңыздылығын түсінуі, сонымен қатар өз қызметінде барған сайын жаңа жақтарды, проблемаларды шешу жолдарын таба білу. Бұл еңбекқорлық, қызығушылық, шапшаңдық, табандылық сияқты жеке қасиеттер. Тұрақты назар белсенділіктің өзгеруіне ықпал етеді. Монотония әрдайым тез шаршауды тудырады. Егер біз оны әртүрлі жағынан қарастырмайынша, зейінімізді қозғалыссыз объектіге шоғырлай алмаймыз, бірақ біз ұзақ уақыт бойы белгілі бір әрекетке шоғырлана аламыз.

Зейіннің тұрақтылығы, нәтижелі ақыл-ой әрекетінің шарты ретінде, белгілі бір өлшем және оның салдары болып табылады. Белгілі бір затты мазмұнды игеру белсенді жұмысқа негізделген, зейіннің артуына ықпал етеді

Зейіннің тұрақтылығы бірқатар шарттармен анықталады, олар оқу материалының күрделілік дәрежесін, оған студенттердің қатынасы, осы пәнге қызығушылықтың болуы, сайып келгенде, жас және жеке ерекшеліктері. Зейіннің тұрақтылығының физиологиялық негізі – ми қабығындағы оңтайлы қозу жасушасының беріктігі мен тұрақтылығы (Бродбент, 2005).

Концентрация. Зейіннің тұрақтылығы оның шоғырлануымен тығыз байланысты, ол белгілі бір объектіге немесе әрекетке психологиялық белсенділіктің терең шоғырлануынан тұрады. Бұл фокус әдетте тапсырманы тиімді орындауға ықпал етеді. Шоғырлануды жоғарылатудың шарттары назардың тұрақтылығын арттыру шарттарымен бірдей.

Нысанды қабылдаудың айқындылығы және материалды дұрыс саралау концентрация дәрежесіне байланысты.

Ауыспалы зейін. Зейіннің тұрақтылығы және шоғырлануы оның жылжымайтын мүлігін білдірмейді, оның ауысу мүмкіндігін жоққа шығармайды, ол зейіннің бір объектіден екінші объектіге саналы түрде ауысуынан тұрады. Зейіннің ауысуы адамның іс-әрекет формаларының өзгеруімен оның бұрынғы күйінен екінші күйіне ауысу кезіндегі жұмыстың тиімділігін қамтамасыз етеді.

Көлем. Зейін көлемін зерттеу, әдетте, тақырыпты нақты қабылдауға болатын бір мезгілде ұсынылған элементтердің санын талдау арқылы жүзеге асырылады. Осы мақсаттарда белгілі бір мөлшерде ынталандыруды қысқа уақыт ішінде ұсынуға мүмкіндік беретін құрылғы пайдаланылады, бұл субъект көздің қозғалысын қоспағанда, бір көзден бір затқа екінші затқа ауыса алмайды, сонымен қатар бір мезгілде (бір уақытта) қабылдау үшін қол жетімді бірліктердің санын өлшейді. Осы мақсатта қолданылатын құрылғыны тахистоскоп деп атайды (тахисто – жылдам, скопио – көрініс). Ол, әдетте, қаралып жатқан объект өте қысқа уақыт ішінде 10-нан 50-100 мс-ге дейін көрінетін етіп, құлап жатқан экранмен бөлінген терезеден тұрады. Кейде жарықты тез ашуға пайдаланылады, бұл объектіні өте қысқа уақыт ішінде тексеруге мүмкіндік береді (1-5 мс). Анық қабылданған заттардың саны – бұл назар аударудың көрсеткіші. Егер ұсынылған фигуралар қарапайым болса және көрінетін өрістің айналасында шашыраңқы болса, назар аударылатын заттар бір уақытта 5-7-ден аспайды (Rubinstein, 2000).

Реттік суреттің әсерін болдырмас үшін, ұсынылған нысандардың қысқа экспозициясы, әдетте, «өшірілетін кескінмен» бірге жүреді, ол үшін тақырыпқа кездейсоқ сызықтар салынады, олар барлық презентациядан кейін өзгеріссіз қалады және ұсынылғандардың дәйекті кескінін «өшіргендей» болады.

Зейін көлемін зерттеумен қатар оның тұрақтылығын зерттеу үлкен мәнге ие, ол келесі міндеттерді қояды:

- нақты тапсырмаға ұзақ уақыт бойы қаншалықты берік және тұрақты зейін қойылатындығы;
- зейін тұрақтылығында белгілі ауытқулар бар ма;
- шаршау құбылыстары пайда болған кезде, субъектінің зейіні бүйірлік ынталандырумен бөліне бастайды.

Бурдон кестелері әдетте кездейсоқ кезектесетін жеке әріптерден тұратын, кез келген әріп әр

жолда бірдей рет қайталанатын заттарды өлшеу үшін қолданылады.

Жақында ақпарат теориясын қолдана отырып, «каналдың сыйымдылығын» өлшеуге байланыс теориясында қабылданған сандарға назар аудару әрекеттері жасалды, бірақ «биттерде» (ақпарат теориясының бірліктері) назарды өлшеу әрекеттері шектеулі болып табылады және тек соларға ғана қолданылады.

Физиологиялық негіз – бұл назар аудару объектілерін ауыстыру және қызмет түрін өзгерту кезінде оңтайлы қозу фокусының жылдамдығы мен жеңілдігі. Зейінді ауыстыру жылдамдығы жүйке процестерінің қозғалғыштығына тікелей байланысты. Сондықтан жүйке процестері инерттен шаршаған адамдар өз жұмысында көптеген қателіктер жібереді.

Коммутацияның жылдамдығы мен жеңілдігі алдыңғы және кейінгі іс-әрекеттің мазмұны арасында байланыс болуына байланысты. Егер кейінгі әрекет бұрынғыға қарағанда қызықты, мағыналы болса, назар оңай және тез ауысады (Rutman, 2010). Ауыстыру тапсырмадан, аяқталған әрекеттен кейін тез жүреді. Жұмыстың қажеттілігі мен маңыздылығын түсіну ауысуды жеңілдетеді.

Зейінді ауыстыру адамның іс-әрекетінің алуан түрлілігімен туындаған объективті қажеттілік болып саналатындығына қарамастан, оларды теріс пайдаланбау керек, өйткені зейіннің объектіден объектіге жиі ауысуы әсіресе шамадан тыс жұмыстарды тудырады, бұл белгілі бір объектіге шоғырланған жағдайларға қатысты.

Ол бір уақытта біреуіне емес, бірнеше жағдайға назар аудара алады, егер қызмет шарттары қажет болса. Белгілі бір іс-әрекеттің құрамдас бөліктерінің саны бір мезгілде назар аударумен байланысты, оның көлемін анықтайды.

Белгілі бір объектілерге назардың шоғырлануымен қатар оны бірнеше іс-шаралар арасында бөлуге болады. Бөлу кезінде адам бір уақытта бірнеше әрекеттерді орындайтын психикалық іс-әрекеттің ұйымын түсіну керек. Бұл назар аударатын қасиет тәрбие жұмысында қажет: мұғалім бір уақытта оның тарихына – оның мазмұнына, формасына, эмоционалды бояуларына және бастауыш сынып оқушыларына – олардың жауаптарына, мінез-құлқына мұқият болуы керек (Возможности, 2001).

Көңіл бөлу белгілі бір жағдайларда ғана мүмкін болады, атап айтқанда, негізгі қызмет түрінен басқа барлық қызмет түрлері автоматтандырылған кезде. Мысалы, сіз бір уақытта музыка тыңдап, бірнеше үй тапсыр-

масын орындауға, бөлмені тазартуға, кешкі ас дайындауға және т.б. Бір уақытта дәріс оқып, газет оқу мүлдем мүмкін емес, өйткені екі типтегі қызмет те стресске назар аударуды қажет етеді.

Зейінді бөлу механизмі – бұл негізгі қызмет мидың оңтайлы қозу жағдайында болатын бөліктерімен, ал басқа қызмет түрлері ми орталығы бақылауында болатын және жартылай ингибирилген күйде болады.

Алаңдату – бұл оның бір заттан екінші объектіге еріксіз жылжуы. Бұл сыртқы қоздырғыштардың әсерінен пайда болады. Атап айтқанда, кенеттен әрекет ететін және маңызды күшпен сипатталатын, сондай-ақ эмоциялармен байланысты қоздырғыштар белсенді түрде алаңдатады.

Ақылсыздық – зейіннің теріс жағы, ол адамның белгілі бір объектіге ұзақ уақыт шоғырлана алмауында көрінеді. Алаңдаудың екі түрін атауға болады. Оның бірінші түрі белгілі бір әрекетке тым көп көңіл бөлу арқылы болады, сондықтан адам айналасындағыларды байқамайды. Ол өзіне бағытталған сұрақтарды естімейді, достарын танымайды, солай жауап береді. Студент ұзақ уақыт бойы ештеңеге шоғырлана алмайтын кезде мүлдем басқа алаңдаушылық: оның заты әрқашан бір заттан екінші объектке ауысады.

Зейіннің қасиеттеріне оның бір уақытта анық сезінетін объектілер санымен анықталатын оның көлемі кіреді. 0,07-0,1 секундтық уақыт аралығында көптеген қарапайым заттарды қабылдаған кезде ересек адамда назардың мөлшері элементтердің орташа деңгейіне тең болатындығы анықталды. Зейіннің мөлшері

объектілерді қабылдау ерекшеліктеріне байланысты. Бастауыш сынып оқушыларының назары өте шектеулі. Жасына қарай ол кеңейеді. Зейін көлемін арттырудың басты шарты – қабылданған материалды топтастыру, жүйелеу және біріктіру дағдыларын қалыптастыру (Ефимкина, 2004).

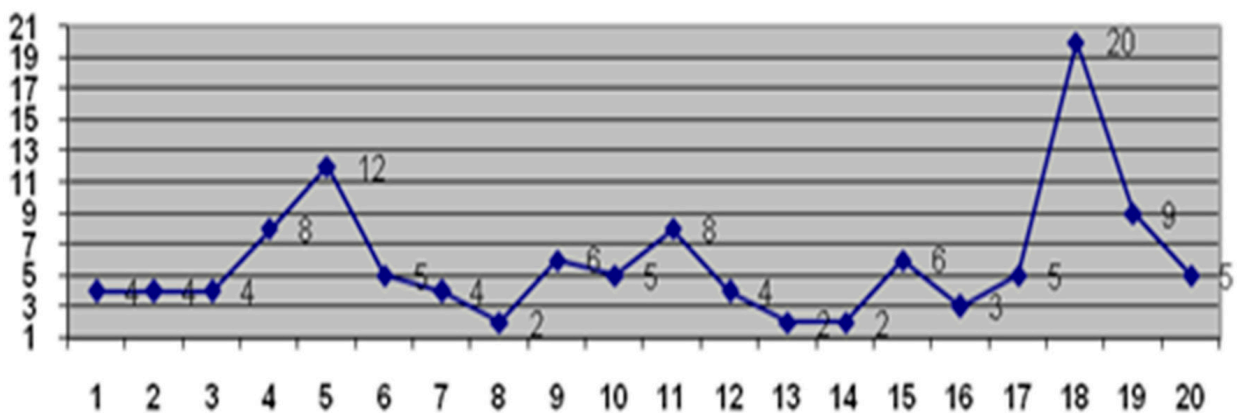
Қарастырылған заттардың қасиеттері белгілі бір адам үшін тұрақты емес. Олар өмір процесінде дамиды, оларды арнайы жаттығулар арқылы игеруге, дамытуға және нығайтуға болады.

Психологияда әр танымдық процесті бағалау кезінде көптеген түрлі көрсеткіштерге қол жеткізуге болады, содан кейін осы әдістер кешенін құру кезінде, алдыңғы сияқты, минималды таңдау керек болды. Біріншіден, балалардың білімі мен тәрбиесі байланысты болатын адамдар таңдалды; екіншіден, оқыту мен тәрбиенің әсерінен өздері дами алатындар, яғни баланың психологиялық даму деңгейінің индикаторлары және ерекше назар. Сондықтан зейінді дамыту процестерін зерттеу үшін келесі зерттеу әдістерін таңдадық:

- 1) Шульте-Горбов әдістемесі тұрақтылықты, таралуды және ауысуды анықтауға арналған;
- 2) Бурдонды оқу әдісі зейіннің шоғырлануын анықтауға арналған.

Анықталған әдістер негізінде біз эксперимент жүргізіп, алынған мәліметтерді әрі қарай зерттеу үшін ұсынамыз.

Сынақтан өтушілерге Шульте-Горбов әдісі ұсынылды, мәліметтерді өңдеу барысында диаграммада көрсетілген нәтижелер алынды (1-сурет).



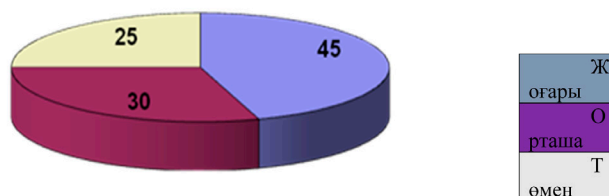
1-сурет. Шульте-Горбов әдістемесі бойынша зейін қою деңгейінің сандық көрсеткіштері (шамасы)

Сандық есептеулерге сүйене отырып, зерттеудің бірінші кезеңінде зейін қоюдың мәні 5,9 секундты құрайды – осы мәннен төмен индикаторлар жоғары коммутаторлықты, ал индикаторлар төменнен жоғары деңгейлерді көрсетеді.

Осылайша, зерттеудің бірінші кезеңіндегі мәліметтерді талдау (2-сурет) зерттелген топта

зейін қоюдың жоғары деңгейінің (45%) басым екендігін көрсетеді.

Зейіннің тұрақтылығы туралы деректерді қарастыра және талдай отырып, зерттеу тобының бірінші кезеңіндегі тұрақтылықтың даму деңгейі орташа деңгейде (52 – 54%) деп қорытынды жасауға болады.



2-сурет. Шульте-Горбов әдістемесінің нәтижесі бойынша назар аудару деңгей көрсеткіштері (%)

Н.Ф. Добрынин адамның кез келген іс-әрекеті үшін ұйымдасқандықты, дәлдікті және шиеленісті қажет ететін шарты – жоғары белсенділік пен назардың шоғырлануы деп жазды. Сондықтан назар адамның жеке басының даму деңгейін жалпы бағалаудың маңызды көрсеткіштерінің бірі болып саналады (Добрынин, 2009).

Қорытынды

Түрлі қызметтегі адамдарда зейіннің дамуы туралы теориялық дереккөздер мен экспериментальды зерттеудің нәтижелері бұл мәселенің өзекті екендігін көрсетті. Адамдардың өмірі мен жұмысына көңіл бөлу көптеген түрлі функцияларды орындайды, ол қажетті әрекеттерді іске қосады және қазіргі уақытта қажет емес психологиялық және физиологиялық процестерді тежейді, ағымға енетін ақпаратты ағымдық қажеттіліктеріне сәйкес ұйымдасқан және мақсатты түрде таңдауға ықпал етеді, бір объектіге таңдамалы және ұзақ мерзімді назар аударуды қамтамасыз етеді.

Зейін қалыптастырудағы негізгі міндеттер оның жеке психологиялық процесс ретінде дамуын ғана емес, сонымен бірге ерікті зейіннің назар аударудан кейінгі ауысуына ықпал ете-

тін тұлғалық қасиеттерді қалыптастыруды да қамтиды. Бұған орындалған жұмыс үшін жауапкершілік сезімін қалыптастыру, іс-әрекетті сәтті жүзеге асыру уәжі, қызығушылықты дамыту, орындалған іс-шараларды нақты ұйымдастыру кіреді. Зейіннің бұзылуы олардың мінез-құлқындағы және іс-әрекетіндегі мақсаттылықты қалыптастыруға кедергі келтіреді, еңбекке қабілеттілігін күрт төмендетеді және сол арқылы іс-әрекетті ұйымдастыруды айтарлықтай қиындатады. Осыған байланысты түрлі қызметтегі адамдардың назарындағы ақауларды түзетуге ықпал ететін әдістер мен әдістерді іздеу ең өзекті болып табылады.

Біздің зерттеу жұмысымыз зейіннің мәнін, құрылымын және экспериментальды зерттеуін түсінудің ғылыми тәсілдерін теориялық талдау негізінде ерте онтогенез кезінде оның дамуын анықтайтын детерминанттарды анықтауға болатындығын көрсетті. Алынған мәліметтер тұрақтылықтың дамуы және ерікті зейіннің шоғырлануы көбінесе адамдардың іс-әрекетінің субъектісі ретіндегі қалыптасу ерекшелігімен анықталатындығын дәлелдеді. Оны дамытуға арналған әдістемелік жаттығулар кешені адамдарда тұрақтылықтың даму ерекшеліктерін және іс-әрекетте ерікті зейіннің шоғырлануын анықтауға көмектеседі.

Әдебиеттер

Бродбент Д. Установка на стимул и установка на ответ: два вида селективного внимания // Хрестоматия по вниманию. – СПб.: Речь, 2005. – 282 с.

- Божович Л.И. Проблемы формирования личности / Под ред. Д.И. Фельдштейна. – М.: МОДЭК, 2001. – 256 с.
- Пилипко Н.В. Возможности практической психологии в образовании. Выпуск 1. – М.: Перспектива, 2001. – 88 с.
- Добрынин Н.Н. Психология внимания. – СПб.: Питер, 2009. – 104 с.
- Ефимкина Р.П. Психология развития // Методические указания. – Новосибирск: Новосибирский ун-т, 2004. – 54 с.
- Запорожец А.В. Избранные психологические труды. – М.: Директ-Медиа, 2008. – 1287 с.
- Кошелева И.А. Психологические основы внимания. – М.: Академия, 2010. – 12 с.
- Personality and problems of development / ed. E.A. Chudina. – М.: Insti, 2003. – 172 p.
- Nemov R.S. General Psychology. – М.: Vldos, 2008. – 400 p.
- Psychology of higher cognitive processes / Ed. T.N. Ushakova, N.I. Chuprikova. – М.: IP RAS, 2006. – 304 p.
- Rottenberg A. Psychology of attention. – М.: Medicine, 2002. – 312 p.
- Rubinstein S.L. Fundamentals of General Psychology. – St. Petersburg: Peter, 2000. – 712 p.
- Rutman E.M. The development of higher forms of attention in ontogenesis and childhood. – St. Petersburg: Peter, 2010. – 16 p.
- Shapovalenko I.V. Age Psychology. – М.: Gardariki, 2005. – 349 p.
- Shintar Z.L. Introduction to school life [Text] manual for students of ped. Universities / Z.L. Shintar. – Grodno: GRSU, 2002. – 119 p.

References

- Broadbent D. (2005) Ustanovka na stimuly i ustanovka na otvet: dva vida selektivnogo vnimanija [Installation on the stimulus and installation on the answer: two types of selective attention]. Reader of attention. St. Petersburg: Speech, 282 p.
- Bozhovich L.I., D.I. Feldstein (Eds.) (2001) Problemy formirovaniya lichnosti [Problems of personality formation]. M: MODEK, 256 p.
- Dobrynin N.N. (2009) Psihologija vnimanija [Psychology of attention]. St. Petersburg: Peter, 104 p.
- Chudina E.A. (2003) Lichnost i problem razvitiya [Personality and problems of development]. M: Insti, 172 p.
- Efimkina R.P. (2004) Psihologija razvitiya [Development Psychology]. Guidelines Novosibirsk: Novosibirsk University, 54 p.
- Kosheleva I.A. (2010) Psihologicheskie osnovy vnimanija [The psychological basis of attention.]. M: Academy, 12 p.
- Nemov R.S. (2008) [Obshaya psichologiya]. General Psychology. M: Vldos, 400 p.
- Rottenberg A. (2002) Psychology of attention. M. Medicine, 312 p.
- Rubinstein S.L. (2000) Osnovi obshchey psichologii [Fundamentals of General Psychology]. St. Petersburg: Peter, 712 p.
- Rutman E.M. (2010) Razvitiye vyshch form vnimanija v ontogeneze i detstva [The development of higher forms of attention in ontogenesis and childhood]. St. Petersburg: Peter, 16 p.
- Shapovalenko I.V. (2005) Vozrstnaya psichologiya [Age Psychology]. M: Gardariki, 349 p.
- Shintar Z.L. (2002) Introduction to school life. Grodno: GrSU, 119 p.
- Ushakova T.N., Chuprikova N.I. (2006) Psichologiya vyshch kognitivnih processov [Psychology of higher cognitive processes]. M: IP RAS, 304 p.
- Pilipko N.V. (2001). Vozmozhnosti prakticheskoy psichologii v obrazovanii [The possibilities of practical psychology in education. Issue 1]. M: Perspective, 88 p.
- Zaporozhets A.V. (2008) Izbrannye psichologicheskie Trudy [Selected psychological works.]. M: Directmedia Publishing, 1287 p.