

教师资格考试心理学指导：注意的外部表现 PDF转换可能丢失图片或格式，建议阅读原文

https://www.100test.com/kao_ti2020/459/2021_2022__E6_95_99_E5_B8_88_E8_B5_84_E6_c38_459425.htm 人在集中注意于某个对象时，常常伴随有特定的生理变化和表情动作。注意时最显著的外部表现，有下列几种：适应性运动。人在注意听一个声音时，耳朵转向声音的方向，所谓"侧耳倾听"；人在注意看一个物体时，把视线集中在该物体上，盯着眼睛看，所谓"举目凝视"；当沉浸于思考或想象时，眼睛常常是"呆视着"，好象看着远方一样，周围的对象就被感知得模糊起来而不分散注意了。人在进行视知觉的时候，眼睛的视线总是对准所注意的对象的某一点，这一点成为眼睛的注视点，并且不断地转动着视线以转换注意的目标。眼睛是以跳动的方式将视线转换到新的目标上去的。在每次转换目标以后，眼睛稍许停顿片刻，注视这一目标，然后再跳动到新的注视点上去。在注意对象的时候，眼睛就是这样不断地以注视、跳动、再注视……观察着所知觉的对象。可以利用照相、电影摄影，或者记录眼球运动时眼肌的电位变化，来研究注意时眼球运动的轨迹，以确定注意时对象的不同部分所起的作用。无关运动的停止。当人集中注意时，常常表现不静止状态。当教师能抓住学生的注意时，教室出现一片寂静。呼吸运动的变化。人在注意时，呼吸变得轻微而缓慢，呼与吸的时间比例也改变了，一般吸得更短促，呼得愈加延长了。在紧张注意时，甚至会出现呼吸暂时停止的情况，即所谓"屏息"现象。静止是紧张注意的特征，当演员能够抓住观众的注意的时候，观众就会停止身体的运动，剧院里出现一片寂静。在紧

张注意时，还会出现心脏跳动加速，牙关紧闭，握紧拳头等现象。但注意的外部表现，有时可和内部状态不相一致，如貌似注意一件事而实际上心理活动却指向和集中于另一件事上。所以除了注意和不注意以外，还有似注意和似不注意的现象。100Test 下载频道开通，各类考试题目直接下载。详细请访问 www.100test.com