

《普通心理学》：注意的概念 PDF转换可能丢失图片或格式，建议阅读原文

https://www.100test.com/kao_ti2020/60/2021_2022__E3_80_8A_E6_99_AE_E9_80_9A_E5_c38_60056.htm

一、什么是注意 注意是心理活动对一定对象的指向和集中。这里的心理活动既包括感知觉、记忆、思维等认识活动，也包括情感过程和意志过程。心理过程的出现，都有一定的针对性和实质内容。认识活动有认识加工的对象，情感过程有所要表达的对象，意志过程也是有目的性地从事某种活动，朝向某个目标。这些心理活动的对象同时也是注意的对象。需要说明的是，注意的对象不仅仅是外部的活动和事物，人的内在心理活动和机体状态也可以成为注意的对象。感觉到机体的病痛，意识到自身情绪的变化和意志坚持的程度，都是注意指向内部对象的体现。指向性和集中性是注意的两个基本特性。指向性是指心理活动在某一时刻总是有选择地朝向一定对象。因为人不可能在某一时刻同时注意到所有的事物，接收到所有的信息，只能选择一定对象加以反映。就像满天星斗，我们要想看清楚，就只能朝向个别方位或某个星座。指向性可以保证我们的心理活动去清晰而准确地把握某些事物。集中性是指心理活动停留在一定对象上的深入加工过程，注意集中时心理活动只关注所指向的事物，抑制了与当前注意对象无关的活动。比如，当我们集中注意去读一本书的时候，对旁边的人声、鸟语或音乐声就无暇顾及，或者有意不去关注它们。注意的集中性保证了我们对注意对象有更深入完整的认识。指向性和集中性统一于同一注意过程中，保证了注意的产生和维持。当学生上课的时候，他的心理活动不可能指向教室

内外的各种事物，只能选择教师的教学活动作为自己的注意对象。另外在听课过程中，他必须始终关注教师的教学，抑制与听课无关的小动作。只有在正确指向的基础上加以集中，才能使一个学生在一堂课中清晰、完整、深入地理解教学内容。

二、注意是心理活动的组织特性 注意虽然是一种非常重要的心理机制，但却不是一种独立的心理过程。注意是认识、情感和意志等心理过程的共同的组织特性。注意是伴随心理过程出现的，离开了具体的心理活动，注意就无从产生和维持。当我们说“注意看黑板”，是感知活动中的注意“注意这个问题”，则又是思维活动中的注意了。人们在看一部悲剧作品时伤心落泪，说明注意既伴随着认识活动，又伴随着情感过程。反之，没有注意的指向和集中对心理活动的组织作用，任何种心理活动都无法展开和进行。注意可以说是信息进入我们认知系统的门户，它的开合直接影响着其他心理机能的工作状态。所以，注意虽然不是是一种独立的心理过程，但在心理过程中发挥着不可或缺的作用。

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