

《心理学》：无意注意和有意注意 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_E5_BF_83_E7_90_86_E5_c38_60348.htm

一、无意注意它是一种自然而然发生的、不需要作任何意志上的努力的注意。例如大家正在开讨论会，忽然一个人推门进来，大家都不由自主地转过头去看他，这就是无意注意。无意注意是由刺激物的特点和对我们有直接兴趣的事物所引起的。凡是具有以下特点的事物都容易引起我们的无意注意。(1)相对强烈的刺激：例如一声巨响、一道强光、一种鲜艳的颜色，都会立刻引起我们的注意。但是在这种情况下，起决定作用的不是刺激的绝对强度，而是刺激的相对强度(即一种刺激与其他刺激互相比较的力量)。例如在屋里安静的时候，很小的脚步声也能引起注意，而在很喧闹时，这种脚步声就不起作用了。(2)突然发生变化的刺激：例如在听报告时，如果报告人的声音突然停止了，马上就会引起听众的注意。(3)不断变化的刺激：例如霓虹灯的一闪一熄的刺激，特别容易引起行人的注意。(4)在背景中特别突出的刺激：例如“万绿丛中一点红”，“鹤立鸡群”，在许多小孩中有一个大人，就容易成为注意的对象。凡是对我们有直接兴趣的事物，都能引起我们的注意。这类兴趣通常又分为两种。(1)专业的兴趣：一个热爱自己工作的人，他对有关工作的一切事物都会觉得有兴趣，都要注意它。(2)一般的兴趣：那些与一个人已有的知识有联系的事物以及能增进一个人新知识的事物，容易引起这个人的注意。中国许多古典小说每章的结尾，常常说“欲知后事如何，且听下回分解”，引起看的人爱不释手，希望一章一章地追

寻下去，这就是因为在旧知识的基础上提出了新问题，使读者渴望知道“后事如何”。二、有意注意它是一种有自觉的目的、需要作一定意志上的努力的注意。例如我正在专心看书，听见别人谈到使我感到兴趣的问题，我的注意就不由自主地转向他们的谈话内容，这是无意注意。如果当时我想到必须坚持学习，经过一定的努力，仍旧把注意集中到书上，这就是有意注意。这是一种主动的、服从于一定目的要求的注意。有意注意是在生活实践中发展起来的。我们在日常生活和工作中经常会遇到一些自己不感兴趣而又必须做的事，这时我们就必须作一定的努力，迫使自己把注意集中到那些活动上去。引起我们有意注意的事物常常是一些我们对之有间接兴趣的事物。例如我们本来对学习外语没有兴趣，不注意学习，但认识到它是学习外国先进的科学技术的一个重要条件，于是就决心努力学习外语。但这时我们对学习外语本身还没有兴趣，而只是对学习外语的目的和作用有兴趣，所以才努力学习。这就是由于间接兴趣在支持。由此可见，有意注意是和认识工作的目的、积极地克服困难、努力地完成任务等方面分不开的。无意注意和有意注意常常在一定条件下又可以互相转化。例如有人初学古典文学时，本来不感兴趣，只是为了需要，不得不集中注意去学习，这时的注意就是有意注意。后来由于逐步克服困难，获得了优良成绩，这种学习的本身渐渐引起他的兴趣，他的注意就自然而然地集中到这种学习上去了。这时，原来的有意注意也就转变为无意注意了。当然这种无意注意不同于一般的无意注意，它是一种“特殊类型”的无意注意。这种无意注意可以称为“有意后注意”，因为它是由有意注意通过努力学习而转化来的。

。这是在教学中对学生最需要培养的一种注意。无意注意有时也可以在一定条件下转化为有意注意。例如，在树林中我们突然发现一种特别奇异的植物，这本来是无意注意，但如果我们因此有目的地去研究它，这时的注意就成为有意注意了。任何工作和学习，都要求有意注意和无意注意相互为用，因为只靠有意注意而没有直接兴趣的工作和学习是很吃力的，是难以持久的。同时任何工作和学习都有它比较枯燥和单调的一面，而且常常有别的事物在干扰我们的注意，所以只靠无意注意也是难以持久的。 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