**Ощущение и восприятие: понятие, классификация, свойства.**

Ощущения - начальный источник всех наших знаний о мире. При помощи ощущений мы познаем величину, фор­му, цвет, плотность, температуру, запах, вкус окружаю­щих нас предметов и явлений, улавливаем различные зву­ки, постигаем движение и пространство и пр. Именно ощущения дают материал для сложных психических про­цессов - восприятия, мышления, воображения.

Обязательным условием возникновения ощущения яв­ляется *непосредственное воздействие предмета или явления на наши органы чувств.* Предметы и явления действитель­ности, которые воздействуют на органы чувств, называ­ются **раздражителями.** Процесс воздействия их на органы чувств называется **раздражением.**

Уже древние греки различали пять органов чувств и соответствующие им ощущения: зрительные, слуховые, осязательные, обонятельные и вкусовые. Современная на­ука значительно расширила представления о видах ощу­щений человека.

**Орган чувств** - анатомо-физиологический аппарат, рас­положенный на периферии тела или во внутренних орга­нах; специализирован для приема воздействия определен­ных раздражителей из внешней и внутренней среды. Каж­дый такой аппарат связывает мозг с внешним миром, обеспечивает поступление в мозг разнообразной инфор­мации. И.П. Павлов предложил назвать **их анализаторами.** Любой анализатор состоит из трех отделов: орган чувств - рецептор (от латинского слова «receptor» -принимающий), который воспринимает действующий на него раздражитель; проводниковая часть и нервные цент­ры коры головного мозга, где происходит переработка нервных импульсов. Все отделы анализатора работают как единое целое.Ощущение не возникнет, если повреждена любая частьанализатора. Так, зрительные ощущения прекращаются ипри повреждении глаз, и при поражении зрительных не рвов, и при разрушении соответствующих участков корыголовного мозга. Окружающая действительность, воздействуя на наши органы чувств (глаз, ухо, окончания чувствительных нервов в коже и т.д.), вызывает ощущения. Ощущения появляются тогда, когда вызванное каким-либо раздражителем возбуждение в органе чувств распространяется по цен- тростремительным путям на соответствующие участки коры головного мозга и подвергается там тончайшему анализу. Мозг получает информацию и от внешнего мира и от самого организма. Поэтому анализаторы бывают *внешними* и *внутренними.* У внешних анализаторов рецепторы выне­сены на поверхность тела - глаз, ухо и пр. Внутренние анализаторы имеют рецепторы, расположенные во внут­ренних органах и тканях. Своеобразное положение зани­мает *двигательный анализатор.* Анализатор - сложный нервный механизм, который производит тонкий анализ окружающего мира, то есть выделяет отдельные его элементы и свойства. Каждый ана­лизатор приспособлен для выделения определенных свойств предметов и явлений: глаз реагирует на световые раздра­жения, ухо - на слуховые и пр. Главная часть каждого органа чувств - рецепторы, окон­чания чувствующего нерва. Это органы чувств, реагирую­щие на определенные раздражители: глаз, ухо, язык, нос, кожа, и специальные рецепторные нервные окончания, за­ложенные в мышцах, тканях и внутренних органах тела. Такие органы чувств, как глаз, ухо объединяют десятки тысяч рецепторных окончаний. Воздействие раздражителя на ре­цептор приводит к возникновению нервного импульса, который по чувствующему нерву передается в определен­ные участки коры больших полушарий головного мозга. Ощущение - отражение отдельных свойств предметов и явлений при их непосредственном воздействии на органы чувств. В настоящее время насчитывают около двух десятков различных анализаторных систем, отражающих воздействия внешней и внутренней среды на организм. Различные виды ощущений возникают в результате воздействия различных раздражителей на различные анализаторы.

Ощущения мы получаем при помощи органов чувств. Каждый из них дает нам свои особые ощущения - зри­тельные, слуховые, обонятельные, вкусовые и пр.

***Виды ощущений:* Зрительные ощущения** - это ощущения света и цвета. Все, что мы видим, имеет какой-нибудь цвет. Бесцветным мо­жет быть только совершенно прозрачный предмет, кото­рый мы не видим. Цвета бывают *ахроматические* (белый и черный и промежуточные между ними оттенки серого) и *хроматические* (различные оттенки красного, желтого, зе­леного, синего).

Зрительные ощущения возникают в результате воздей­ствия световых лучей (электромагнитных волн) на чув­ствительную часть нашего глаза. Светочувствительным ор­ганом глаза является сетчатка, в которой находятся клет­ки двух типов - палочки и колбочки, названные так за их внешнюю форму. Таких клеток в сетчатке очень много -около 130 палочек и 7 млн. колбочек.

**Слуховые ощущения** возникают при помощи органа слуха. Различают три вида слуховых ощущений: *речевые, музы­кальные* и *шумы.* В этих видах ощущений звуковой анализа­тор выделяет четыре качества: *силу звука* (громкий-сла­бый), *высоту* (высокий-низкий), *тембр* (своеобразие го­лоса или музыкального инструмента), *длительность звука* (время звучания), а также *темпа-ритмические особенности* последовательно воспринимаемых звуков.

Слух к ***звукам речи*** называется фонематическим. Он фор­мируется в зависимости от речевой среды, в которой вос­питывается ребенок. Овладение иностранным языком пред­полагает выработку новой системы фонематического слу­ха. Развитый фонематический слух ребенка заметно влияет на безошибочность письменной речи, особенно в началь­ной школе. ***Музыкальный слух*** ребенка воспитывается и формируется, как и речевой слух. Здесь большое значение имеет раннее приобщение ребенка к музыкальной культу­ре человечества.

**Шумы** могут вызывать у человека определенный эмо­циональный настрой (шум дождя, шелест листьев, вой вет­ра), иногда служат сигналом приближающейся опасности (шипение змеи, грозный лай собаки, грохот идущего по­езда) или радости (топот ножек ребенка, шаги приближа­ющегося любимого человека, гром салюта). В школьной практике чаще приходится сталкиваться с отрицательным влиянием шума: он утомляет нервную систему человека.

**Вибрационные ощущения** отражают колебания упругой среды. Такие ощущения человек получает, например, при прикосновении рукой к крышке звучащего рояля. Вибра­ционные ощущения обычно не играют важной роли для человека и развиты очень слабо. Однако они достигают весь­ма высокого уровня развития у многих глухих, которым они частично заменяют отсутствующий слух.

**Обонятельные ощущения.** Способность чувствовать запа­хи называется обонянием. Органами обоняния являются специальные чувствительные клетки, которые находятся в глубине носовой полости. Отдельные частички разнообраз­ных веществ проникают в нос вместе с воздухом, который мы вдыхаем. Так мы получаем обонятельные ощущения. У современного человека обонятельные ощущения играют сравнительно незначительную роль. Но люди слепо-глухие пользуются обонянием, как зрячие - зрением со слухом: определяют по запахам знакомые места, узнают знакомых людей, получают сигналы об опасности и пр.

**Вкусовые ощущения** возникают при помощи органов вкуса - вкусовых почек, расположенных на поверхности языка, глотки и неба. Существует четыре вида основных вкусовых ощущений: *сладкое, горькое, кислое, соленое.* Раз нообразие вкуса зависит от характера сочетаний этих ощу­щений: горько-соленое, кисло-сладкое и т.д. Малое число качеств вкусовых ощущений не означает однако ограни­ченности вкусовых ощущений. В пределах соленого, кис­лого, сладкого, горького возникает целый ряд оттенков, каждый из которых придает вкусовым ощущениям новое своеобразие.

Вкусовые ощущения человека находятся в большой за­висимости от чувства голода, невкусная пища кажется вкус­нее в состоянии голода. Вкусовые ощущения очень зависят от обонятельных. При сильном насморке любое, даже са­мое любимое, блюдо кажется безвкусным. Кончик языка лучше всего чувствует сладкое. Края язы­ка чувствительны к кислому, а его основание - к горькому.

**Кожные ощущения** - тактильные (ощущения прикос­новения) и *температурные* (ощущения тепла или холо­да). На поверхности кожи имеются разные виды нервных окончаний, каждый из которых дает ощущение или при­косновения, или холода, или тепла. Чувствительность разных участков кожи к каждому виду раздражений раз­лична. Прикосновение больше всего ощущается на кон­чике языка и на кончиках пальцев, спина менее чувстви­тельна к прикосновению. К воздействию тепла и холода наиболее чувствительна кожа тех частей тела, которые обычно прикрыты одеждой, поясницы, живота, груди. Температурные ощущения имеют весьма выраженный эмоциональный тон. Так, средние температуры сопровож­даются положительным чувством, характер эмоциональ­ной окраски для тепла и холода различен: холод пережи­вается как бодрящее чувство, теплота - как расслабляю­щее. Температура же высоких показателей, как в сторону холода, так и тепла, вызывает отрицательные эмоцио­нальные переживания.

**Двигательные (или кинестезические) ощущения** - это ощу­щения движения и положения частей тела. Благодаря дея­тельности двигательного анализатора человек получает воз­можность координировать и контролировать свои движе­ния. Рецепторы двигательных, ощущений расположены в мышцах и сухожилиях, а также в пальцах рук, языке и губах, так как именно этими органами осуществляются точные и тонкие рабочие и речевые движения.

Развитие кинестезических ощущений - одна из важных задач обучения. Уроки труда, физкультуры, рисования, черчения, чтения должны быть спланированы с учетом возможностей и перспектив развития двигательного ана­лизатора. Для овладения движениями большое значе­ние имеет их эстетическая выразительная сторона. Дети овладевают движениями, а следовательно и своим телом в танцах, художественной гимнастике и других видах спорта, развивающих красоту и легкость движений.

**Органические ощущения** рассказывают нам о работе на­шего организма, наших внутренних органов - пищевода, желудка, кишечника и многих других, в стенках которых и находятся соответствующие рецепторы. Пока мы сыты и здоровы, мы вообще не замечаем никаких органических ощущений. Они появляются только тогда, когда в работе организма что-нибудь нарушается. Например, если человек съел что-то не очень свежее, нарушится работа его желуд­ка, и он сразу это почувствует: появится боль в животе.

Голод, жажда, тошнота, боль, половые ощущения, ощущения, связанные с деятельностью сердца, дыханием и т.д. - все это органические ощущения. Если бы их не было, мы не могли бы вовремя распознать какую-нибудь болезнь и помочь своему организму справиться с ней.

**Осязательные ощущения** - это сочетания кожных и дви­гательных ощущений *при ощупывании предметов,* то есть при прикосновении к ним движущейся руки.

Маленький ребенок начинает познавать мир с осяза­ния, ощупывания предметов. Это один из важных источ­ников получения информации об окружающих его пред­метах.

У людей, лишенных зрения, осязание - одно из важ­нейших средств ориентировки и познания. В результате упражнений оно достигает большого совершенства. Такие люди могут вдевать нитку в иголку, заниматься лепкой, несложным конструированием, даже шитьем, приготов­лением пищи.

Сочетание кожных и двигательных ощущений, возника­ющих при ощупывании предметов, т.е. при прикосновении к ним движущейся руки, называется **осязанием.** Органом осязания является рука. **Болевые ощущения** имеют защитное значение: они сиг­нализируют человеку о неблагополучии, возникшем в его организме. Если бы ощущение боли отсутствовало, чело­век не чувствовал бы даже серьезных ранений. Полная не­чувствительность к боли - редкая аномалия, и она прино­сит человеку серьезные неприятности.

Болевые ощущеиия имеют различную природу. Во-пер­вых, существуют «точки боли» (специальные рецепторы), расположенные на поверхности кожи и во внутренних орга­нах и мышцах. Механическое повреждение кожи, мышц, заболевания внутренних органов дают ощущения боли. Во-вторых, ощущения боли возникают при действии сверх­сильного раздражителя на любой анализатор. Ослепляю­щий свет, оглушительный звук, сильный холод или теп­ловое излучение, очень резкий запах вызывают и болевое ощущение.

**Восприятие:** Знания об окружающем мире при непосредственном контакте с ним человек получает не только через ощуще­ния, но и через **восприятия.** И ощущения и восприятия -звенья единого процесса чувственного познания. Они не­разрывно взаимосвязаны, но имеют и свои отличитель­ные особенности. В результате ощущений человек получа­ет знания об отдельных свойствах, качествах предмета - о его цвете, температуре, вкусе, звучании и пр. Но в реаль­ной жизни мы видим не просто пятна света или цвет, слышим не просто громкие или тихие звуки, ощущаем запах не сам по себе. Мы видим свет солнца или электри­ческой лампы, слышим мелодии музыкального инструмен­та или голос человека и пр. Восприятие дает целостные образы предметов или явлений, обладающих рядом свойств. В отличие от ощущения при восприятии человек познает не отдельные свойства предметов и явлений, а предметы и явления окружающего мира в целом.

**Восприятие** - это отражение предметов и явлений, це­лостных ситуаций объективного мира в совокупности их свойств и частей при непосредственном воздействии их на органы чувств.

В основе восприятия лежат ощущения, но восприятие не сводится к сумме ощущений. Например, мы восприни­маем книгу, а не просто сумму ощущений цвета, формы, объема, шероховатости поверхности предмета.

Без ощущений невозможно восприятие. Однако кроме ощущений, восприятие включает прошлый опыт человека в виде представлений и знаний. Воспринимая, мы не толь­ко выделяем группу ощущений и объединяем их в целост­ный образ, но и осмысливаем этот образ, понимаем его, привлекая для этого прошлый опыт. Иначе говоря, воспри-

ятие человека невозможно без деятельности памяти и мыш­ления. Большое значение в процессе восприятия имеет речь, называние, т.е. словесное обозначение, предмета.

Как же происходит процесс восприятия? Специальных органов восприятия нет. Материал для восприятия дают уже известные нам анализаторы. Физиологической осно­вой восприятия является *комплексная деятельность систе­мы анализаторов.* Любой предмет или явление действитель­ности выступает как сложный, комплексный раздражи­тель. Восприятие есть результат аналитико-синтетической деятельности коры мозга: отдельные возбуждения, ощу­щения связаны друг с другом, образуя определенную це­лостную систему.

В отличие от ощущений, образы восприятия возникают обычно в результате работы нескольких анализаторов. К сложным видам восприятий относятся, например, *вос­приятие пространства* и *восприятие времени.* **Воспринимая пространство,** т.е. удаленность предметов от нас и друг от друга, их форму и величину, человек основывается как на зрительных ощущениях, так и на ощущениях слуховых, кожных и двигательных.

**При восприятии времени** помимо слуховых и зритель­ных ощущений большую роль играют ощущения двига­тельные и внутренние, органические.

По силе звука грома мы определяем расстояние, отде­ляющее нас от приближающейся грозы, при помощи ося­зания мы с закрытыми глазами можем определить форму предмета. У людей с нормальным зрением слуховые и ося­зательные ощущения играют подсобную роль в восприя­тии пространства. Но эти ощущения приобретают основ­ное значение для лиц, лишенных органа зрения. Под восприятием времени понимается процесс отра­жения длительности и последовательности событий, про­исходящих в объективном мире. Непосредственному вос­приятию поддаются только очень короткие временные отрезки. Когда же речь идет о более длительных отрезках вре­мени, то правильнее говорить не о восприятии, а о *пред­ставлении времени.* Восприятие времени характеризуется высокой степенью субъективности. Восприятие длитель­ных отрезков времени зависит от того, заполнены ли они какой нибудь деятельностью, а если заполнены, то каков характер этой деятельности. Заполненные положительно эмоционально окрашенными действиями и переживания­ми человека отрезки времени воспринимаются как более короткие. Незаполненные же или заполненные отрицатель­но окрашенными эмоциональными моментами восприни­маются как более длинные. Время, заполненное интерес­ной работой протекает гораздо быстрее, чем то же время, занятое монотонной или скучной деятельностью. Неинте­ресная лекция, скучные уроки кажутся гораздо длиннее, чем лекция или урок в школе, проведенные выразитель­но, интересно, пробуждающие живую мысль слушателей. Наиболее коротким нам кажется время, в течение которо­го надо успеть сделать многое.

Есть люди, которые всегда знают, который сейчас час и могут проснуться в нужное время. У таких людей хорошо развито чувство времени. Чувство времени не врожденное, оно развивается в результате накапливаемого опыта.

Чем богаче жизненный опыт, тем легче ориентироваться во времени, тем легче отрешиться от субъективных эле­ментов в переживании времени. ***Основные свойства восприятия***Воспринимает окружающую действительность не тот или иной орган чувств, а человек определенного пола и возра­ста, со своими интересами, взглядами, направленностью личности, жизненным опытом и пр. Глаз, ухо, рука и дру­гие органы чувств лишь обеспечивают процесс восприя­тия. Поэтому восприятие зависит от психических особен­ностей личности. **Избирательность восприятия.** Из огромного числа мно­гообразных воздействий мы с большой отчетливостью и осознанностью выделяем лишь некоторые. То, что нахо­дится в центре внимания человека при восприятии назы­вают *объектом (предметом) восприятия,* а все остальное -*фоном.* Иначе говоря, что-то для человека в данный мо­мент является основным в восприятии, а что-то второсте­пенным. Восприятие всегда избирательно и зависит от аппер­цепции.

**Апперцепция** - это зависимость восприятия от общего содержания психической жизни человека, его опыта и знаний, интересов, чувств и определенного отношения к предмету восприятия. Известно, что восприятие картины, мелодии, книги у разных людей отличается своеобразием. Иногда человек воспринимает не то, что есть, а то, что ему хочется. Все виды восприятия осуществляются конк­ретным, живым человеком. Воспринимая предметы, чело­век выражает определенное отношение к ним.Так, младшие школьники лучше замечают ярко-окрашен­ные предметы, подвижные предметы на фоне неподвижных. Они полнее и лучше воспринимают рисунок, который учи­тель выполняет при них на доске, чем тот рисунок, показы­ваемый уже в готовом виде. Все, что включено в трудовую учебную, игровую деятельность самого ребенка и тем самым вызывает его активность и повышенный интерес, восприни­мается более полно. Разнообразные практические занятия и упражнения ведут к более глубокому восприятию, а следо­вательно, к познанию предметов и явлений. **Иллюзии восприятия.** Иногда наши органы чувств подводят нас, как бы обманывают. Такие «обманы» органов чувств назы­вают иллюзиями. Поэтому фокусника, секрет работы ко­торого состоит не только в ловкости рук, но и в умении «обмануть» зрение зрителей, называют иллюзионистом. Зрение поддается иллюзиям больше, чем другие органы чувств. Это нашло отражение и в разговорной речи и в посло­вицах: «не верь глазам своим», «обман зрения». ***Индивидуальные особенности восприятия*** Особенности восприятия зависят не только от жизнен­ного опыта, направленности личности, интересов, богат ства духовного мира и т.п., но и от индивидуальных осо­бенностей. Какие это особенности? Люди различаются, во-первых, по характеру приема информации. Ученые выделяют целостный (синтетический) тип во приятия, когда не придают значения деталям и не любят вдаваться в них. Для этого типа характерна ориенти­рованность на суть, смысл, обобщение, а не на детали и частности. Детализирующий (аналитический) тип воспри­ятия, напротив, ориентирован на детали, подробности. Совершенно очевидно, что наиболее продуктивным яв­ляется сочетание того и другого способа. Во-вторых, **- по характеру отражения получаемой ин­формации.** Здесь различают *описательный* и *объяснительный типы* восприятия. *Описательный тип* ориентирован на фак­тическую сторону информации: человек отражает и выда­ет то, что видит и слышит, что читает, максимально при­ближаясь к исходным данным, часто не вникая в их смысл. Среди школьников такой тип восприятия весьма распрос­транен, отсюда частые просьбы учителя: «Расскажи свои­ми словами».

*Объяснительный тип* не удовлетворяется тем, что не­посредственно дано в самом восприятии. Он старается найти общий смысл информации. Лучше всего - золотая середи­на. Но не всегда это достигается. Чтобы создать гармонию этих типов восприятия, необходимо знать их особеннос­ти, иметь представление об их механизмах, уметь их диаг­ностировать, и на этой основе проводить педагогическую работу.

В-третьих, **- по характеру особенностей самой личности.** Здесь различают *объективный тип* восприятия, когда че­ловек ориентирован на точность восприятия, непредвзя­тость. Можно сказать, что у него сформировался иммуни­тет к догадкам, предположениям, домыслам и т.д., и *субъек­тивный тип,* когда восприятие подчинено субъективному отношению к тому, что воспринимается, пристрастной его оценке, сложившимся ранее предвзятым мыслям о нем. Это наиболее часто встречающийся житейский тип вос­приятия. Вспомните рассказ А.П. Чехова «Хамелеон».

Литература: «Психология» под ред. И.В Дубровиной