**Психолого-педагогический практикум**

1 занятие

**Тема «Познавательные психические процессы: ощущения и восприятие»**

**Цель:** обобщение и обогащение представлений педагогов о познавательных психических процессах.

**Задачи:**

- уточнить знания педагогов о содержании понятий «ощущение», «восприятие»,

- рассмотреть классификацию ощущений и восприятия, зависимость восприятия от особенностей личности,

- выделить свойства, а также виды нарушений ощущений и восприятия,

- привести примеры развития разных видов восприятия у дошкольников на занятиях.

 **Практическая часть.** Педагоги делятся на 2 команды и отвечают на вопросы:

1. - Как вы понимаете термин «ощущения»? (Дайте определение.)

- Какие виды ощущений вы знаете?

- С какого возраста у ребёнка начинают развиваться ощущения?

1. - Как вы понимаете термин «восприятие»? (Дайте определение.)

- Перечислите виды восприятия вы знаете?

- Когда у ребёнка начинает развиваться восприятие?

**ОЩУЩЕНИЯ**

 Это простейший познавательный процесс.

 Предметы и явления окружающего мира отличаются различными свойствами и качествами, и отражение мозгом этих предметов невозможно без отражения их свойств и качеств.

 **Ощущения** – это отражение в коре головного мозга отдельных свойств предметов и явлений окружающего мира, воздействующих в данный момент на мозг человека.

 При помощи ощущений мы познаём величину, цвет, плотность, температуру, запах, вкус окружающих нас предметов, знакомимся с производимыми ими звуками. Если бы человек был лишён ощущений, он никакими способами не мог бы познать окружающий мир.

 Таким образом, ощущения являются начальным источником наших знаний об окружающем мире.

Существуют различные подходы к **классификации ощущений**.

Издавна принято различать ***пять (по количеству органов чувств) основных видов ощущений***: обоняние, вкус, осязание, зрение и слух. Эта классификация ощущений по основным модальностям является правильной, хотя и не исчерпывающей.

Рассмотрим ***систематическую классификацию ощущений***. Данная классификация была предложена английским физиологом Ч. Шеррингтоном.



 Итак, ***виды ощущений*.**

1. Ощущения внешнего мира:

- *зрительные* (света и цвета),

- *слуховые* (высота, громкость, тембр звука),

- *вкусовые* (ощущения сладкого, кислого, солёного и горького),

- *обонятельные* (у современного человека играют сравнительно незначительную роль, но при потере зрения и слуха приобретают особо важное значение),

- *кожные* (тактильные – ощущения прикосновения и температурные).

1. Ощущения, отражающие состояния организма:

- *органические* (голода, жажды, тошноты, сытости и т.д.),

- *ощущения равновесия*,

- *двигательные* (ощущения движения и положения частей тела).

1. Особые ощущения:

- *осязательные* (сочетание кожных и двигательных ощущений),

- *болевые*.

Все ощущения могут быть охарактеризованы с точки зрения их свойств. Причем свойства могут быть не только специфическими, но и общими для всех видов ощущений.

К основным **свойствам ощущений** относят:

- качество,

- интенсивность,

- продолжительность,

- пространственную локализацию,

- абсолютный и относительный пороги ощущений.

Качество — это свойство, характеризующее основную информацию, отображаемую данным ощущением, отличающую его от других видов ощущений и варьирующую в пределах данного вида ощущений. Например, вкусовые ощущения предоставляют информацию о некоторых химических характеристиках предмета:

сладкий или кислый, горький или соленый. Обоняние тоже предоставляет нам информацию о химических характеристиках объекта, но другого рода: цветочный запах, запах миндаля, запах сероводорода и др.

Интенсивность ощущения является его количественной характеристикой и зависит от силы действующего раздражителя и функционального состояния рецептора, определяющего степень готовности рецептора выполнять свои функции. Например, если у вас насморк, то интенсивность воспринимаемых запахов может быть искажена.

Длительность (продолжительность) ощущения — это временная характеристика возникшего ощущения. Она также определяется функциональным состоянием органа чувств, но главным образом — временем действия раздражителя и его интенсивностью. Следует отметить, что у ощущений существует так называемый латентный (скрытый) период. Во-первых, при воздействии раздражителя на орган чувств ощущение возникает не сразу, а спустя некоторое время. Латентный период различных видов ощущений неодинаков. Например, для тактильных ощущений он составляет 130 мс, для болевых — 370 мс, а для вкусовых — всего 50 мс.

Во-вторых, ощущение и не исчезает одновременно с прекращением его действия. Эта инерция ощущений проявляется в так называемом последействии. Зрительное ощущение, например, обладает некоторой инерцией и исчезает не сразу после прекращения действия вызвавшего его раздражителя. След от раздражителя остается в виде последовательного образа.

Для ощущений характерна пространственная локализация раздражителя. Анализ, осуществляемый рецепторами, дает нам сведения о локализации раздражителя в пространстве, т. е. мы можем сказать, откуда падает свет, идет тепло или на какой участок тела воздействует раздражитель.

Все вышеописанные свойства в той или иной степени отражают качественные характеристики ощущений.

Однако не менее важное значение имеют количественные параметры основных характеристик ощущений, иначе говоря, степень чувствительности. Человеческие органы чувств — удивительно тонко работающие аппараты.

Различают два вида чувствительности: абсолютную чувствительность и чувствительность к различию. Под абсолютной чувствительностью подразумевают способность ощущать слабые раздражители, а под чувствительностью к различию — способность ощущать слабые различия между раздражителями. Однако не всякое раздражение вызывает ощущение. Мы не слышим тиканья часов, находящихся в другой комнате. Мы не видим звезд шестой величины. Для того чтобы ощущение возникло, сила раздражения должна иметь определенную величину.

Минимальная величина раздражителя, при котором впервые возникает ощущение, называется абсолютным порогом ощущения. Раздражители, сила действия которых лежит ниже абсолютного порога ощущения, не дают ощущений, но это не значит, что они не оказывают никакого воздействия на организм. Так, исследования отечественного физиолога Г. В. Гершуни и его сотрудников показали, что звуковые раздражения, лежащие ниже порога ощущения, могут вызывать изменение электрической активности мозга и расширение зрачка.

Для определения **нарушений ощущения** используются термины: анестезия, гипестезии, гиперестезия, сенестопатия и парестезия.

Анестезия – отсутствие каких-либо ощущений. (Глухота, слепота, редкая аномалия – полная нечувствительность к боли.)

Гипестезия – ослабление ощущений, при котором сильные раздражители воспринимаются как слабые, яркий свет как тусклый, сильный звук как слабый, резкий запах как слабоощутимый и т.д. (Понижение слуха, зрения, в т.ч. дальтонизм.)

Гиперестезия – усиление ощущений, при которой наблюдаются противоположные описанным при гипестезии явления. При гиперестезии, например, больные защищаются от «яркого» света темными очками, жалуются на неприятные болезненные ощущения от мягкого нижнего белья, раздражаются от любого прикосновения и пр.

Парестезии – появление неприятных ощущений с поверхностных частей тела при отсутствии реальных раздражителей. Это могут быть жалобы на жжение, покалывание, переживание прохождения электрического тока через отдельные участки кожи, чувство отморожения кончиков пальцев и др. Локализация парестезий непостоянна, изменчива, разной интенсивности и продолжительности.

Сенестопатии - неприятно переживаемые ощущения разной интенсивности и длительности со стороны внутренних органов при отсутствии установленной соматической патологии. Они, как и парестезии, трудно вербализуемы больными, и при их описании последние чаще всего используют сравнения. Например: как будто шевелится кишечник, воздух продувает мозг, печень увеличилась в размерах и давит на мочевой пузырь и др.

Чаще всего две последние патологии ощущений встречаются при астенических расстройствах различной этиологии. (Астения – психопатологическое состояние, характеризующееся слабостью, утомляемостью, эмоциональной лабильностью, гиперестезией, нарушениями сна.) Но могут наблюдаться и при психотических вариантах заболеваний. Длительно существующие парестезии или сенестопатии могут быть основанием для формирования ипохондрического бреда, бреда воздействия.

Ощущения **начинают развиваться сразу после рождения ребенка** и интенсивно развиваются в первые месяцы жизни. Спустя непродолжительное время после рождения ребенок начинает реагировать на раздражители всех видов. Однако существуют различия в степени зрелости отдельных чувств и в этапное их развития.

Сразу после рождения у ребенка более развитой оказывается кожная чувствительность. При появлении на свет ребенок дрожит из-за различия температуры тела матери и температуры воздуха. Реагирует новорожденный ребенок и на прикосновения, причем наиболее чувствительны у него губы и вся область рта. Вполне вероятно, что новорожденный может ощущать не только тепло и прикосновение, но и боль.

Уже к моменту рождения у ребенка достаточно высоко развита вкусовая чувствительность. Новорожденные дети по-разному реагируют на введение им в рот раствора хинина или сахара. Через несколько дней после рождения ребенок отличает молоко матери от подслащенной воды, а последнюю от простой воды.

С момента рождения у ребенка уже достаточно развита обонятельная чувствительность. Новорожденный ребенок по запаху материнского молока определяет, есть в комнате мать или нет. Если ребенок первую неделю питался материнским молоком, то он будет отворачиваться от коровьего, лишь почувствовав его запах. Однако обонятельные ощущения, не связанные с питанием, развиваются достаточно долго. Они мало развиты у большинства детей даже в четырех-пятилетнем возрасте.

Более сложный путь развития проходят зрение и слух, что объясняется сложностью строения и организации функционирования данных органов чувств и меньшей зрелостью их к моменту рождения. В первые дни после рождения ребенок не реагирует на звуки, даже очень громкие. Это объясняется тем, что слуховой проход новорожденного заполнен околоплодной жидкостью, которая рассасывается лишь через несколько дней. Обычно ребенок начинает реагировать на звуки в течение первой недели, иногда этот срок затягивается до двух-трех недель.

**ВОСПРИЯТИЕ**

С помощью ощущений человек познаёт отдельные свойства предметов и явлений окружающего мира. Но в мире существуют не отдельные свойства сами по себе, а предметы, вещи, явления: не свет, а светящиеся предметы, не звуки, а предметы и явления, производящие звуки и т.д. Поэтому на основе ощущений должен строиться познавательный процесс более высокого уровня, как процесс отражения предметов в целом, в совокупности их свойств, иначе познание мира будет невозможным. Таким процессом и является восприятие.

**Восприятие** – это отражение в коре головного мозга предметов и явлений, действующих на анализаторы человека.

Специальных органов восприятия нет. Материалы для восприятия дают ощущения (через анализаторы). Т.е. восприятие – связь различных ощущений.

Например, лимон: воспринимая его в первый раз, ребёнок ощущает его круглую форму и жёлтый цвет через зрительный анализатор; его своеобразный аромат через обонятельный анализатор; кислый вкус через вкусовой анализатор; мягкую, шероховатую поверхность через осязательный анализатор. Таким образом, предмет, в данном случае лимон, выступает как сложный комплексный раздражитель.

Опираясь на современную психологическую литературу, можно выделить несколько подходов к **классификации восприятия**. В основе одной из классификаций восприятия, так же как и ощущений, лежат различия в анализаторах, участвующих в восприятии. В зависимости от того, какой анализатор играет в восприятии преобладающую роль, различают следующие ***виды восприятия:***

- зрительное,

- слуховое,

- осязательное,

- обонятельное,

- вкусовое,

- сложное (различные виды восприятия редко встречаются в чистом виде, обычно они комбинируются, и в результате возникают сложные виды восприятия: так, например, восприятие учеником текста на уроке включает зрительное, и слуховое восприятие; осязательное восприятие – тоже сложный вид восприятия, сочетание кожных и двигательных ощущений).

Основой другого типа классификации типов восприятия являются ***формы существования материи***: пространство, время и движение. В соответствии с этой классификацией выделяют:

- восприятие пространства,

- восприятие времени,

- восприятие движения.

Существуют различия восприятия ***по степени преднамеренности***. Принято выделять непреднамеренное (или непроизвольное) и преднамеренное (произвольное) восприятие. При непреднамеренном восприятии мы не руководствуемся заранее поставленной целью или задачей — воспринять данный предмет. Восприятие направляется внешними обстоятельствами. Преднамеренное восприятие, напротив, с самого начала регулируется задачей — воспринять тот или иной предмет или явление, ознакомиться с ним.

К основным **свойствам восприятия** следует отнести следующие:

- предметность,

- целостность,

- структурность,

- константность,

- осмысленность,

- апперцепция,

- активность.

Предметность восприятия — это способность отражать объекты и явления реального мира не в виде набора не связанных друг с другом ощущений, а в форме отдельных предметов. Возникновение и совершенствование этого свойства происходит в процессе онтогенеза, начиная с первого года жизни ребенка на основе движений, обеспечивающих контакт ребенка с предметом (предметные действия).

Другим свойством восприятия является целостность. В отличие от ощущения, отражающего отдельные свойства предмета, восприятие дает целостный образ предмета. Компоненты ощущения настолько прочно связаны между собой, что единый сложный образ предмета возникает даже тогда, когда на человека непосредственно действуют только отдельные свойства или отдельные части объекта. Этот образ возникает условно рефлекторно вследствие связи между различными ощущениями. Или, говоря другими словами, целостность восприятия выражается в том, что даже при неполном отражении отдельных свойств воспринимаемого объекта происходит мысленное достраивание полученной информации до целостного образа конкретного предмета.

С целостностью восприятия связана и его структурность. Данное свойство заключается в том, что восприятие в большинстве случаев не является простой суммой ощущений. Мы воспринимаем фактически абстрагированную от этих ощущений обобщенную структуру, которая формируется в течение некоторого времени. Например, если человек слушает какую-нибудь мелодию, то услышанные ранее ноты еще продолжают звучать у него в сознании, когда поступает информация о звучании новой ноты. Обычно слушающий понимает мелодию, т. е. воспринимает ее структуру в целом. А после последней ноты в сознании слушающего продолжает звучать вся мелодия с разнообразными взаимосвязями входящих в нее элементов. Таким образом, восприятие доводит до нашего сознания структуру предмета или явления, с которым мы столкнулись в реальном мире.

Следующим свойством восприятия является константность. Константностью называется относительное постоянство некоторых свойств предметов при изменении условий их восприятия. Например, движущийся вдали грузовой автомобиль будет нами по-прежнему восприниматься как большой объект, несмотря на то, что его изображение на сетчатке глаза будет значительно меньше, чем его изображение, когда мы стоим возле него. В наибольшей степени константность наблюдается при зрительном восприятии цвета, величины и формы предметов. Так, константность восприятия цвета заключается в относительной неизменности видимого цвета при изменении освещения. Например, кусок угля в летний солнечный полдень будет примерно в восемь-девять раз светлее, чем мел в сумерки. Однако мы воспринимаем его окраску как черную, а не белую. В то же время цвет мела даже в сумерках для нас будет белым. Благодаря свойству константности, мы воспринимаем окружающие нас предметы как относительно постоянные

Следующим свойством восприятия является его осмысленность. Хотя восприятие возникает при непосредственном действии раздражителя на органы чувств, перцептивные образы всегда имеют определенное смысловое значение. Как мы уже говорили, восприятие человека теснейшим образом связано с мышлением. Связь мышления и восприятия прежде всего выражается в том, что сознательно воспринимать предмет — это значит мысленно назвать его, т. е. отнести к определенной группе, классу, связать его с определенным словом. Даже при виде незнакомого предмета мы пытаемся установить в нем сходство с другими предметами.

Ещё одно свойство восприятия — активность (или избирательность). Оно заключается в том, что в любой момент времени мы воспринимаем только один предмет или конкретную группу предметов, в то время как остальные объекты реального мира являются фоном нашего восприятия, т. е. не отражаются в нашем сознании. Например, вы слушаете лекцию или читаете книгу и совсем не обращаете внимания на то, что происходит у вас за спиной. Вы воспринимаете или речь лектора, или текстовое содержание книги, поскольку ваше восприятие направлено (т. е. активировано) именно на это, но так было до тех пор, пока я не сказал вам об этом. Сказав о том, что вы не обращаете внимания на то, что происходит у вас за спиной, я перенаправил на определенный период времени ваше внимание на другой пространственный участок, и вы стали воспринимать те предметы, которые находятся вокруг вас, в том числе и за вашей спиной, т. е. те предметы, которые минуту назад никак не были представлены в вашем сознании.

Зависимость восприятия от общего содержания нашей психической жизни называется апперцепцией. При восприятии активизируется прошлый опыт. Поэтому один и тот же предмет может по-разному восприниматься различными людьми. Например, «Это Саша» - восприятие, «Саша – мой друг» - апперцепция.

Расстройства восприятия представлены несколькими **нарушениями**:

- агнозиями,

- иллюзиями,

- галлюцинациями,

- психосенсорными расстройствами.

Агнозии – не узнавание предмета, неспособность больного объяснить значение и название воспринимаемого предмет.

Иллюзии – такое нарушение восприятия, при котором реально существующий предмет воспринимается как совершенно иной (например, блестящий предмет на дороге похожий на монету при ближайшем рассмотрении оказывается кусочком стекла, висящий в темном углу халат – за фигуру притаившегося человека).

Галлюцинациями называется такое нарушение восприятия, при котором воспринимается несуществующий в данное время и в данном месте предмет или явление при полном отсутствии критического отношения к ним. Галлюцинирующие пациенты воспринимают их как действительно существующее, а не воображаемое нечто. Поэтому всякие разумные доводы собеседника о том, что переживаемые ими ощущения есть только проявления болезни отрицаются и могут вызвать только раздражение пациента.

Нарушениями сенсорного синтеза называют такое расстройство восприятия, при котором реально существующий (в отличие от галлюцинаций) воспринимаемый объект узнается правильно (в отличие от иллюзий), но в измененной, искаженной форме.

Различают две группы психосенсорных расстройств – дереализацию и деперсонализацию.

*Дереализация* – искаженное восприятие окружающего мира. Она в высказываниях больных может носить неопределенный, трудно вербализируемый характер. Переживается чувство изменённости окружающего мира, он стал каким-то иным, не таким как прежде. Не так стоят дома, не так передвигаются люди, город выглядит камуфляжным и т.д. Для больных, находящихся в депрессии свойственны высказывания, что мир потерял краски, стал тусклым, размытым, нежизненным.

*Деперсонализация* может быть представлена в двух вариантах: соматопсихической и аутопсихической.

Соматопсихическая деперсонализация, или нарушение схемы тела, представлена переживаниями изменения размеров тела или его частей, веса и конфигурации. Больные могут заявлять, что они настолько выросли, что не умещаются в своей постели, голову из-за утяжеления невозможно оторвать от подушки и т. д. Эти расстройства также чаще встречаются при экзогениях.

Аутопсихическая деперсонализация выражается в переживании чувства изменённости своего «Я». В таких случаях больные заявляют, что изменились их личностные свойства, что они стали хуже, чем ранее, перестали тепло относиться к родственникам и друзьям и пр. (в состоянии депрессии).

Восприятие (первое предметное) **начинает развиваться у ребёнка в первые месяцы жизни** не имеет постоянства и чёткости. Образ предмета зависит от расстояния до предмета, от положения предмета в пространстве (например, перевёрнутый предмет узнать не может). Лишь к 10-11 месяцам появляется константность. Далее развивается восприятие на протяжении всего дошкольного возраста.

**Практическая часть.** Педагоги делятся на 2 команды. Первая команда предлагает задания для дошкольников, направленные на развитие ***предметности, целостности, структурности*** восприятия. Вторая команда предлагает задания для дошкольников, направленные на развитие ***константности, осмысленности, избирательности*** восприятия.

**Это интересно**

Восприятие во многом зависит от особенностей личности. Наши знания, интересы, привычные установки, эмоциональное отношение к тому, что воздействует на нас, влияют на процесс восприятия объективной реальности. Поскольку все люди различаются как по своим интересам и установкам, так и по целому ряду других характеристик, мы можем утверждать, что существуют индивидуальные различия в восприятии. Индивидуальные различия в восприятии велики, но тем не менее можно выделить определенные типы этих различий, характерные не для одного конкретного человека, а для целой группы людей.



**Целостный, или синтетический**, тип восприятия характеризуется тем, что у склонных к нему лиц ярче всего представлено общее впечатление от предмета, общее содержание восприятия, общие особенности того, что воспринято. Люди с этим типом восприятия меньше всего обращают внимание на детали и на подробности. Они не выделяют их специально, а если схватывают, то не в первую очередь. Поэтому многие детали остаются незамеченными ими. Они больше улавливают смысл целого, чем детальное содержание и особенно его отдельные части. Для того чтобы увидеть детали, им приходится ставить себе специальную задачу, выполнение которой порой дается им с трудом.

Лица с другим типом восприятия — **детализирующим, или аналитическим**, — наоборот, склонны к четкому выделению деталей и подробностей. Именно на это направленно их восприятие. Предмет или явление в целом, общий смысл того, что было воспринято, отходит для них на второй план, иногда даже совсем не замечается. Для того чтобы понять суть явления или адекватно воспринять какой-либо предмет, им необходимо поставить перед собой

специальную задачу, выполнить которую им не всегда удается. Их рассказы всегда наполнены подробностями и описанием частных деталей, за которыми весьма часто теряется смысл целого.

Приведенные выше характеристики двух типов восприятия характерны для крайних полюсов. Чаще всего они дополняют друг друга, поскольку наиболее продуктивно восприятие, опирающееся на положительные характеристики обоих типов.

Существуют и другие типы восприятия, например, **описательный и объяснительный.** Лица, относящиеся к описательному типу, ограничиваются фактической стороной того, что видят и слышат, не пытаются объяснить себе суть воспринятого явления. Движущие силы поступков людей, событий или каких-либо явлений остаются вне поля их внимания. Напротив, лица, относящиеся к объяснительному типу, не удовлетворяются тем, что непосредственно дано в восприятии. Они всегда стремятся объяснить увиденное или услышанное. Этот тип поведения чаще сочетается с целостным, или синтетическим, типом восприятия.

Также выделяют **объективный и субъективный** типы восприятия. Для объективного типа восприятия характерно строгое соответствие тому, что происходит в действительности. Лица же с субъективным типом восприятия выходят за пределы того, что им дано фактически, и привносят многое от себя. Их восприятие подчинено субъективному отношению к тому, что воспринимается, повышено пристрастной оценке, сложившемуся ранее предвзятому отношению. Такие люди, рассказывая о чем-либо, склонны передавать не то, что восприняли, а свои субъективные впечатления об этом. Они больше говорят о том, что чувствовали или что думали в момент событий, о которых они рассказывают.

Большое значение среди индивидуальных различий восприятия играют различия в **наблюдательности**.

Наблюдательность — это умение подмечать в предметах и явлениях то, что в них мало заметно, не бросается само собой в глаза, но что существенно или характерно с какой-либо точки зрения. Характерным признаком наблюдательности является быстрота, с которой воспринимается что-либо малозаметное. Наблюдательность присуща далеко не всем людям и не в одинаковой степени.

Однако необходимо отметить, что восприятие целого и его частей зависит не только от индивидуальных особенностей, но и от целого ряда других факторов. К их числу в первую очередь необходимо отнести предшествующий опыт и установку. Установка играет весьма важную роль в организации вашего восприятия. Так, на рис. (см. приложение) представлен «Портрет молодой женщины». Рассматривая данный рисунок, человек прежде всего видит изящный профиль отвернувшейся от наблюдателя молодой девушки. Однако секрет этого рисунка кроется в том, что он относится к категории так называемых неоднозначных изображений. На самом деле на этом рисунке в одном изображении воплощены два «портрета». Рисунок содержит не только изображение молодой женщины, но и старухи. В этом легко убедиться, если вы мысленно представите

себе вместо изящного профиля отвернувшейся от вас девушки большой горбатый нос старухи, а вместо маленького изящного ушка увидите глаз старухи. Назвав так изображение, мы сформировали у наблюдателя установку на восприятие этого рисунка как изображения молодой женщины. Если вы предъявите этот рисунок без конкретного названия, то в его интерпретации могут быть различные варианты.

Использованная литература:

- лекции Т.В.Башаевой (ЯГПУ им. К.Д.Ушинского, 2000);

- «Общая психология» (учебник для вузов) А.Г.Маклаков, 2008;

- интернет-ресурсы.

*Трансформация изображения «Портрет молодой женщины» в два рисунка «Портрет молодой женщины» (А) и «Портрет старухи\* (Б), полученные путем "разделения" опознавательных признаков*

**

*Изображение «Портрет молодой женщины»*

**