Дата:14.12.20

Группа: 19 СЗС 1д

Дисциплина: Психология общения

Тема: **Ощущения. Виды ощущений**

**Ощущения** - это отражение отдельных свойств предметов, воздействующих на органы чувств.

Ощущения одновременно и объективны, и субъективны. Их объективность заключается в том, что в них всегда отражен внешний раздражитель. А субъективность - в том, что они зависят от состояния нервной системы и индивидуальных особенностей.

Каким же образом информация из внешнего мира поступает в мозг? Эти каналы были названы анализаторами. Анализатором называют анатомофизиологический аппарат, специализированный для приема воздействий определенных раздражителей из внешней и внутренней среды и переработки их в ощущения.

Каждый анализатор состоит из трех частей:

1) рецептор - орган чувств, который преобразует энергию внешнего воздействия в нервные импульсы. Каждый рецептор приспособлен к приему только определенных, характерных для него видов воздействия;

2) проводящие нервные пути. По этим путям сигналы передаются в мозг;

3) мозговой центр в коре полушарий головного мозга.

Механизм действия анализатора заключается в следующем. Предмет-раздражитель действует на рецептор, вызывая в нем физико-химический процесс раздражения, которое переходит в физиологический процесс – возбуждение, последнее по центростремительному нерву передается к центру анализатора. В корковой области (отделе) анализатора на основе нервного процесса возникает психический процесс, иначе называемого ощущением. Все отделы анализатора работают как единое целое. Человек обладает двумя десятками анализаторных систем.

**Виды ощущений.**

**Зрительные** возникают в результате воздействия световых лучей (электромагнитных волн) на чувствительную часть нашего глаза – сетчатку, являющуюся рецептором зрительного анализатора.

Зрительный рецептор, или глаз, имеет сложное строение, характеризующееся наличием двух основных аппаратов: светопреломляющего и светочувствительного.

**Светопреломляющий** аппарат глаза состоит из хрусталика и стекловидной, прозрачной жидкости, заполняющей внутреннюю полость глазного яблока. Функция хрусталика заключается в обеспечении отчетливого изображения предметов на сетчатке глаза. Светочувствительный аппарат представляет собой сетчатку, устилающую заднюю, внутреннюю поверхность глазной камеры и состоящую из концевых разветвлений зрительного нерва.

**Слуховые**

Раздражителями для слуховых ощущений являются звуковые волны – продольные колебания частиц воздуха, распространяющиеся во все стороны от источника звука. Все слуховые ощущения можно свести к трем видам – речевые, музыкальные, шумы. Сильные и продолжительные шумы, проходящие через орган слуха, вызывают у людей потерю нервной энергии, наносят ущерб сердечно-сосудистой системе, снижают внимание, понижают слух и работоспособность, приводят к нервным расстройствам. Отрицательно влияет шум на умственную деятельность, по этому осуществляются специальные меры по борьбе с ним.

**Вибрационные**

К слуховым ощущениям примыкает вибрационная чувствительность. Специальных вибрационных рецепторов у человека не обнаружено. В настоящее время считают, что отражать вибрации внешней и внутренней среды могут все ткани организма. У человека вибрационная чувствительность подчинена слуховой и зрительной. Для глухих и слепоглухих вибрационная чувствительность компенсирует потерю слуха. На организм здорового человека непродолжительные вибрации оказывают тонизирующее влияние, но длительные и интенсивные вибрации утомляют и способны вызвать болезненные явления.

**Обонятельные**

Это вид чувственности, порождающий специфическое ощущения запаха. Их тоже относят к дистантным ощущениям. Обонятельные ощущения возникают вследствие проникновения частиц пахучих веществ, распространяющихся в воздухе, в верхнюю часть носоглотки, где они воздействуют на периферические окончания обонятельного анализатора, заложенные в слизистой оболочке носа. Обоняние несет особо важное значение. Слепоглухие, например, пользуются обонянием, как зрячие пользуются зрением: определяют по запахам знакомые места и узнают знакомых людей. Выделяют семь основных запахов: камфорный, цветочный, мускусный, мятный, эфирный, сладкий, гнилостный.

**Вкусовые**

Вызываются действием на вкусовые рецепторы веществ, растворенных в слюне или воде. Сухой кусок сахара, положенный на сухой язык, никаких вкусовых ощущений не даст. Вкусовые рецепторы - вкусовые почки, расположенные на поверхности языка, глотки, неба – различают ощущение сладкого, кислого, соленого и горького. Участки языка по разному чувствительны к различным веществам: к сладкому наиболее чувствителен кончик языка, к кислому – края языка, к горькому – области корня языка. Корковая часть вкусового анализатора находится в височной области.

Разнообразие вкуса зависит от присоединения к вкусовым ощущениям обонятельных. Если совершенно исключить обоняние, то вкусовая чувствительность самых различных веществ повышается, при насыщении или пересыщении – понижается.

**Тактильные**

Относят к кожным ощущениям

Система тактильной чувствительности неравномерно распределена по всему телу. Но более всего скопление тактильных клеток наблюдается на ладони, на кончиках пальцев и на губах. Тактильные ощущения руки, объединяясь с мышечно-суставной чувствительностью, образуют осязание – специфически человеческую, выработавшуюся в труде систему познавательной деятельности руки. Благодаря осязанию рука может отражать форму, пространственное расположение предметов и в этом отношении является чувством, параллельным зрению. Тактильные ощущения дают знания о поверхности тела, с которым произошло столкновение: гладкое, шероховатое, липкое, жидкое.

**Давления**

Относят к кожным ощущениям.

Давление ощущается как сильное прикосновение. Характерной особенностью ощущений прикосновения и давления является относительная точная их локализация. Для рецепторов характерно быстрая адаптация. Мы обычно ощущаем не столько давление как таковое, сколько изменения давления.

**Болевые**

Относят к кожным ощущениям

Рецепторные окончания болевой чувствительности расположены под кожей, глубже, чем тактильные рецепторы, причем в местах сосредоточения большого количества тактильных рецепторов болевых рецепторов меньше. Таким образом, тактильная чувствительность дает знания о качестве предмета, а болевые ощущения сигнализируют организму о необходимости отдалиться от раздражителя и имеют ярко выраженный эмоциональный тон. В болевых ощущениях отражаются интенсивность раздражителя, его качества (колющая, режущая, жгучая боль), место воздействия.

Болевые рецепторы, кроме того, расположены и во внутренних органах. Расположение болевых точек является динамическим, подвижным. Для болевой чувствительности характерная малая возбудимость.

**Температурные**

Относят к кожным ощущениям

Связаны с регулированием теплообмена между организмом и окружающей средой. Распределение тепловых и холодовых рецепторов на коже неравномерно. Наиболее чувствительна к холоду спина, наименее грудь. Кожа способна довольно быстро адаптироваться к разным температурам, причем разные части кожи имеют неодинаковую скорость адаптации. Чем быстрее происходит теплообмен, тем интенсивнее ощущение он вызывает (металл – хороший проводник – кажется более теплым, чем шерсть – плохой проводник – при их одинаковой температуре).

**Кинестетические**

При овладении многими профессиями и выполнении профессиональной деятельности важную роль играют проприоцептивные (кинестетические) ощущения, которые отражают движение и положение отдельных частей тела. Рецепторы кинестетических ощущений расположены в мышцах и сухожилиях. Раздражение в этих рецепторах возникает под влиянием растяжения и сокращения мышц. В результате кинестетических ощущений у человека складывается знание о силе, скорости, траектории движения частей тела. Большое количество двигательных рецепторов расположено в пальцах рук, языке и губах, так как этими органами необходимо осуществлять точные и тонкие рабочие и речевые движения. Деятельность двигательного анализатора позволяет человеку координировать свои движения. Развитие кинестетических ощущений является одной из важнейших задач профессионального обучения.

**Тесты:**

1. Ощущение – это:  
1) деятельность специальных нервных аппаратов, приводящих к созданию образов предметов и явлений;  
2) отражение отдельных свойств предметов, непосредственно воздействующих на наши органы чувств;  
3) информация, которая поступает в мозг и на основе которой, складывается целостный образ.

2. Психическое отражение в коре головного мозга отдельных свойств, предметов и явлений, непосредственно воздействующих на органы чувств, называется:

1) восприятием

2) ощущением

3) деятельностью

4) рефлексом

3. Величина раздражителя, позволяющая человеку сначала почувствовать воздействие, а затем осознать его, называется:

1) контрастом ощущений

2) адаптацией  
3) порогом чувствительности

4) верхним порогом чувствительности

4. Минимальная сила раздражителя, вызывающая едва заметное ощущение, называется порогом:

1) нижним абсолютным

2) верхним абсолютным

3) разностным

4) дифференциальным

5. Отнесенность сведений о внешнем мире, получаемых с помощью анализаторов, к объектам внешнего мира — это...

1) категориальность восприятия

2) модальность ощущения

3) константность восприятия

4) предметность восприятия

6. К свойствам ощущений не относят:  
1) продолжительность;

2) интенсивность;

3) качество;

4) интероцептивность.

**Преподаватель \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Магомадова Э.И.**