**Лекция 4. Восприятие. Виды восприятия. Роль восприятия в профессиональной деятельности.**

**План:**

1. Понятие восприятия.
2. Виды восприятия.
3. Межличностное восприятие.
4. Факторы, влияющие на межличностное восприятие.
5. Роль восприятия в профессиональной деятельности.

Ощущение и восприятие теснейшим образом связаны между собой. И одно и другое является так называемым чувственным отображением объективной реальности, существующей независимо от сознания и вследствие воздействия ее на органы чувств: в этом их единство.

Для иллюстрации принципиального отличия процесса восприятия от процесса ощущения можно вспомнить притчу о трех слепых, которые гу­ляли по зоопарку и по одному подходили к вольеру со слоном. Когда их спросили потом, что такое слон, то один сказал, что он похож на толстую веревку, другой — что слон напоминает лист лопуха: он плоский и шер­шавый, а третий сказал, что слон напоминает высокую и мощную колон­ну. Такое разнообразие описаний одного и того же животного заключа­лось в том, что один слепец взял слона за хвост, другой потрогал за ухо, а третий — обнял ногу. Соответственно они получили разные ощуще­ния, и никто из них не смог построить целостное восприятие объекта.

**Восприятие**— целостное отражение предметов и явлений в сово­купности их свойств и частей при их непосредственном воздей­ствии на органы чувств.

В процессе восприятия формируются образы, которыми в дальнейшем оперируют внимание, память и мышление.

В результате ощущений возникает более сложный психический процесс, называемый в психологии вос­приятием. Благодаря ощущениям человек получает возможность судить, например, о цвете, массе, запахе продуктов. Однако продукты различаются между со­бой не отдельными единичными признаками и свойст­вами, а их совокупностью. Отражение в сознании ка­кого-то отдельного свойства продукта (например, за­паха) есть ощущение. Отражение всех свойств этого продукта (цвета, вкуса, запаха, массы и т.д.) есть восприятие его.

Восприятие, хотя и образуется на основе ощуще­ний, не сводится к их суммированию. В процессе вос­приятия участвуют и другие процессы и состояния: мышление, воображение, эмоции и чувства.

**Виды восприятия**



* Восприятие времени – отражение объективной длительности, скорости и последовательности явлений действительности.
* Восприятие пространства - чувственно-наглядное отражение пространственных свойств вещей (их величины и формы), их пространственных отношений (расположения относительно друг друга и воспринимающего субъекта и в плоскости, и в глубину) и движений. В восприятии пространства участвуют все органы чувств человека. Ведущая роль в восприятии пространства принадлежит совместной деятельности зрительного, двигательного, кожного и вестибулярного анализаторов. Наибольшую информацию о пространстве (до 95%) человеку дает зрение.
* Восприятие сложных звуков – процесс приема и переработки слуховым анализатором звуков сложного спектрального состава, как правило, меняющегося во времени по характерному для данного источника алгоритму. Мир сложных звуков отличается огромным разнообразием, однако в нем можно выделить некоторые группы с относительно общими признаками и принципами восприятия. К таким группам можно отнести: звуки синтетической среды (технических объектов), голосовые звуки и звуки речи, музыкальные звуки.
* Восприятие устной речи – одна из высших психических функций человека. Восприятие устной речи является внутренней психической стороной такого вида речевой деятельности, как слушание (аудирование).
* Восприятие человека человеком – процесс психологического познания людьми друг друга в условиях непосредственного общения.

**Организация восприятия**

Учеными, работающими в этом направлении — М.Вертхеймером и В.Келлерем экспериментально было доказано, что:

*1. Люди склонны организовывать свое восприятие в «простые» схемы.*Это означает, что простое восприятие стимула предпочтительнее даже при наличии возможности сложного восприятия



В ходе исследования при запросе психологов соединить точки стимула «А» большинство людей заключало их в круг «Б», несмотря на то, что те же точки можно соединить двумя квадратами «В». Подобным же образом потребители приходят и к более простым интерпретациям рекламного обращения. Это особенно актуально для печатной рекламы. Нередко встретишь рекламные листовки и проспекты со сложными графическими иллюстрациями и комбинациями «заумных» слов. Экстравагантная реклама, безусловно, привлекает внимание, но редко запоминается. В силу данной закономерности.

2. *Организация восприятия идет по двум основным схемам: образ – фон.*

Первая — это образ*,*т. е. те элементы поля восприятия, которые привлекли к себе наибольшее внимание. Оставшиеся менее значимые элементы, составляющие окружение, называются фоном.

3. Восприятие*целостно*. Человек склонен разрабатывать полную картину восприятия, даже если некоторые ее элементы отсутствуют.

4. Восприятие носит *избирательный характер*. Оно направлено прежде всего на ту информацию, которая необходима в настоящее время человеку для принятия определенного решения. Такое целенаправленное восприятие называется наблюдением.

**К основным нарушениям восприятия относят:**

**1. Иллюзии** – это искаженное восприятие реального объекта. Например, иллюзии могут быть слуховыми, зрительными, обонятельными и т. д.

По характеру возникновения выделяют три вида иллюзий:

1) физические;

2) физиологические;

3) психические.

**2. Галлюцинации** – нарушения восприятия, возникающие без наличия реального объекта и сопровождающиеся уверенностью в том, что данный объект в данное время и в данном месте действительно существует.

Зрительные и слуховые галлюцинации обычно делят на две группы:

Простые. К ним относятся:

а) фотопсии – восприятия ярких вспышек света, кругов, звездочек;

б) акоазмы – восприятия звуков, шума, треска, свиста, плача.

Сложные. К ним относят например слуховые галлюцинации, которые имеют вид членораздельной фразовой речи и носят, как правило, приказывающий или угрожающий характер.

**3. Эйдетизм** – расстройство восприятия, при котором след только что закончившегося возбуждения в каком-либо анализаторе остается в форме четкого и яркого образа.

**4. Деперсонализацией** называется искаженное восприятие как собственной личности в целом, так и отдельных качеств и частей тела.

**Деперсонализация** – **это** одно из расстройств психики, характеризующееся нарушенным самовосприятием либо полным отсутствием оного.**Это** значит, что больной воспринимает собственные чувства и мысли отчужденно, как будто наблюдая со стороны. По сути, человек просто перестает связывать свою личность и тело.

**Деперсонализация – это синдром, при котором нарушается нормальное восприятие себя и окружающего мира.** Сознание человека будто раздваивается: одна часть личности становится нейтральным наблюдателем, который смотрит на все происходящее со стороны, а вторая часть испытывает дискомфорт и панику из-за кажущегося ощущения потери контроля над собственным телом и разумом.

Подобное состояние нередко возникает как защитная функция психики на сильное потрясение и стресс, может быстро пройти само собой, не вызывая патологии, и не требовать специального лечения. Однако затяжной синдром опасен неадекватным поведением, причинением вреда себе и окружающим и склонностью к суицидальному настроению. При глубоком неврозе человеку требуется медикаментозная и психотерапевтическая помощь.

**Описание синдрома**

Деперсонализацию личности описывали французские психиатры в начале XIX века. Ученые того времени обращали внимание на чувство отчуждения от своего тела, на которое жаловались пациенты. Такая диссоциация собственному «Я» и стала основой для изучения странного синдрома.

В современной диагностике деперсонализация входит в симптоматику клинической картины целого ряда психических расстройств. Например, таких заболеваний как:

* депрессия;
* биполярное расстройство;
* шизофрения и др.

Синдром часто наблюдается после панических атак, фобий или при каком-либо неврозе. Но нередко возникает и сам по себе, как ощущение нереальности происходящего. Особенно в состоянии физического переутомления, эмоционального потрясения или резкого испуга.

Стремясь абстрагироваться от возникшей стрессовой ситуации, мозг человека переключается в «защитный» режим, снижая эмоциональную окраску и сенсорную чувствительность: краски кажутся поблекшими, звуки – приглушенными, предметы – странными на ощупь. Из-за всего этого появляется ощущение неузнаваемости окружающей обстановки и необычности собственного восприятия мира.

Эпизодически такое чувство возникает более чем у 75% людей. Лечить его нет нужды, оно не относится к расстройствам психики.

Настоящую же патологию определяет длительность периода деперсонализации и определенные «стойкие» симптомы, которые со временем не исчезают, а только усиливаются.

**Клиническая картина**

**Деперсонализация характеризуется по целому ряду признаков, которые условно делятся на три группы:**

* снижение эмоциональной окраски восприятия окружающего мира;
* притупление сенсорно-физических ощущений;
* состояние психической невосприимчивости.

Первая группа – это симптомы эмоциональной «холодности»:

* отсутствует чувство радости от общения с детьми, родителями, близкими друзьями;
* равнодушие к страданиям окружающих людей;
* невозмутимость и отстраненность в ситуациях, в которых раньше человек испытывал гнев и раздражение;
* потеря чувства юмора и восприимчивости к музыке.

Из всех чувств ярко могут проявиться только страх перед дезориентацией в пространстве и потерей контроля над собственным телом. Человек испытывает растерянность, не узнавая привычных мест, не понимая, как он здесь оказался и что ему нужно сейчас делать. Это чувство со временем гложет и угнетает все больше.

К нарушениям нормального физического восприятия мира относят следующие симптомы:

* яркие краски могут казаться серыми, в некоторых случаях даже появляется дальтонизм;
* отдельные предметы будто размыты и не имеют четких границ;
* звуки воспринимаются приглушенными, словно человек находится в воде;
* снижается чувствительность к холодному и горячему;
* может отсутствовать боль при незначительных уколах и порезах;
* нарушаются вкусовые ощущения.

К физическим проявлениям патологии относят дезориентацию в пространстве, нарушение координации и потерю аппетита из-за отсутствия чувства голода.

Психические симптомы синдрома выражаются в следующем:

* Частичная потеря индивидуальности: человек не помнит, что ему нравится, а что нет.
* Дезориентация во времени: человек может просидеть без действия несколько часов и не знать, сколько времени прошло. В некоторых тяжелых случаях люди не ориентируются, который наступил день недели или месяц.
* Потеря мотивов и стимулов. Люди, страдающие деперсонализацией, не желают ходить на работу, в магазин, стирать свои вещи и готовить еду, так как не видят в этом необходимости.

*Человеку при подобном неврозе постоянно кажется, что он играет какую-то роль в скучной пьесе. Он видит свою жизнь со стороны, словно сновидение.*

Одним из главных признаков деперсонализации психологи называют чрезмерную погруженность человека внутрь себя. На первых этапах синдрома, люди ясно осознают, что как-то неправильно воспринимают собственную личность, и испытывают по этому поводу душевное смятение, которое сильно угнетает. Они пытаются понять, что с ними происходит, но еще больше укрепляются в личном ощущении нереальности или нелепости действительности и избегают общения.

**Причины возникновения**

**Деперсонализация практически всегда связана со стрессовыми ситуациями, в которых психика сопротивляется, переключая внимание человека на взгляд «извне».** Это помогает снизить эмоциональную нагрузку, но оставляет возможность мыслить логически. Отсюда и притупленное сенсорное восприятие мира, и глубокая рефлексия.

Исключением является клиническая шизофрения, при которой раздвоение личности имеет несколько иные причины. В случае этого серьезного психического расстройства деперсонализация является лишь одним из симптомов недуга, лечить который довольно сложно.

Физиологические процессы, как причины возникновения синдрома, описываются следующим образом: в ответ на сильный стресс организм вырабатывает повышенное количество эндорфинов, которые усиленно атакуют рецепторы. В результате система, отвечающая за эмоции (лимбическая система), не в состоянии справляться с хаотической стимуляцией и частично отключается.

Исходя из этого, выделяют два вида деперсонализации:

1) парциальную (нарушение восприятия отдельных частей тела);

2) тотальную (нарушение восприятия всего тела).

**5. Дереализация** – это искаженное восприятие окружающего мира. В качестве примера дереализации можно привести симптом «уже виденного» (de ja vu).

**6. Агнозиями** называют нарушения узнавания предметов, а также частей собственного тела, но при этом сохраняется сознание и самосознание.

Выделяют следующие виды агнозий:

1. Зрительные агнозии – расстройства узнавания предметов и их изображений при сохранении достаточной остроты зрения. Делятся на:

а) предметную агнозию;

б) агнозию на цвета и шрифты;

в) оптико-пространственную агнозию (больные не могут передать на рисунке пространственные признаки объекта: дальше – ближе, больше – меньше, выше – ниже и т. д.).

2. Слуховые агнозии – нарушение способности различать звуки речи при отсутствии нарушений слуха;

3. Тактильные агнозии – расстройства, характеризующиеся неузнаванием предметов путем их ощупывания при сохранности тактильной чувствительности.