**Тема 3.Чувственные формы освоения действительности**

*1. Ощущения* - *первичная форма отражения действительности*

*2. Сущность и основные качества восприятия*

*3. Внимание*

***1.Ощущения - первичная форма отражения действительности***. Ничто не бывает в уме, чего раньше не было в ощущении". Информация о внешнем мире может попадать в головной мозг только через сенсорную систему, которую можно считать воротами сознания или его входным устройством.

Сенсорная клетка - **рецептор** - преобразует стимул (воздействие) в короткие ритмические электрохимические импульсы. Затем их поток передается по нервным путям в различные переключательные станции центральной нервной системы, где эти импульсы, переходя с одного нейрона на другой, синтезируются и "декодируются" в систему данных о характере внешнего воздействия. Весь этот процесс традиционно именуется ощущением. **Ощущением** называется психическое отражение в коре головного мозга отдельных свойств явлений и предметов, непосредственно воздействующих на органы чувств. В более широком плане ощущения представляют собой продукты переработки центральной нервной системой значимых для человека раздражителей, возникающих в процессе его жизнедеятельности. Способность к ощущениям имеется у всех живых существ, обладающих нервной системой, но осознавать свои ощущения могут только те из них, у кого есть головной мозг с высокоразвитой корой. Если последняя временно отключается (с помощью наркоза или наркотиков), то индивид утрачивает способность осознанно реагировать даже на сильнодействующие болезненные раздражители.

*Как мы ощущаем?* Для того, чтобы мы осознали какой-либо фактор или элемент действительности, нужно, чтобы исходящая от него энергия (тепловая, химическая, механическая, электрическая или электромагнитная) была достаточной, чтобы стать стимулом, то есть возбудить какой- либо из наших рецепторов. Только тогда, когда в нервных окончаниях одного из наших органов чувств возникнут электрические импульсы, сможет начаться процесс ощущения. Первичный анализ стимула и кодирование сигнала осуществляют рецепторные клетки, а затем уже закодированный сигнал передается по сенсорным нервам к центрам в спинном и головном мозге.

Если сигнал обусловлен стимулом, угрожающем организму, или же адресован вегетативной нервной системе, то обычно происходит рефлекторная реакция. Например, рука отдергивается при ожоге, зрачок сужается при ярком свете и т.п. В иных случаях сигнал продолжает свой путь по спинному мозгу в коре головного, проходя через своеобразный "фильтр" ретикулярной формации, которая поддерживает кору в бодрствующем состоянии и решает, достаточно ли важен сигнал, чтобы его расшифровкой занялась кора. Если сигнал будет сочтен важным, произойдет изменение активности многих тысяч нейронов, которые и должны будут структурировать и организовать сенсорный сигнал, чтобы придать ему смысл, то есть начнется процесс восприятия.

Внимание коры мозга к стимулу влечет обычно за собой серию движений глаз, головы или туловища. Это позволяет глубже и детальнее перерабатывать информацию, и в случае необходимости подключать другие органы чувств. По мере поступления новых данных они будут сопоставляться с тем, что уже хранилось в памяти. Если сигнал окажется похожим на что-то уже известное индивиду, восприятие приведет к узнаванию (идентификации) с имеющимися образами. В конечном счете, произойдет осознание какого-то нового аспекта реальности и фиксации его в памяти. Именно таким образом и создается та картина реальности, в границах которой функционирует психика человека.

*Классификация ощущений*. Существует несколько возможных вариантов классификации тех двух десятков анализаторных систем, которыми обладает человек. Обычно используют следующие критерии: 1) по наличию или отсутствию непосредственных контактов рецептора с раздражителем, вызывающим ощущение; 2) по месту расположения рецепторов; 3) по времени возникновения в ходе эволюции; 4) по модальности (виду) раздражителя. Наиболее используемой является систематизация, предложенная английским физиологом И. Шеррингтоном. Он выделил три основных класса ощущений:

1) **экстерорецептивные**, возникающие при воздействии внешних стимулов на рецепторы, расположенные на поверхности тела;

2) **интерорецептивные** (органические), сигнализирующие о том, что происходит в организме (ощущения голода, жажды, боли и т.п.);

3) **проприорецептивные**, расположенные в мышцах и сухожилиях; с их помощью мозг получает информацию о движении и положении различных частей тела.

Общую массу экстерорецептивных ощущений схема И. Шеррингтона позволяет разделить на **дистантные** (зрительные, слуховые) и **контактные** (осязательные, вкусовые). Обонятельные ощущения занимают в этом случае промежуточное положение. Наиболее древней является органическая (прежде всего - болевая) чувствительность, затем появились контактные (прежде всего тактильная, то есть осязание) формы. И самыми эволюционно молодыми следует считать слуховые, и особенно зрительные системы рецепторов. Наиболее значительными для функционирования человеческой психики являются зрительные (85% всей информации о внешнем мире), слуховые, тактильные, органические, обонятельные и вкусовые ощущения. Особенности зрения и слуха подробно рассмотрим при анализе механизмов человеческого восприятия.

*Органические и тактильные ощущении.* К органическим ощущениям относят, в первую очередь, чувство голода, жажды, насыщения, а также комплексы болевых и половых ощущений. Чувство голода появляется при возбуждении пищевого центра мозга, расположенного в гипоталамусе. Электростимуляция этого центра (при помощи вживленных туда электродов) вызывает у животных стремление к непрерывному приему пищи, а разрушение - к отказу от нее, то есть к гибели от истощения. Существует также особый центр насыщения, стимуляция которого, напротив, приводит к неутолимому голоду и к непрерывному стремлению поглощать пищу (к булемии).

Система тактильной чувствительности (ощущения давления, прикосновения, фактурности и вибрации) охватывает все человеческое тело. Наибольшее скопление тактильных клеток наблюдается на ладони, на кончиках пальцев и на губах. Тактильные ощущения рук вместе с мышечно-суставной чувствительностью образуют осязание, благодаря которому руки могут отражать форму и пространственное положение предметов. Тактильные ощущения вместе с температурными представляют собой один из видов кожной чувствительности, дающей информацию о поверхности тел, с которыми непосредственно контактирует человек (гладкое, шероховатое, липкое, жидкое и т.п.), также информацию о температурных параметрах этих тел и всей окружающей среды.

*Общие свойства ощущений*. Психологическая зависимость между интенсивностью ощущения и силой вызывающего его раздражителя определяется понятием "порог ощущений". **Абсолютно низкий порог ощущений -** минимальная величина раздражителя, вызывающего едва заметное ощущение. Наибольшая сила раздражителя, при которой еще возникает ощущение данного вида, называется **верхним абсолютным порогом**. Наименьшее изменение в силе и характере действующего раздражителя, замечаемого человеком, называется **дифференциальным порогом**, благодаря которому мы и можем постоянно улавливать небольшие изменения параметров внешней и внутренней среды: степень освещенности, увеличение или уменьшение силы звука, вибрации и т.п. Пороги всех ощущений индивидуальны для каждого человека, их характеристики предопределены генетически, относительно стабильны, хотя и испытывают большие возрастные колебания.

Органы чувств имеют способность менять свои характеристики, приспосабливаясь к изменившимся условиям. Эта способность и называется **адаптацией ощущений**. Например, при переходе от света к темноте и обратно чувствительность глаза к различным раздражителям меняется в десятки раз. Полная зрительная адаптация может потребовать до 40 минут, при этом может исчезать или вновь появляться ощущение цвета: при адаптации к темноте цветовое зрение исчезает, все воспринимается в черно-белой гамме; при адаптации к свету человек вначале начинает воспринимать ярко-голубые цвета, а затем оранжево-красные. Чувствительность меняется при этом на несколько порядков. Пребывание в абсолютной темноте повышает чувствительность к свету за 40 минут в 20 тысяч раз.

Скорость и полнота адаптации различных сенсорных систем не одинакова: высокая адаптируемость отмечается при обонянии, в тактильных ощущениях (человек быстро перестает замечать давление одежды на тело) и значительно медленнее происходит зрительная и слуховая адаптация. Наименьшей степенью адаптации отличаются болевые ощущения: боль - это сигнал об опасных нарушениях в работе организма, и понятно, что быстрая адаптация болевых ощущений могла бы грозить ему гибелью.

Анализаторные системы довольно активно взаимодействуют благодаря связям между соответствующими центрами коры головного мозга. Общая закономерность этого взаимодействия состоит в том, что устойчивое ослабление одних раздражителей повышает чувствительность других сенсорных систем, и, напротив, сильные посторонние раздражители понижают чувствительность параллельно работающих анализаторов. Повышение чувствительности в результате взаимодействия ощущений или появления других раздражителей называется сенсибилизацией. Иногда под действием одного раздражителя могут возникать ощущения, характерные для другого. Данное явление называется синестезией. Например, у некоторых людей музыка вызывает цветовые ощущения, а некоторые цветовые сочетания в свою очередь влияют на температурную чувствительность.

***2.Сущность и основные качества восприятия***

*Что такое восприятие.* Прием и переработка человеком поступившей через органы чувств информации завершается появлением образов предметов или явлений. Процесс формирования этих образов называется восприятием (иногда употребляется также термин "перцепция", "перцептивный процесс").

Современные взгляды на процесс восприятия имеют своими истоками две противоположные теории. Одна из них известна как **теория гештальта** (образа). Приверженцы этой концепции считали, что нервная система животных и человек воспринимает не отдельные внешние стимулы, а их комплексы: например, форма, цвет и движение предмета воспринимаются как единое целое, а не по отдельности. В противоположность этой теории бихевиористы доказывали, что реально существуют только элементарные (одномодальные) сенсорные функции, и приписывали способность к синтезу только головному мозгу. Современная наука пытается примирить эти две крайние теории. Предполагается, что восприятие изначально носит достаточно комплексный характер, но "целостность образа" все же является продуктом синтезирующей деятельности коры мозга. В принципе можно говорить о постепенном сближении этих подходов.

К основным качествам восприятия относят следующие:

1) Восприятие зависит от прошлого опыта, от содержания психической деятельности человека. Эта особенность называется **аперцепцией**. Когда мозг получает неполные, неоднозначные или противоречивые данные, он обычно интерпретирует их в соответствии с уже сложившейся системой образов, знаний, содержания и задач выполняемой деятельности, индивидуально-психологических различий (по потребностям, склонностям, мотивам, эмоциональным состояниям). Котята, выросшие в клетке, где были только вертикальные линии, позднее оказались неспособными узнавать горизонтальные. Так же и люди, обитающие в круглых жилищах (алеуты), с трудом ориентируются в наших домах с обилием вертикальных и горизонтальных прямых линий. Фактор аперцепции объясняет значительные различия при восприятии одних и тех же явлений различными людьми или одним и тем же человеком в разных условиях и в разное время.

2) Мир, в котором мы существуем, воспринимается нами не только как организованный, структурированный, но и как относительно устойчивый и постоянный. За сложившимися образами предметов восприятие сохраняет их размеры и цвет независимо от того, с какого расстояния мы на них смотрим и под каким углом видим. (Белая рубашка остается для нас белой и на ярком свету и в тени. Но если бы мы видели только небольшой ее кусок через отверстие, она показалась бы нам в тени скорее серой). Эта особенность восприятия называется **константностью.**

3) Человек воспринимает мир не в виде набора несвязанных друг с другом ощущений или состояний своих органов, а в форме отдельных предметов, независимо от него существующих, противостоящих ему, то есть восприятие носит предметный характер.

4) Восприятие как бы "достраивает" образы воспринимаемых им предметов, дополняя данные ощущений необходимыми элементами. В этом заключается **целостность восприятия.**

5) Восприятие не сводится только к образованию новых образов, человек способен осознавать процессы "своего" восприятия, что позволяет говорить об осмысленно-обобщенном характере восприятия, его **категориальности.**

*Восприятие движения и пространства*

В соответствии с тем, какой анализатор доминирует, различают зрительные, слуховые, осязательные кинестетические, обонятельные и вкусовые восприятия. С точки зрения ориентации человека в окружающем мире особое значение имеют двигательные (кинестетические) ощущения: зрительное восприятие связано с перемещением глаз; во вкусовом восприятии большое значение имеет движение языка и т.п. Движение окружающих нас предметов мы способны воспринимать благодаря тому, что перемещение происходит обычно на каком-либо фоне, это позволяет сетчатке глаза последовательно воспроизводить происходящие изменения в положении движущихся тел по отношению к тем элементам, перед которыми или позади которых и перемещается предмет. Интересно, что в темноте неподвижно светящаяся точка кажется движущейся (автокинетический эффект).

Восприятие видимого движения определяется данными о пространственном положении объектов, то есть связано со зрительным восприятием степени удаленности предмета и оценкой направления, в котором расположен тот или иной предмет.

Восприятие пространства основывается на восприятии величины и формы предметов с помощью синтеза зрительных, мышечных и осязательных ощущений, а также на восприятии объема и удаленности предметов, что обеспечивается бинокулярным зрением.

*Восприятие времени*. Сложность в объяснении того, как мы воспринимаем течение времени, заключается в том, что восприятие времени не имеет очевидного физического стимула. Конечно, физическое время, то есть длительность объективных процессов, легко может быть измерено, но длительность сама по себе не является стимулом в обычном смысле слова, то есть, нет объекта, энергия которого воздействовала бы на некий рецептор времени (как это делают световые или звуковые волны). Пока не удалось обнаружить механизм, прямо или косвенно преобразующий физические интервалы времени в соответствующие сенсорные сигналы.

Самыми популярными кандидатами на роль этого механизма остаются связанные со временем физиологические процессы. Такими "биологическими часами" назывались сердечный ритм и метаболизм (то есть обменные процессы) тела. Достаточно точно установлено, что восприятие времени меняют некоторые медикаменты, влияющие, прежде всего, на ритмику нашего организма. Хинин и алкоголь заставляют время течь медленнее. Кофеин, по-видимому, ускоряет его, подобно лихорадке. С другой стороны, марихуана и гашиш имеют, хотя и сильное, но непостоянное влияние на восприятие времени, они могут приводить как к ускорению, так и замедлению субъективного времени. Все воздействия, ускоряющие процессы в организме, ускоряют для нас и течение времени, а физиологические депрессанты замедляют его.

Существует тенденция переоценивать отрезки времени менее одной секунды и недооценивать интервалы более одной секунды. Если отметить начало и конец отрезка времени двумя щелчками, а между ними оставить паузу (наполненный интервал), то он будет восприниматься как более короткий по сравнению с равным ему отрезком, заполненный серией щелчков.

Любопытно, что более коротким по времени кажется произнесение осмысленного предложения, чем набора бессмысленных слогов, произносимых столько же времени. Заполненный интенсивной деятельностью временной интервал кажется более протяженным; систематически переоцениваются (в продолжительности) интервалы, не заполненные значительными для человека событиями.

Мы осознаем длительность (так же как и пространство) лишь тогда, когда существует временной интервал между моментом пробуждения потребности и моментом ее удовлетворения, то есть когда время мы воспринимаем как препятствие (ждем чего-то или кого-то). В противном случае мы «не обращаем внимание» на переживание нами времени. Отсюда следует основной закон восприятия времени, сформулированный Вундтом: "Всякий раз, когда мы обращаем свое внимание на течение времени, оно кажется длиннее". Никогда минута не покажется нам столь длинной, как тогда, когда мы следим за стрелкой часов, проходящей 60 делений.

*Ориентировка во времени.* Имеются большие индивидуальные различия в способности оценивать время. Эксперименты показали, что одно и то же время может пройти для десятилетнего ребенка в пять раз быстрее, чем для шестидесятилетнего человека. У одного и того же испытуемого восприятие времени варьирует в зависимости от душевного и физического состояния. При подавленности или фрустрации время течет медленно. Время, насыщенное в прошлом переживаниями, деятельностью, вспоминается как более продолжительное, а длительный период жизни, наполненный малоинтересными событиями, вспоминается как быстро прошедший. Протяженность времени меньше 5 минут при воспоминании обычно кажется больше своей величины, а более длинные промежутки вспоминаются как уменьшенные.

Наша способность судить о длительности времени позволяет образовать временное измерение - ось времени, на которой мы более или менее точно размещаем события. Текущий момент (сейчас) отмечает особую точку на этой оси; события прошлого размещаются до, а события ожидаемого будущего - после этой точки. Это общее восприятие отношений настоящего и будущего носит название "временной перспективы".

Основные механизмы восприятия пространства и времени имеют, видимо, врожденный характер. В процессе жизнедеятельности в определенных условиях они как бы надстраиваются над параметрами этих условий, но общие структурные элементы такой надстройки легко распадаются в качественно новых условиях. Ошеломляющие данные дали эксперименты с полной сенсорной изоляцией. Людей погружали в сосуд с водой при температуре комфорта, причем они ничего не видели и не слышали, а покрытие на их руках препятствовало получению осязательных ощущений. Испытуемые вскоре обнаруживали, что структура их поля восприятия начинала изменяться, все более частыми становились галлюцинации и самовнушение восприятия времени. Когда период изоляции заканчивался, обычно обнаруживалась потеря способности ориентироваться в окружающем мире. Эти люди оказывались неспособными различать формы объектов (шар и пирамиду), а иногда даже воспринимали эти формы в измененном виде (называли трапецию квадратом). Они видели изменение цвета там, где оно не происходило и т.п.

*Нарушение восприятия*

При резком физическом или эмоциональном переутомлении иногда происходит повышение восприимчивости к обычным внешним раздражителям. Дневной свет вдруг ослепляет, окраска окружающих предметов делается необычно яркой. Звуки оглушают, хлопанье двери звучит как выстрел, звон посуды становится невыносимым. Запахи воспринимаются остро, вызывая сильное раздражение. Прикасающиеся к телу ткани кажутся шероховатыми и грубыми. Эти изменения восприятия называются **гиперстезией**. Противоположное ей состояние - **гипостезия**, она выражается в понижении восприимчивости к внешним стимулам и связано с умственным переутомлением. Окружающее становится неярким, неопределенным, утрачивает чувственную конкретность. Предметы словно лишаются красок, все выглядит блеклым и бесформенным. Звуки доносятся глухо, голоса окружающих утрачивают интонации. Все кажется малоподвижным, застывшим.

**Галлюцинациями** обычно называют восприятия, возникшие без наличия реального объекта (видения, призраки, мнимые звуки, голоса, запахи и т.п.). Галлюцинации являются, как правило, следствием того, что восприятие оказывается насыщенным не внешними действительными впечатлениями, а внутренними образами. Человеком, находящемся во власти галлюцинаций, они переживаются как истинно воспринимаемое, то есть люди во время галлюцинирования действительно видят, слышат, обоняют, а не воображают или представляют. Для галлюцинирующего человека субъективные чувственные ощущения являются такими же действительными, как и исходящие из объективного мира.

Наибольший интерес вызывают обычно зрительные галлюцинации, отличающиеся необычным многообразием: видения могут быть бесформенными (пламя, дым, туман) или, наоборот, казаться более четкими, нежели образы реальных предметов. Величина видений также характеризуется большой амплитудой: бывают как уменьшенные, так и увеличенные, гигантские. Зрительные галлюцинации могут быть и бесцветными, но гораздо чаще у них естественная или крайне интенсивная окраска, обычно ярко-красная или синяя. Видения могут быть подвижными или неподвижными, неменяющегося содержания (стабильные галлюцинации) и постоянно меняющиеся в виде разнообразных событий, разыгрывающихся, как на сцене или в кино (сценоподобные галлюцинации). Возникают одиночные образы (одиночные галлюцинации), части предметов, тела (один глаз, половина лица, ухо), толпы людей, стаи зверей, насекомые, фантастические существа. Содержание зрительных галлюцинаций оказывает очень сильное эмоциональное влияние: может пугать, вызывать ужас, или, напротив, интерес, восхищение, даже преклонение.

От галлюцинаций следует отличать иллюзии, то есть ошибочные восприятия реальных вещей или явлений. Обязательное наличие подлинного объекта, хотя и воспринимаемого ошибочно, - главная особенность иллюзий. Они разделяются на аффективные, вербальные (словесные) и парейдолические.

**Аффективные** (аффект - кратковременное, сильное эмоциональное возбуждение) **иллюзии** чаще всего обусловлены страхом или тревожным подавленным настроением. В этом состоянии даже висящая на вешалке одежда может показаться грабителем, а случайный прохожий - насильником и убийцей.

**Вербальные иллюзии** заключаются в ложном восприятии содержания реально происходящих разговоров окружающих; человеку кажется, что эти разговоры содержат намеки на какие-то его неблаговидные поступки, издевательства, скрытые угрозы по его адресу.

Очень интересны и показательны **парейдолические иллюзии**, обычно вызываемые снижением тонуса психической деятельности, общей пассивностью. Обычные узоры на обоях, трещины на стенах или на потолке, различные светотени, воспринимаются как яркие картины, сказочные герои, фантастические чудовища, необыкновенные растения, красочные панорамы.

***3.Внимание***

*Что такое внимание?* Для восприятия любого явления необходимо, чтобы оно смогло вызвать ориентировочную реакцию, которая и позволит нам "настроить" на него свои органы чувств. Подобная произвольная или непроизвольная направленность и сосредоточенность психической деятельности на каком-либо объекте восприятия и называется вниманием. Без него восприятие невозможно.

Природа и сущность внимания вызывают серьезные разногласия в психологической науке. Некоторые специалисты даже сомневаются в существовании внимания как особой самостоятельной функции, считают его только стороной или моментом других психических процессов. Но открытие нейронов внимания, клеток-детекторов новизны, изучение особенностей функционирования ретикулярной формации и особенно образования доминант, являющихся физиологическим коррелятом внимания, позволяет утверждать, что оно представляет собой психическое образование, чьи структуры анатомически и физиологически относительно независимы от сенсорных процессов. Сложности объяснения феномена внимания вызваны тем, что оно не обнаруживается в "чистом" виде, функционально оно всегда "внимание к чему-либо". Поэтому внимание следует рассматривать как психофизиологический процесс, состояние, характеризующее динамические особенности познавательных процессов. Внимание и обусловливает избирательность, сознательный или полусознательный отбор информации, поступающей через органы чувств.

*Основные свойства*. Внимание обладает определенными параметрами и особенностями, которые во многом являются характеристикой человеческих способностей и возможностей. К основным свойствам внимания обычно относят следующие.

1. **Концентрированность**. Это показатель степени сосредоточенности сознания на определенном объекте, интенсивности связи с ним. Концентрированность внимания означает, что образуется как бы временный центр (фокус) всей психологической активности человека.
2. **Интенсивность**. Характеризует эффективность восприятия, мышления и памяти в целом.
3. **Устойчивость**. Способность длительное время поддерживать высокие уровни концентрированности и интенсивности внимания. Определяется типом нервной системы, темпераментом, мотивацией (новизна, значимость потребности, личные интересы), а также внешними условиями деятельности человека. Устойчивость внимания поддерживается не только новизной поступающих стимулов, но их повторением. Например, телевизионная реклама и в сотый раз привлекает внимание взрослого зрителя, вызывает ориентировочную реакцию и у ребенка и даже (может быть еще в большей степени именно в том случае) если ее содержание совершенно нелепо. Устойчивость - временная характеристика внимания.

4. **Объем** - показатель количества однородных стимулов, находящихся в фокусе внимания (у взрослого человека от 4 до 6 объектов, у ребенка не более 2 - 3). Объем внимания зависит не только от генетических факторов и от возможностей кратковременной памяти индивида. Имеют также значения характеристики воспринимаемых объектов (их однородность, взаимосвязи) и профессиональные навыки самого субъекта.

1. **Распределение**, то есть способность сосредоточивать внимание на нескольких объектах одновременно. При этом формируется как бы несколько фокусов (центров) внимания, что дает возможность совершать несколько действий или следить за несколькими процессами одновременно, не теряя ни одного из них из поля внимания. Наполеон мог, по нескольким свидетельствам, диктовать своим секретарям смесь ответственных дипломатических документов одновременно.

**Переключение внимания** понимается как возможность более или менее легкого и достаточно быстрого перехода от одного вида деятельности к другому. С переключением функционально связаны и два разнонаправленных процесса: включение и отключение внимания. Переключение может быть произвольным, тогда его скорость - это показатель степени волевого контроля субъекта над своим восприятием, и непроизвольным, связанным с отвлечением, что является показателем либо степени неустойчивости психики, либо свидетельствует о появлении сильных неожиданных раздражителей.

*Виды внимания.* Классификация основных типов внимания обычно производится путем разделения его реакции на: а) генетически и социально обусловленные; б) непосредственные или опосредованные; в) происходящие автоматически или требующие волевого усилия и контроля. В первом случае можно выделить "природный", естественный тип внимания, связанный обычно с проявлением инстинктов размножения и самосохранения или с саморегуляцией организма. Социально-обусловленное внимание - продукт обучения и воспитания. Например, голый человек, появившийся среди бела дня на центральной улице большого города, привлечет к себе внимание не как субъект сексуального влечения (естественный тип внимания), а скорее, как нарушитель социального запрета, "табу", поддерживаемого основной массой населения.

Особый интерес психологов всегда привлекало произвольное внимание, требующее сознательного самоконтроля и сопровождаемое чувством усилия над собой, в некотором смысле самопринуждением индивида, который в этом случае подавляет свои непроизвольные реакции во имя долга, высших целей, разумной необходимости. Внезапно влетевший в аудиторию воробей вызовет непроизвольное внимание, а попытка понять и зафиксировать содержание серьезной лекции потребует произвольного внимания.

Произвольное внимание в значительной мере и продукт, и условие нашей цивилизации, сделавшей необходимым непривлекательный труд - и физический, и умственный. По мнению французского психолога Т. Рибо, до возникновения цивилизации произвольное внимание практически не существовало. Дикарь со страстью предается охоте, войне, игре, но постоянный труд вызывает у него презрение. А ведь такой труд предполагает резкую конкретную форму произвольного внимания. Даже полуцивилизованные племена чувствуют отвращение к последовательному труду. Ч. Дарвин в одном из путешествий в Южную Америку спросил у гаучей, занятых, в основном, пьянством, азартными играми и воровством, почему они не работают. Один из них ответил: "Дни слишком длинные". Впрочем, есть основания говорить о генетической предрасположенности к произвольному вниманию. Тот же Ч. Дарвин заинтересовался тем, как дрессировщик обезьян отбирает своих будущих "артистов". Оказалось, что все зависит от их способности к вниманию. Если в то время, когда дрессировщик "говорит" с обезьяной, объясняет ей что-то, ее внимание легко отвлекается мухой, сидящей на стене, или подобными этому пустяками, то он делает вывод: "воспитуемый" совершенно не способен к обучению.

Можно предположить, что предрасположенность к произвольному вниманию является одним из факторов социального отбора, так как оно не только условие эффективной работоспособности нашего интеллекта, но и способствует лучшему взаимопониманию людей, предотвращает ненужные конфликты между ними, то есть дает человеку определенные дополнительные шансы для успешной социальной адаптации.

*ЛИТЕРАТУРА*

1. Адам Д. Восприятие, сознание, память. - М., 1983.
2. Брунер Д.С. Психология познания. - М., 1977.
3. Величковский Б.М., Зинченко В.П., Лурия А.Р. Психология восприятия. - М., 1973.
4. Гальперин П.Я. Введение в психологию. - М., 1976.
5. Годфруа Ж. Что такое психология. Т. 1. Гл. 5. - М., 1994.
6. Гороболин Ф.Н. Внимание и его воспитание. - М., 1972.
7. Грегори Р.Л. Глаз и мозг. Психология зрительного восприятия. - М., 1970.
8. Джемс В. Научные основы психологии. Гл. 1 - 8. - М., 1993.
9. Казаков В.Г., Кондратьева Л.Л. Психология. Гл. 6 - 7. - М., 1989.
10. Линдсей П., Норман Д. Переработка информации у человека. Введение в психологию. - М., 1974.
11. Ловиненко А.Д. Психология восприятия. - М., 1987.
12. Лурия А.Р. Ощущение и восприятие. - М., 1975.
13. Немов Р.С. Психология. Т. 1. Гл. 7 - 8. - М., 1994.
14. Общая психология. - М., 1986.
15. Психологический словарь. - М., 1990.
16. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии. В 2-х т. Т. 1. - М., 1989.
17. Хрестоматия по вниманию. - МГУ, 1976.
18. Хрестоматия по ощущению и восприятию. - МГУ, 1975.