

Восприятие и коммуникации в медиации



Восприятие - процесс формирования при помощи активных действий субъективного образа целостного предмета, непосредственно воздействующего на анализаторы.

Виды: зрительное, слуховое, осязательное, вкусовое и обонятельное восприятие.

Основные свойства: предметность, целостность, константность, категориальность, апперцепция.

Восприятие - это результат деятельности системы анализаторов. В отличие от ощущений, в процессах восприятия формируется образ целостного предмета посредством отражения всей совокупности его свойств.

Обобщенность является высшим проявлением осознанности человеческого восприятия.

Именно восприятие наиболее тесно связано с преобразованием информации, поступающей прямо из внешней среды. При этом формируются образы, с которыми в дальнейшем оперируют внимание, память, мышление, эмоции.

В зависимости от анализаторов различают следующие виды восприятия: зрение, осязание, слух, кинестезию, обоняние, вкус.

Помимо ощущений в процессе восприятия задействован предыдущий опыт, процессы осмысления того, что воспринимается, т.е. в процесс восприятия включаются психические процессы еще более высокого уровня, такие как память и мышление.

В процесс восприятия всегда включены двигательные компоненты (ощупывание предметов и движение глаз при восприятии конкретных предметов; пропевание или проговаривание соответствующих звуков при восприятии речи).



Целостное отражение предмета требует выделения из всего комплекса воздействующих признаков (цвет, форма, вес, вкус и т.д.) основных ведущих признаков с одновременным отвлечением (абстракцией) от несущественных. На данном этапе восприятия в формировании перцептивного образа может принимать участие мышление.

Следующий этап восприятия требует объединения группы основных существенных признаков и сопоставления воспринятого комплекса признаков с прежними знаниями о предмете, т.е. в процессе восприятия участвует память.



Огромную роль в восприятии играет наше желание воспринимать тот или иной предмет, сознание необходимости или обязанности воспринять его, волевые усилия, направленные на то, чтобы добиться лучшего восприятия, настойчивость, которую мы в этих случаях проявляем.

В восприятии предмета реального мира задействованы внимание и направленность (в данном случае желание).

Предмет может быть интересен или безразличен для нас, т. е. он может вызывать у нас различные чувства. Интересный для нас предмет будет восприниматься нами более активно, и наоборот, безразличный для нас предмет мы можем даже не заметить. Таким образом, необходимо сделать вывод, что восприятие - это весьма сложный, но вместе с тем - **единый процесс**, направленный на познание того, что в данный момент воздействует на нас.

Физиологической основой восприятия являются процессы, проходящие в органах чувств, нервных волокнах и центральной нервной системе.

Физиологическая основа восприятия еще более усложняется тем, что оно тесно связано с двигательной деятельностью, с эмоциональными переживаниями, разнообразными мыслительными процессами.

С практической точки зрения главная функция восприятия заключается в обеспечении распознавания объектов, т.е. отнесение их к той или иной категории.



Восприятие, его виды и свойства

Выделяют зрительное, слуховое, осязательное восприятие.

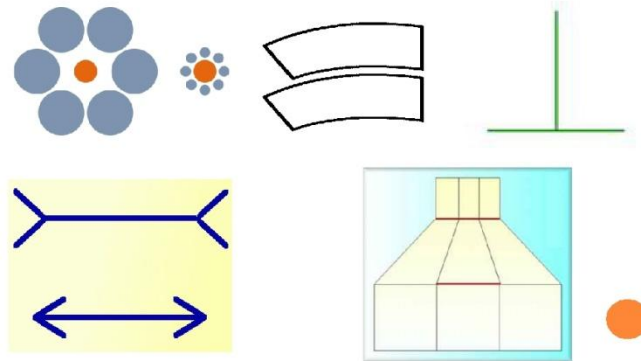
Четыре анализатора - зрительный, слуховой, кожный и мышечный - чаще всего выступают как ведущие в процессе восприятия.

Предметность, целостность, константность и категориальность (осмысленность и означенность) - это основные свойства образа, складывающиеся в процессе и результате восприятия.

Описанные свойства предметности, целостности, константности и категориальности восприятия с рождения человеку не присущи; они постепенно складываются в жизненном опыте, частично являясь естественным следствием работы анализаторов, синтетической деятельности мозга.

В восприятии величины предметов принимают участие мышцы глаз и руки (в том случае, когда с ее помощью человек ощупывает предмет), ряда других частей тела. Чем больше сокращается или расслабляется мышца, прослеживающая предмет по его контуру или поверхности, тем большим кажется человеку и сам предмет. Следовательно, восприятие величины коррелирует со степенью сокращения следящих за ним мышц. В этом, в частности, проявляется роль деятельности в восприятии.

Иллюзии восприятия размера.



Субъективная продолжительность времени частично зависит от того, чем оно заполнено. Более короткой по времени кажется нам интересная и осмысленная деятельность.

Существуют большие индивидуальные, в частности возрастные, различия в восприятии хода времени. Кроме того, у одного и того же человека оценки времени могут варьировать в широких пределах в зависимости от его душевного и физического состояния. При хорошем настроении время идет чуть быстрее, чем обычно, а в состоянии подавленности оно течет медленнее.



Законы восприятия

Первый и основной закон восприятия состоит в его непосредственной связанности с работой мышц, с разного рода движениями, несущими в себе многостороннюю информацию о воспринимаемых объектах.

Другой важный закон восприятия состоит в относительной устойчивости уже сформировавшихся образов, в особенности тогда, когда их функционирование связано с мышлением. Для того чтобы восприятие было правильным, необходимы постоянные упражнения и непрерывный приток в центральную нервную систему информации, корректирующей неверно складывающийся образ.

Восприятие надо рассматривать как **интеллектуальный процесс**, связанный с активным поиском признаков, необходимых и достаточных для формирования образа и принятия решений. Последовательность актов, включенных в этот процесс, можно представить себе следующим образом:

- Первичное выделение комплекса стимулов из потока информации и принятие решения о том, что они относятся к одному и тому же определенному объекту.

- Поиск в памяти аналогичного или близкого по составу ощущений комплекса признаков, сравнение с которыми воспринятого позволяет судить о том, что это за объект.

- Отнесение воспринимаемого объекта к определенной категории с последующим поиском дополнительных признаков, подтверждающих или опровергающих правильность принятого гипотетического решения.

- Окончательный вывод о том, что это за объект, с приписыванием ему еще не воспринятых свойств, характерных для объектов одного с ними класса.

Психология восприятия

Восприятие представляет собой отражение в сознании человека предметов, явлений, целостных ситуаций объективного мира при их непосредственном воздействии на органы чувств. В процессах восприятия формируется целостный образ: образ предмета, образ ситуации, образ другого человека и т.д.

Составной частью процесса восприятия является ощущение как отражение отдельных сторон предметов и явлений.



Основные виды и свойства восприятия

Традиционно выделяют пять видов восприятия - зрительное, слуховое, осязательное (тактильное), вкусовое, обонятельное.

Различают также виды восприятия в зависимости от объекта восприятия, например восприятие пространства, времени, движения, скорости; произведений живописи, музыки и др.; основных явлений социальной жизни человека (другого человека, событий общественной жизни) и т.п.

Каждый из видов восприятия имеет свои специфические особенности и механизмы. Их описание представляет задачу, как психологии, так и других отраслей знания: физиологии, кибернетики.

В качестве ведущих свойств восприятия в психологии выделяют предметность, целостность, осмысленность, структурность, константность, избирательность.

Восприятие как деятельность. Образы восприятия не создаются одними только внешними воздействиями. Для их получения необходимы особая внутренняя активность субъекта, особого рода перцептивная деятельность. Восприятие - это сложная познавательная деятельность. Она включает в себя систему перцептивных действий и операций субъекта, в ходе которых он производит отбор необходимых и важных признаков в самом предмете, а затем сличает с ними формируемый образ. Восприятие включает такие действия, как различение, опознание, измерение, контроль, оценка и т.д.

Перцептивное научение

- Готовность организма к научению имеет первостепенное значение для его выживания, и эта готовность в значительной степени зависит от его перцептивных навыков. Научение позволяет человеку замечать стимулы, на которые он до того не обращал внимания, например, как происходит восприятие обычных пространственных отношений.
- Перцептивные способности не являются неизменными и меняются при обучении.



Психологические процессы и их связь с деятельностью

Психические процессы: восприятие, внимание, воображение, память, мышление, речь - выступают как важнейшие компоненты любой деятельности.

Восприятие в процессе практической деятельности приобретает свои важнейшие человеческие качества. В деятельности формируются его основные виды: восприятие глубины, направления и скорости движения, времени и пространства. В результате практического манипулирования с объемными, близлежащими и удаленными предметами, человек обучается воспринимать и оценивать формы.

всякая деятельность - это соединение внутренних и внешних, психических и поведенческих действий и операций.

Восприятие пространства

Восприятие пространства - это восприятие формы, величины, объема объектов, расстояния между ними, их взаимного расположения, удаленности и направления, в котором они находятся.

Восприятие формы объемности и величины предметов - это сложный процесс, который осуществляется с помощью зрительного, тактильного и кинестетического анализаторов. Восприятия могут быть неправильными или искаженными - иллюзиями.



Восприятие движения

Наблюдая движение, прежде всего воспринимают:

- 1) характер движения (сгибание, разгибание, оггалкивание, подтягивание и т.п.);
- 2) форму движения (прямолинейное, криволинейное, круговое, дугообразное и т.п.);
- 3) амплитуду фазмах движения (полная, неполная);
- 4) направление движения (направо, налево, вверх, вниз);
- 5) продолжительность движения (краткое, длительное);
- 6) скорость движения (быстрое или медленное движение; при циклических движениях - быстрый или медленный темп);
- 7) ускорение движения - (равномерное, ускоряющееся, замедляющееся, плавное, прерывистое).

Восприятие времени

Восприятие времени - это отражение объективной длительности, скорости и последовательности явлений действительности. Специального, самостоятельного анализатора времени нет. В основе восприятия времени лежит ритмическая смена возбуждения и торможения. Ее динамика в нервной системе и составляет физиологическую основу восприятия времени. Определенное состояние нервных клеток становится сигналом времени, на основе которого у человека и у животных вырабатываются условные рефлексы на время.



Коммуникация - это акт и процесс установления контактов между субъектами взаимодействия посредством выработки общего смысла передаваемой и воспринимаемой информации. Действия, целью которых является смысловое восприятие, называют коммуникативными. Главной задачей межличностной коммуникации выступает достижение социальной общности. При этом индивидуальность и уникальность каждого субъекта взаимодействия сохраняются.

Коммуникация выступает как особая функция общения. Она проявляется в передаче и принятии информации. Человек, передающий информацию, называется коммуникатором, человек, воспринимающий ее, - реципиентом.

Виды коммуникативных барьеров в деловом общении

Коммуникативный барьер - это психологическое препятствие, возникающее на пути передачи адекватной информации.

Выделяют три формы барьеров:

- **барьеры понимания** (фонетический барьер, стилистический барьер, семантический барьер, логический барьер)
- **барьеры социально-культурного различия** (социальные, политические, религиозные и профессиональные различия)
- **барьеры отношения** (неприязнь, недоверие к коммуникатору, которое распространяется и на передаваемую им информацию).

Преодоление коммуникативных барьеров

Следует быть снисходительными к проявлениям некоммуникабельности и уметь делать общение бесконфликтным. Чтобы преодолеть барьеры в общении, нужно поставить "диагноз" себе или партнеру и так построить свое поведение, чтобы уменьшить или устранить барьер.

Наши типичные ошибки:

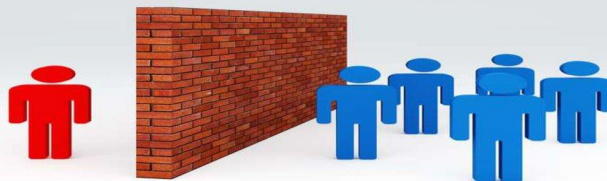
- неправильные ожидания в отношении партнера;
- нам кажется, что партнер должен догадываться о том, что мы чувствуем;
 - не улавливаем подтекст разговора;
- если поведение человека нам неприятно, нам кажется, что он плохо к нам относится или даже делает это нам назло;
 - мы стараемся оправдать ожидания собеседника.

Основные способы преодоления коммуникативных барьеров

1. Преодоление избегания. Избегание контакта, слышания и видения тех, кто может воздействовать.
2. Привлечение внимания (прием "нейтральной фразы», прием "завлечения«).
3. Установление зрительного контакта между говорящим и слушающим.

Коммуникативный барьер

... это препятствие (психологическое, лингвистическое) на пути нормальных отношений, а также адекватной передачи информации между партнерами по общению.



Поддержание внимания

Первая группа приемов поддержания внимания, в сущности, сводится к тому, чтобы по возможности исключить все посторонние воздействия, максимально "изолироваться" от них. Поэтому эту группу можно назвать приемами "изоляции".

Еще одна группа приемов поддержания внимания - это приемы "навязывания ритма". Постоянное изменение характеристик голоса и речи наиболее простой способ задать нужный ритм разговора.

Следующая группа приемов - так называемые "приемы акцентировки". Они применяются в тех случаях, когда надо особо обратить внимание партнера на определенные важные моменты в сообщении, ситуации и т.п.