Кожная чувствительность подразделяется классической физиологией органов чувств на четыре различных вида. Обычно различают рецепции: 1) боли, 2) тепла, 3) холода и 4) прикосновения (и давления).

Предполагается, что каждый из этих видов чувствительности располагает и специфическими рецепторами и особой афферентной системой. Чувствительность разных участков кожи к каждому из этих видов раздражений различна. Прикосновение больше всего ощущается на кончике языка и на кончиках пальцев. Спина менее чувствительна к прикосновению. К воздействию тепла и холода наиболее чувствительна кожа тех частей тела, которые обычно прикрыты одеждой.

Своеобразный вид кожных ощущений – вибрационные ощущения, возникающие при воздействии на поверхность тела колебаний воздуха, производимых движущимися или колеблющимися телами. У нормально слышащих людей этот вид ощущений развит слабо. Однако, при потере слуха, особенно у слепоглухих, этот вид ощущений заметно развивается и служит для ориентировки таких людей в окружающем мире. Посредствам вибрационных ощущений они чувствуют музыку, даже узнают знакомые мелодии, чувствуют стук в дверь, переговариваются, выстукивая ногой азбуку Морзе и воспринимая сотрясения пола, на улице узнают о приближающемся транспорте.

**БОЛЬ**

Боль является биологически очень важным защитным приспособлением. Возникая под воздействием разрушительных по своему характеру и силе раздражений, боль сигнализирует об опасности для организма.

Имеются участки мало чувствительные к боли и другие - значительно более чувствительные. В среднем 1 см2 приходится 100 болевых точек.

Экспериментальные исследования дают основание считать, что распределение болевых точек является динамическим, подвижным и что болевые ощущение - результат определенной, превышающей известный предел интенсивности, длительности и частоты импульсов, идущих от того или иного раздражителя.

Для болевой чувствительности характерна малое возбудимость.

Импульсы, возникающие вслед за болевым раздражением, характеризуется медленностью проведения. Адаптация для болевых импульсов поступает очень медленно. Ощущение боли, как правило, связано с чувством неудовольствия или страдания.

Боль относительно плохо, неточно локализуется, часто носит размытый характер. Вследствие относительно размытого, нечетко очерченного характера болевого ощущения оно оказывается очень подвижным и поддающимся воздействия со стороны высших психических процессов, связанных с деятельностью коры, - представлений, направленности мыслей и т.д. Так, преувеличенное представление о силе ожидающего человека болевого раздражения способно заметно повысить болевую чувствительность.

Кожные ощущения возникают при раздражении рецепторов, расположенных в коже в виде окончаний нервных сплетений или в виде специальных образований – телец Мейснера – расположенных на поверхности кожи, лишённой волос, и телец Пачини, расположенных в глубоких слоях кожи.

**ТЕМПЕРАТУРНЫЕ ОЩУЩЕНИЯ**

Температурная (термическая) чувствительность дает нам ощущение тепла и холода. Эта чувствительность имеет большое значение для рефлекторной регуляции температуры тела.

Традиционная классическая физиология органов чувств рассматривает чувствительность к теплу и холоду как два разных и независимых вида чувствительности, каждый из которых имеет свои периферические рецепторные аппараты. Анатомическими органами ощущения холода считают колбы Краузе, а тепла - руффинивы тельца. Однако это лишь гипотеза.

При раздражении холодовых точек неадекватным раздражителем, например горячим острием, они дают холодовое ощущение. Это так называемые парадоксальное ощущение холода.

Не существует раз и навсегда твердо фиксированных точек тепла и холода ( а также давления и боли), поскольку, как оказалось, количество этих точек изменяется в зависимости от интенсивности раздражителя. Этим объясняется тот факт, что различные исследования находят различное количество чувствительных точек на тех же участках кожи. В зависимости от интенсивности раздражителя и структурного отношения раздражителя к воспринимающему аппарату изменяется не только количество чувствительных точек, но и качество получающегося ощущения: ощущения тепла сменяется с ощущением боли, ощущение давления переходит в ощущение тепла и т.д.

Существенную роль в термических ощущениях играет способность кожи довольно быстро адаптироваться к разным температурам.

Субъективным термическим нулем, который не дает никаких температурных ощущений, являются средние температуры, приблизительно равные температуре кожи. Более высокая температура объекта дает нам ощущение тепла, более низкая - холода. Термические ощущения вызываются различием в температуре или термическим обменом, который устанавливается между органом и внешним объектом.

**ПРИКОСНОВЕНИЕ, ДАВЛЕНИЕ**

Ощущение прикосновения и давления тесно связаны между собой. Даже классическая теория кожной чувствительности (основанная М. Бликсом и М. Фреем), которая исходит из признания особых чувствительных точек для каждого вида кожных ощущений, не предполагает особых чувствительных точек для каждого вида кожных ощущений, не предполагает особых рецепторных точек для давления и прикосновения. Давление ощущается как сильное прикосновение.

Характерной особенностью ощущений прикосновения и давления (в отличие, например, от болевых ощущений) является относительно точная их локализация, которая вырабатывается в результате опыта при участии зрения и мышечного чувства. Характерной для рецепторов давления является их быстрая адаптация. В силу этого мы обычно ощущаем не столько давление как таковое, сколько изменения давления.

Чувствительность к давлению и прикосновению на различных участках кожи различна.

**ТАКТИЛЬНАЯ ПАМЯТЬ**

Тактильная память – это способность запоминать ощущения от прикосновения к различным предметам.

Для того, чтобы развить свою тактильную память или натренировать её, можно использовать такой метод как игра. Для этого нужно желание обучаться.

*1. Представить себе картинку: На столе и по столом лежит много вещей. Все они разные наощупь: тёплые, холодные, гладкие, колючие, мягкие, твёрдые. Нужно представить, что ты дотрагиваешься до каждого предмета. Запомни их, какие были они наощупь и попробуй вспомнить вещи, которые лежали на и под столом. Это будет легче сделать, если представить, что вновь трогаешь их руками. Проверь себя и оцени.*

*2. Постарайся вспомнить вещи, до которых ты дотрагивался в течение дня. Представь, что ты опять трогаешь из руками. Например, можно почувствовать холод металлической дверной ручки, мягкую обивку дивана… Не спеши. Нужно хорошенько представить, как ты дотрагиваешься до этих вещей.*

*3. Трогая различный материал, представляй своих знакомых или то, что он тебе напоминает.*

*Представь, что ты трогаешь облако, печаль, смех, музыку. Попробуй написать, что ты чувствуешь рукой, когда трогаешь.*

*4. Трогая дощечки с различным видом материала, попробуй составить свой фильм, построенный на ощущении.*

**ИСПОЛЬЗУЕМАЯ ЛИТЕРАТУРА.**

1. Казиков В.Г., Кондратьева Л.Л. «Психология»

2. Немов Р.С. «Психология»

3. Радугина А.А. «Психология и педагогика»

4. Рубенштейн С.Л. «Основы общей психологии»

5. «Общая психология» под ред. Петровского.

6. Крутецкий В.А. «Психология»

7. Гамезо М.В., Домашенко И.А. «Атлас по психологии».

**ГОУ КК «Ейский Медицинский Колледж»**

**РЕФЕРАТ**

**По психологии на тему:**

**«Кожные ощущения»**

**Подготовила:**

**студентка 201 группы**

**Мережко Наталия**

**2004 год**