Ощущение (лат. sensus *восприятие, ощущение, чувство* → sensation)

Психофизиологическая возможность или же соответствующее актуальное переживание-действие-процесс: биофизическо-биохимическое преобразование индивидом информации, полученной извне или из собственного тела, в нейронные электроимпульсы, осуществляющееся в органах **О**-ий; затем передача этих импульсов в соответствующие области головного мозга, что само по себе (нейрофизиологически) вызывает возникновение соответствующего переживания. При этом, это переживание настолько кратковременно и диффузно, что лишь в исключительных случаях переживается обособленно [см. **Гештальтизация**]; обычно же слито с процессом **восприятия**. **О** в основном процесс нейрофизиологический и лишь частично – психологический.

Направление у **О** всегда одно: извне → внутрь. Для души (психики) внешнее не только внешний мир, но и собственное тело. Соответственно, двумя главными видами **О** являются: внешнее или экстероцептивное **О** (поступающее из внешнего мира) и внутренее или интероцептивное **О** (идущее из собственного тела – органическое ощущение). [также – проприоцептивное ощущение].

У многих растений имеется похожая на **О** функция. Наиболее известно «**О**» солнечного света подсолнухом. Но это не настоящее **О** – ощущение одушевленного существа тем отличается от жизнедеятельности расстения, что перерабатывает даже информацию, не имеющую для него непосредственно биологического значения [см. **Одушевленные существа**].

О - начало процесса восприятия, хотя его можно рассматривать и как низший, примитивный его уровень. Восприятие у простейших индивидов (одноклеточные, простейшие многоклеточные, вероятно, и черви) всего лишь непосредственно-контактное и почти полностью сводится к **О**. Посредством **О** индивид получает информацию из внешнего мира, но это очень скудная и неопределенная информация – просто наличие чего-то. Но сущность явления (что это такое?) остается неясной, не формируется образ. Однако на уровне простейших индивидов этого вполне достаточно, т.к. в большинстве своем целесообразно обеспечивает соответствующее реагирование – действия принятия или избегания (напр., годное в качестве пищи «нечто» примет, а от чего-то «другого» отстранится). В случае человека подобные примитивные **О**-я возникают лишь в исключительных случаях. Напр., человек крепко спал, но внезапный

сильный шум его разбудил. Человек ощутил какой-то шум, т.е. получил информацию о наличии какого-то шума. Он, соответственно, проснулся, поднял голову с постели, вздрогнул, возникли также чувства волнения и замешательства. Однако вначале он ощутил лишь «какой-то шум» – неопределенный (не**гештальт**ный). Более того, этот шум был воспринят как собственное состояние, а не как внешнее явление (будто это шум в ушах или в голове). Т.е. внешнее **О** такое же, как внутреннее, дифференцирование внешнего **О** пока еще не произошло. Приблизительно таково зрительное восприятие человека, который был слепым и к которому только-что, после хирургической операции, вернулось зрение: в первые минуты он ощутил только какой-то свет, который находился у него в глазах или в голове.

У человека и высокоразвитых животных имеется 5 внешних **О**: зрение, слух, обоняние, вкус, прикосновение (включающее в себя подвиды: тепла-холода, шероховатости-гладкости, влажности-сухости, надавливания, мягкости-твердости и др.) Кроме этого существует множество внутренних ощущений: равновесия (имеющего собственный орган в ушной полости), движения, голода, жажды, боли, мышечной усталости, зуда, жжения, тошноты, онемения...

Как правило, внутренние **О** (иногда и внешние **О** – когда они не нейтральны) у человека и высокоразвитых животных инстинктивно вызывают более или менее прочную **установку** и, соответствено **чувство**, которое, накладываясь на **О**, придает ему своеобразную чувственно-эмоциональную окраску. Напр., естественно, что большинство внутренних **О** связано с отрицательными чувствами, так как душа от своего тела получает, в основном, тревожные сообщения; но если все физиологические процессы протекают нормально, то внутренние **О** и вовсе не нужны. Ввиду природного чувственно-эмоционального фона даже психологам трудно отделить **О** от других психологических понятий и часто происходит их смешение, напр.:

1) неверным является термин «орган чувства» (у чувства нет органа, а в переносном смысе орган чувств – это «сердце»); верно: «орган ощущения»; глаз и ухо не «органы чувств», а «органы ощущения»;

2) неверна распространенная фраза «У меня такое ощущение, что...» – Верно: «У меня такое чувство, что... » или «Я догадываюсь (думаю, предполагаю, уверен...), что... »;

3) неверно связывать **О** с наитием-интуицией, догадкой-инсайтом...