

Київський університет імені Бориса Грінченка

І. М. Маруненко, Є. О. Неведомська, Г. І. Волковська

ПСИХОФІЗІОЛОГІЯ

Навчально-методичний посібник з питань проведення
практичних робіт для студентів небіологічних спеціальностей
вищих навчальних закладів

Прізвище та ім'я студента _____

Група _____ Курс _____

УДК 159.91
ББК 88.3я73

Рекомендовано Вченою радою Інституту людини КУ імені Бориса Грінченка для апробації як навчально-методичний посібник з питань проведення практичних робіт для студентів небіологічних спеціальностей вищих навчальних закладів (протокол № 9 від 8 червня 2015 р.)

Рецензенти:

Лященко Т. П. – канд. біол. наук, доцент кафедри фізіології людини та тварин біологічного факультету КНУ імені Тараса Шевченка.

Сергєєнкова О.П. – доктор псих. наук, зав. кафедри загальної, вікової та педагогічної психології Інституту людини КУ імені Бориса Грінченка.

Маруненко І. М., Неведомська Є. О., Волковська Г. І.

Психофізіологія: навч.-метод. посіб. з питань проведення практичних робіт [для студ. небіол. спец. вищ. навч. закл.] / І. М. Маруненко, Є. О. Неведомська, Г. І. Волковська. – 4-те вид. перероб. і доп. – К. : Київськ. ун-т імені Бориса Грінченка, 2015. – 48 с.

У навчально-методичному посібнику з курсу «Психофізіологія» розроблені методики проведення практичних занять у відповідності з навчальною програмою вищих навчальних закладів для студентів небіологічних спеціальностей.

Описані методики вивчення індивідуально-типологічних властивостей вищої нервової діяльності, нейродинамічних процесів, психічних функцій та особистісних властивостей людини з обґрунтуванням їх фізіологічної сутності.

Посібник рекомендований для студентів небіологічних спеціальностей вищих навчальних закладів, викладачів, учителів.

© І. М. Маруненко, Є. О. Неведомська, Г. І. Волковська, 2015
© Київський університет імені Бориса Грінченка, 2015

ЗМІСТ

Практична робота №1	
А) Тема: Діагностика типу нервової системи	4
Б) Тема: Оцінка працездатності головного мозку	7
В) Тема: Вивчення рухливості нервових процесів під час групового обстеження (методика сортування слів)	8
Практична робота №2	
А) Тема: Вивчення співвідношення першої і другої сигнальної систем	10
Б) Тема: Методика визначення порогу слухової чутливості	13
В) Тема: Методика перевірки функціонального стану зорового аналізатора	14
Г) Тема: Виявлення сліпої плями на сітківці ока	14
Практична робота №3	
А) Тема: Вимір об'єму сприйняття	15
Б) Тема: Визначення об'єму зорового сприйняття	17
В) Тема: Дослідження просторових об'єктів методом хронометрії розумових дій (за методикою Шепарда)	18
Практична робота №4	
Тема: Оцінка працездатності людини при виконанні роботи, яка потребує уваги	20
Практична робота №5	
А) Тема: Методика дослідження різних видів пам'яті	23
Б) Тема: Методика визначення рис характеру й темпераменту	25
В) Тема1: Оцінка логічного мислення за методикою «відишукування аналогій»	
Г) Тема2: Методика виключення понять для виявлення логічності мислення, абстрагування та узагальнення	28
Практична робота №6	
А) Тема: Оцінка ступеня впевненості в собі	30
Б) Тема: Шкала ситуативної тривожності	31
В) Тема: Шкала особистісної тривожності	32
Г) Тема: Визначення активності вербального і наочно-образного мислення	33
Практична робота №7	
А) Тема: Визначення особливостей понятійного мислення за допомогою методики «вилучення зайвого»	35
Б) Тема: Визначення індивідуальних особливостей мислення за допомогою методики «розуміння прислів'я»	36
Практична робота №8	
Тема: Спрямований асоціативний експеримент дослідження мислення і мовлення	38
Практична робота №9	
А) Тема: Аудіювання мови	39
Б) Тема: Оцінка швидкості читання	40
Практична робота №10	
А) Тема: Дослідження екстраверсії / інтроверсії і нейротизму (за опитувальником Айзенка)	42
Б) Тема: Визначення коефіцієнту функціональної асиметрії мозку	45
Список літератури	47

Практична робота №1

(а) Тема: Діагностика типу нервової системи

Мета:

Хід роботи

Для виявлення сили нервових процесів, Є.П.Ільїн визначав дану властивість по кількості постукувань за методикою тепінг-тест, рекомендуючи працювати до відказу, але не більше 1 хв.

В основі його методики лежить вимір у часі максимального темпу руху кисті.

Піддослідний повинен олівцем в кожному із 6 однакових квадратів, які розміщені в два ряди, протягом 5 с поставити якомога більше точок спочатку правою, а потім лівою рукою. Перехід з одного квадрату в інший за часовою стрілкою відбувається за командою експериментатора, який слідкує по секундоміру кожні 5 с не перериваючи роботи.

На основі даних 5 с відрізків будуйте криві працездатності, на яких за вихідну точку береться темп руху за перші 5 с. По вертикалі – число рухів за 5 с, по горизонталі – 5 секундні відрізки.

Для прикладу на рисунку 1. представлені типи кривих змін максимального темпу руху кисті за 5 секундними відрізками.

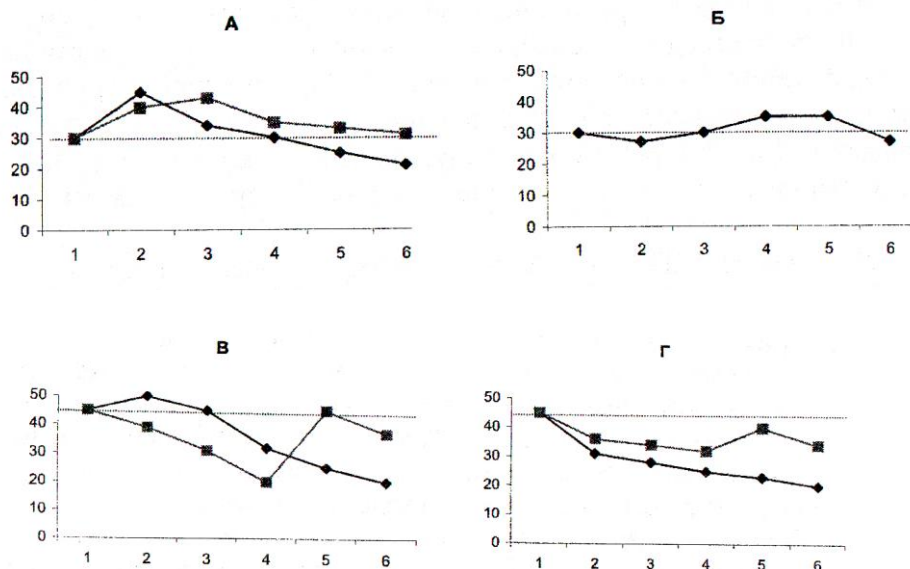


Рис.1. Типи кривих змін максимального темпа руху кисті за п'ятисекундними відрізками

По вертикалі – число рухів за 5с; по горизонталі – п'яти - секундні відрізки.

А – криві, що характеризують сильну нервову систему, Б – середню, В – середньо - слабку та Г – слабку нервову систему.

Права рука

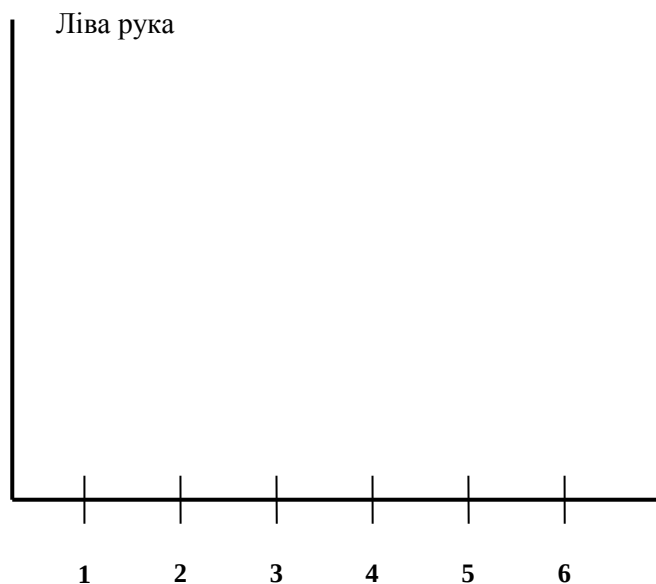
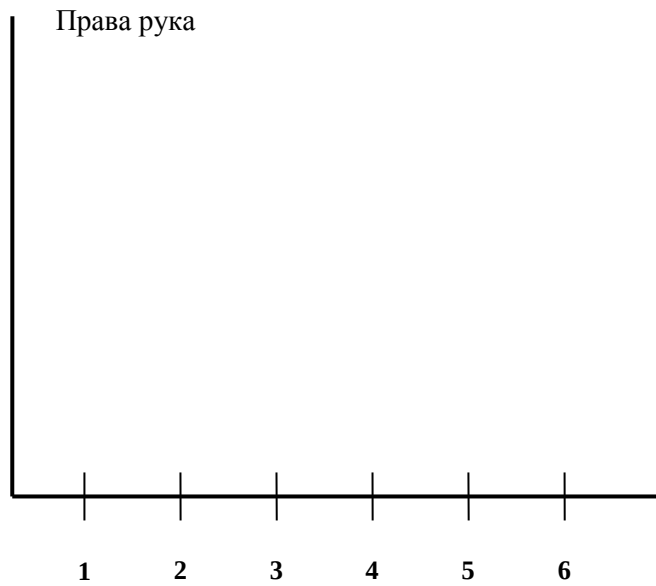
Ліва рука

Підрахуйте кількість точок у кожному квадраті і внесіть у протокол.

Кількість точок, які проставлені за кожні 5 с.

Квадрати	Проміжок часу, с	Права рука	Ліва рука
1	0-5		
2	6-10		
3	11-15		
4	16-20		
5	21-25		
6	26-30		

Побудуйте графіки працездатності, для чого відкладіть на осі абсцис 5-с проміжки часу і на осі ординат – кількість точок у кожному квадраті.



Критерії діагностики кривих:

Випуклий тип: максимальний темп нарастає в перші 10-15 с роботи, про що піддослідні не підозрюють; в наступні секунди темп може знизитися нижче вихідного рівня, рідко – зберігається на рівні вище вихідного.

Цей тип кривої свідчить про виражений ефект сумації збудження в нервових центрах, що є характеристикою сильної нервової системи.

Рівний тип: максимальний темп з коливанням ± 2 рухи біля вихідного рівня втримується протягом всього відрізка часу (30 с).

Цей варіант свідчить про наявність у піддослідного середньої сили нервової системи.

Низхідний тип: максимальний темп знижується вже з другого 5-секундного відрізка і залишається нижче вихідного протягом всього часу роботи.

Цей тип свідчить про слабкість нервової системи.

Ввігнутий тип: первісне зниження темпу змінюється короткочасним зростанням темпу в кінці роботи. Суб'єктів з таким типом відносять до групи зі слабким типом нервової системи.

Зробіть висновок щодо вашого типу нервової системи: _____

Тема: (б) Оцінка працездатності головного мозку

Мета: _____

Хід роботи

I. На екрані із швидкістю:

1. 30 кадрів за 1 хв.
2. 40 кадрів за 1 хв.
3. 50 кадрів за 1 хв.

рухається стрічка з написаними на ній словами.

II. Із слів, що ви бачите на моніторі, виберіть:

1. у 1 варіанті – назви тварин

2. у 2 варіанті – назви рослини

3. у 3 варіанті – назви риб

III. Сильні нервові процеси, ті котрі характеризуються похибками не більше 21 %, при цьому вважають:

- а) показники від 0 до 11 % помилок – свідчать про надто сильні нервові процеси;
- б) показники від 12 до 16 % помилок – середньої сили;
- в) показники від 17 до 21 % помилок – слабкої варіації сильний процесів.

Слабкими нервовими процесами є ті, які характеризуються похибками від 21 % і вище, при цьому вважають, що:

- а) показники від 21 до 26 % помилок – свідчать про сильну варіацію слабких нервових процесів;
- б) показники від 26 і більше % помилок – свідчать про слабкі нервові процеси.

Зробіть висновок щодо вашої працездатності головного мозку: _____

(в) Тема: Вивчення рухливості нервових процесів під час групового обстеження (методика сортування слів)

Мета: _____

Хід роботи

Для проведення експерименту представлено два бланки: один зі словами, другий – реєстраційний.

На 1-му бланку розміщено 100 слів, кожне з яких має порядковий номер (від 1 до 100). Слова означають назви тварин, рослин та предмети неживої природи. На 2-му бланку зображені номери слів від 1 до 100, які розміщені в два однакових стовпці. Під лівим стовпцем надруковане слово «рослини», а під правим – «тварини».

Ваша задача полягає в максимально швидкому і правильному сортуванні слів. Слова, що означають назви «рослин», необхідно реєструвати в лівому стовпці номерів реєстраційного бланку, слова з назвою тварин – в правому стовпці під назвою «тварин». Слова, які означають предмети неживої природи, не реєструються.

Реєстрація проводиться шляхом обведення кругом відповідного номера слова. Після реєстрації останнього слова досліджуваний піднімає руку.

При обробленні результатів вираховується показник успішності роботи (УР) за формулою:

$$УР = \frac{T}{N_{пр}} \cdot 100 \% ;$$

де Т – час виконання завдання в секундах, N_{пр} – кількість правильно зареєстрованих слів.

Помилкою є як пропуск слів, вимагаючи реєстрації, так і неправильна їх фіксація. Показник УР переводиться в бали.

УР	$\geq$ 586	542- 585	465- 541	410- 464	355- 409	311- 354	289- 310	256- 288	234- 255	$\leq$ 233
Бали	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

Зробіть висновок щодо рухливості нервових процесів: _____

1. Рисунок	26. Камера	51. Горох	76. Муха
2. Лелека	27. Шипшина	52. Гора	77. Корида
3. Тополя	28. Орел	53. Бегемот	78. Ключ
4. Мак	29. Жук	54. Корова	79. Снігур
5. Короп	30. Мімоза	55. Квітка	80. Овес
6. Страус	31. Сова	56. Верб	81. Леопард
7. Труба	32. Сосна	57. Шахи	82. Черешня
8. Лінійка	33. Уран	58. Ведмідь	83. Дуб
9. Олівець	34. Рояль	59. Олень	84. Книга
10. Слон	35. Камінь	60. Тюльпан	85. Гречка
11. Парус	36. Карась	61. Кішка	86. Горобець
12. Астра	37. Батарей	62. Ковзани	87. Фазан
13. Шакал	38. Качка	63. Карась	88. Часник
14. Термометр	39. Лисиця	64. Квасоля	89. Борт
15. Метелик	40. Парус	65. Глобус	90. Башта
16. Мурашка	41. Жайворонок	66. Колесо	91. Кропива
17. Кактус	42. Циліндр	67. Вишня	92. Кенгуру
18. Заєць	43. Лижі	68. Синиця	93. Вовк
19. Молот	44. Лілія	69. Пінгвін	94. Груша
20. Малина	45. Чайка	70. Соболь	95. Стріла
21. Шпага	46. Дятел	71. Липа	96. Барсук
22. Лампа	47. Канат	72. Черепаха	97. Лось
23. Шпак	48. Осика	73. Штани	98. Конвалія
24. Яблуня	49. Скорпіон	74. Кедр	99. Окунь
25. Лезо	50. Очерет	75. Тюлень	100. Азбука

Рослини	Тварини	Рослини	Тварини	Рослини	Тварини	Рослини	Тварини
1	1	26	26	51	51	76	76
2	2	27	27	52	52	77	77
3	3	28	28	53	53	78	78
4	4	29	29	54	54	79	79
5	5	30	30	55	55	80	80
6	6	31	31	56	56	81	81
7	7	32	32	57	57	82	82
8	8	33	33	58	58	83	83
9	9	34	34	59	59	84	84
10	10	35	35	60	60	85	85
11	11	36	36	61	61	86	86
12	12	37	37	62	62	87	87
13	13	38	38	63	63	88	88
14	14	39	39	64	64	89	89
15	15	40	40	65	65	90	90
16	16	41	41	66	66	91	91
17	17	42	42	67	67	92	92
18	18	43	43	68	68	93	93
19	19	44	44	69	69	94	94
20	20	45	45	70	70	95	95
21	21	46	46	71	71	96	96
22	22	47	47	72	72	97	97
23	23	48	48	73	73	98	98
24	24	49	49	74	74	99	99
25	25	50	50	75	75	100	100

Практична робота №2

(а) **Тема:** Вивчення співвідношення першої і другої сигнальної систем

Мета: _____

Хід роботи

Використовується опитувальник Б.Кадирова. Співвідношення двох сигнальних систем в даному опитувальнику виявляється за наступними показниками:

1. динамічних особливостей (активність і саморегуляція)
2. емоційність і воля
3. пізнавальних процесів – пам'ять, уява, мислення.

Шкала «Активність»

Твердження	Відповідь (в балах)				
	1	2	3	4	5
1. Я належу до тих людей, навколо яких весела компанія	Безперечно, так	Швидше, так	Щось середнє	Швидше, ні	Ні
2. Завжди варто ризикнути, навіть коли мало шансів на успіх	Безперечно, так	Швидше, так	Коли як	Швидше, ні	Ні
3. Можу у вільний час довго сидіти спокійно, без діла	Зовсім не можу	Можу недовго	Коли як	Довго	Як правило, довго
4. Зазвичай я роблю і говорю швидко, довго не роздумуючи	Безперечно, так	Швидше, так	Коли як	Швидше, ні	Ні
5. В моєму житті багато цікавих справ	Безперечно, так	Швидше, так	Коли як	Швидше, ні	Ні
6. Мені приносить радість все робити швидко	Безперечно, так	Швидше, так	Щось середнє	Швидше, ні	Ні
7. Мені подобається, коли буває відразу багато справ	Безперечно, так	Швидше, так	Щось середнє	Швидше, ні	Ні
8. Я схильний братися за додаткову і необов'язкову роботу	Дуже часто	Часто	Коли як	Рідко	Ніколи

Шкала «Емоційність»

Твердження	Відповідь (в балах)				
	1	2	3	4	5
1. Я люблю поезію	Безперечно, так	Швидше, так	Щось середнє	Швидше, ні	Ні
2. Я належу до тих людей, навколо яких весела компанія	Безперечно, так	Швидше, так	Коли як	Швидше, ні	Ні
3. Легко «заражаюсь» настроєм оточуючих	Безперечно, так	Швидше, так	За обставинами	Швидше, ні	Ні
4. Я на музику реагую більш емоційно, ніж інші	Безперечно, так	Швидше, так	Щось середнє	Швидше, ні	Ні
5. Я легко можу образитись	Безперечно, так	Швидше, так	Коли як	Швидше, ні	Ні
6. Часто знаходжусь під враженням художнього опису або образу героя	Безперечно, так	Швидше, так	Коли як	Швидше, ні	Ні
7. У мене бувають спади і підйоми настрою	Дуже часто	Часто	Щось середнє	Рідко	Ніколи
8. Люблю помріяти	Безперечно, так	Швидше, так	Коли як	Швидше, ні	Ні
9. У мене легко виникають симпатії і антипатії до оточуючих	Безперечно, так	Швидше, так	Коли як	Швидше, ні	Ні

Шкала «Образна пам'ять»

Твердження	Відповідь (в балах)				
	1	2	3	4	5
1. Щоб запам'ятати важкий матеріал, намагаюсь все наглядно уявити	<i>Безперечно, так</i>	<i>Швидше, так</i>	<i>Коли як</i>	<i>Швидше, ні</i>	<i>Ні</i>
2. Мені здається, що у мене гарна пам'ять на обличчя людей	<i>Безперечно, так</i>	<i>Швидше, так</i>	<i>Щось середнє</i>	<i>Швидше, ні</i>	<i>Ні</i>
3. Не можу згадати ім'я або прізвища людини, обличчя якої мені знайоме	<i>Дуже часто</i>	<i>Часто не можу</i>	<i>Коли як</i>	<i>Згадую швидко</i>	<i>Згадую відразу</i>
4. Ясно бачу сторінку книги, зошита, здається, що навіть літери бачу, але зміст згадати не можу	<i>Безперечно, так</i>	<i>Швидше, так</i>	<i>Щось середнє</i>	<i>Швидше, ні</i>	<i>Ні</i>
5. Легко і надовго можу запам'ятати поетичні оповідання, вірші і інші літературні твори	<i>Безперечно, так</i>	<i>Швидше, так</i>	<i>Щось середнє</i>	<i>Швидше, ні</i>	<i>Ні</i>
6. Зміст прочитаного або почутого пам'ятаю добре, а де читав або почув, не можу згадати	<i>Ні</i>	<i>Швидше, ні</i>	<i>Щось середнє</i>	<i>Швидше, так</i>	<i>Безперечно так</i>

Шкала «Уява»

Твердження	Відповідь (в балах)				
	1	2	3	4	5
1. Мені подобаються книги науково-фантастичного жанру	<i>Безперечно, так</i>	<i>Швидше, так</i>	<i>За обставинами</i>	<i>Швидше, ні</i>	<i>Ні</i>
2. Щоб запам'ятати важкий матеріал, намагаюсь все наглядно уявити	<i>Безперечно, так</i>	<i>Швидше, так</i>	<i>Коли як</i>	<i>Швидше, ні</i>	<i>Ні</i>
3. Часто знаходжусь під враженням художнього опису або образу героя	<i>Безперечно, так</i>	<i>Швидше, так</i>	<i>Коли як</i>	<i>Швидше, ні</i>	<i>Ні</i>
4. Мене завжди приваблювали фантастичні образи	<i>Безперечно, так</i>	<i>Швидше, так</i>	<i>Коли як</i>	<i>Швидше, ні</i>	<i>Ні</i>
5. Люблю мріяти	<i>Безперечно, так</i>	<i>Швидше, так</i>	<i>Коли як</i>	<i>Швидше, ні</i>	<i>Ні</i>
6. Люблю пофантазувати	<i>Безперечно, так</i>	<i>Швидше, так</i>	<i>Щось середнє</i>	<i>Швидше, ні</i>	<i>Ні</i>

Шкала «Саморегуляція»

Твердження	Відповідь (в балах)				
	1	2	3	4	5
1. Мені притаманні чіткість і порядок в справах	<i>Безперечно, так</i>	<i>Швидше, так</i>	<i>Коли як</i>	<i>Швидше, ні</i>	<i>Ні</i>
2. Я схильний будь-яку справу доводити до завершення	<i>Безперечно, так</i>	<i>Швидше, так</i>	<i>Коли як</i>	<i>Швидше, ні</i>	<i>Ні</i>
3. Я схильний аналізувати свої вчинки	<i>Безперечно, так</i>	<i>Швидше, так</i>	<i>Коли як</i>	<i>Швидше, ні</i>	<i>Ні</i>
4. Частіш за все розпочату справу завершую в строк	<i>Безперечно, так</i>	<i>Швидше, так</i>	<i>Коли як</i>	<i>Швидше, ні</i>	<i>Ні</i>
5. Мені притаманно здійснювати поспішні необдумані вчинки	<i>Ні</i>	<i>Швидше, ні</i>	<i>Коли як</i>	<i>Швидше, так</i>	<i>Так</i>
6. Зазвичай перед відходом я перевіряю, чи не забув я щось взяти з собою	<i>Дуже часто</i>	<i>Часто</i>	<i>Коли як</i>	<i>Рідко</i>	<i>Ніколи</i>
7. Перед тим як діяти, я намагаюсь уявити собі всі наслідки	<i>Безперечно, так</i>	<i>Швидше, так</i>	<i>Коли як</i>	<i>Швидше, ні</i>	<i>Ні</i>
8. Я можу працювати зосереджено і в тому випадку коли немає інтересу до справи	<i>Безперечно, так</i>	<i>Швидше, так</i>	<i>Коли як</i>	<i>Швидше, ні</i>	<i>Ні</i>
9. В напруженій і відповідальній ситуації, наприклад, на екзамені, мені вдається більш зосереджено і успішно працювати	<i>Безперечно, так</i>	<i>Швидше, так</i>	<i>Щось середнє</i>	<i>Швидше, ні</i>	<i>Ні</i>
10. Можу успішно виконати домашнє завдання і при відволікаючому шумі	<i>Можу легко</i>	<i>Частіше за все можу</i>	<i>Коли як</i>	<i>Іноді можу, але з трудом</i>	<i>Зовсім не можу</i>

Шкала «Воля»

Твердження	Відповідь (в балах)				
	1	2	3	4	5
1. Я можу бути терпеливим і посидючим при виконанні кропіткої роботи	<i>Безперечно, так</i>	<i>Швидше, так</i>	<i>За обставинами</i>	<i>Швидше, ні</i>	<i>Ні</i>
2. Завжди варто ризикнути, навіть коли мало шансів на успіх	<i>Ні</i>	<i>Швидше, ні</i>	<i>Коли як</i>	<i>Швидше, так</i>	<i>Так</i>
3. Явно відчуваю в собі слабкість волі	<i>Безперечно, так</i>	<i>Швидше, так</i>	<i>За обставинами</i>	<i>Швидше, ні</i>	<i>Ні</i>
4. Я схильний будь-яку справу доводити до завершення	<i>Безперечно, так</i>	<i>Швидше, так</i>	<i>Коли як</i>	<i>Швидше, ні</i>	<i>Ні</i>
5. Я люблю діло, яке вимагає напруження розуму і волі	<i>Безперечно, так</i>	<i>Швидше, так</i>	<i>Коли як</i>	<i>Швидше, ні</i>	<i>Ні</i>
6. Зусиллям волі я можу здолати будь-які труднощі	<i>Безперечно, так</i>	<i>Швидше, так</i>	<i>Коли як</i>	<i>Швидше, ні</i>	<i>Ні</i>
7. Частіш за все розпочату справу завершую в строк	<i>Безперечно, так</i>	<i>Швидше, так</i>	<i>Коли як</i>	<i>Швидше, ні</i>	<i>Ні</i>
8. Я можу працювати зосереджено і в тому випадку коли немає інтересу до справи	<i>Безперечно, так</i>	<i>Швидше, так</i>	<i>Коли як</i>	<i>Швидше, ні</i>	<i>Ні</i>
9. Із-за своєї нерішучості я багато втрачаю	<i>Ні</i>	<i>Швидше, ні</i>	<i>Щось середнє</i>	<i>Швидше, так</i>	<i>Так</i>
10. Мені подобається долати труднощі в навчанні і в інших справах	<i>Безперечно, так</i>	<i>Швидше, так</i>	<i>Щось середнє</i>	<i>Швидше, ні</i>	<i>Ні</i>

Шкала «Аналітичне мислення»

Твердження	Відповідь (в балах)				
	1	2	3	4	5
1. Я можу бути терпеливим і посидючим при виконанні кропіткої роботи	<i>Безперечно, так</i>	<i>Швидше, так</i>	<i>За обставинами</i>	<i>Швидше, ні</i>	<i>Ні</i>
2. Мені притаманні чіткість і порядок в справах	<i>Безперечно, так</i>	<i>Швидше, так</i>	<i>Коли як</i>	<i>Швидше, ні</i>	<i>Ні</i>
3. Я схильний аналізувати свої вчинки	<i>Безперечно, так</i>	<i>Швидше, так</i>	<i>Коли як</i>	<i>Швидше, ні</i>	<i>Ні</i>
4. Віддаю би перевагу вивченню математичних наук	<i>Безперечно, так</i>	<i>Швидше, так</i>	<i>Коли як</i>	<i>Швидше, ні</i>	<i>Ні</i>
5. Читаючи художні твори, пропускаю різні описи	<i>Безперечно, ні</i>	<i>Швидше, ні</i>	<i>Коли як</i>	<i>Швидше, так</i>	<i>Так</i>
6. Намагаюсь бути знавцем в певній області	<i>Безперечно, так</i>	<i>Швидше, так</i>	<i>Щось середнє</i>	<i>Швидше, ні</i>	<i>Ні</i>
7. Перед тим як діяти намагаюсь уявити собі всі наслідки	<i>Безперечно, так</i>	<i>Швидше, так</i>	<i>Коли як</i>	<i>Швидше, ні</i>	<i>Ні</i>
8. Віддаю перевагу діям за раніше продуманим планом	<i>Безперечно, так</i>	<i>Швидше, так</i>	<i>Коли як</i>	<i>Швидше, ні</i>	<i>Ні</i>

Інтерпретація отриманих даних:

Для отримання узагальнених показників вираженості тієї чи іншої сигнальної системи сумуються бали відповідей на всі питання, які входять у відповідні шкали. Дані по чотирьох перших шкалах АКТИВНІСТЬ, ЕМОЦІЙНІСТЬ, ОБРАЗНА ПАМ'ЯТЬ, УЯВА об'єднуються в один показник вираженості першосигнальності, а показники по інших трьох шкалах САМОРЕГУЛЯЦІЯ, ВОЛЯ, АНАЛІТИЧНЕ МИСЛЕННЯ, групуються в один показник другосигнальності.

1. Різниця показників I і II сигнальних систем (СС) може вказати на відносну вираженість кожної із сигнальних систем (коефіцієнт сигнальності КС):

$$КС = \frac{ІСС - ІСС}{ІСС + ІСС} \times 100$$

Меншим величинам вихідних показників відповідає більша розвинутість даних функцій. Тому осіб з найменшою величиною показника КС, тобто з найбільш вираженою другою

7. У висновку:

- проаналізуйте дані таблиці 1: _____

(в) **Тема:** Методика перевірки функціонального стану зорового аналізатора

Мета: _____

Хід роботи

Поверніть досліджуваного обличчям до світла і зверніть увагу на ширину його зіниць та однаковість їх діаметра. На 10-15 сек. затуліть одне око досліджуваного, що стоїть обличчям до світла, та прослідкуйте за розширенням зіниці не тільки закритого, але й другого, не закритого ока (синхронність реакції).

Швидко прийміть руку від ока і знову визначте ширину зіниць. При цьому можна побачити швидко одночасне звуження обох зіниць до однакового розміру.

Зробіть висновок вашого функціонального стану зорового аналізатора: _____

Тема: (г) Виявлення сліпої плями на сітківці ока

Мета: _____

Обладнання: спеціальна картка з рис. 1.

Хід роботи

Затуліть лівою рукою ліве око і, тримаючи картку у витягнутій правій руці, повільно наближайте її до відкритого правого ока. При цьому потрібно дивитися тільки на ліве зображення (точку). На відстані 20-25 см від ока король Чарльз «загубить голову». (З журналу “Rushton”).

•



Рис. 1.

Зробіть висновок щодо виявлення сліпої плями на сітківці ока:_____

Практична робота №3

(а) Тема: Вимір об'єму сприйняття

Мета:_____

Хід роботи

Об'єм сприйняття – це число об'єктів, які можуть одночасно бути сприйняті, під час короткочасного їх пред'явлення.

В досліді використовується класичний метод повного сприйняття. Об'єктами дослідження є набір букв (по 8 букв в наборі) і змістовні фрази (по 3 слова у кожній фразі). Всього у досліді 40 пред'явлень по 20 для кожного типу об'єкта. На екрані представляється тест-об'єкт на час експозиції 200мс. Досліджуваний письмово відтворює букву або фразу. Відповіді заносяться у таблицю 1.

Обробка і аналіз результатів:

1. Визначте середнє число правильно відтворених букв або тест-об'єктів (M1 і M2)

2. Проаналізуйте характер помилок _____

3. Порівняйте величину об'єму сприйняття під час пред'явлення беззмістовного (букви) і змістовного (фрази) матеріалу _____

Таблиця 1

№ пред'я- -влень	Пред'явлені стимули	Відповідь досліджуваного	Кількість правильно відтворених букв і фраз
1.			
2.			
3.			
4.			
5.			
6.			
7.			
8.			
9.			
10.			
11.			
12.			
13.			
14.			
15.			
16.			
17.			
18.			
19.			
20.			
21.			
22.			
23.			
24.			
25.			
26.			
27.			
28.			
29.			
30.			
31.			
32.			
33.			
34.			
35.			
36.			
37.			
38.			
39.			
40.			

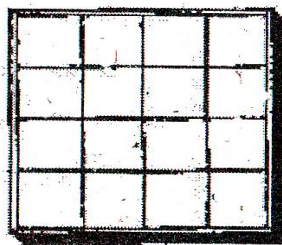
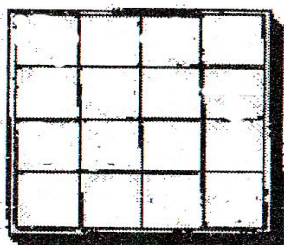
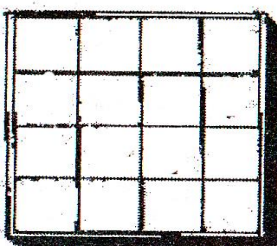
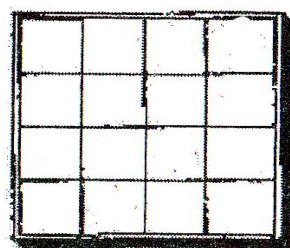
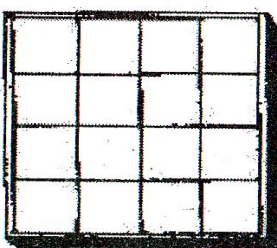
Зробіть висновок щодо вашого об'єму сприйняття: _____

(б) Тема: Визначення об'єму зорового сприйняття

Мета: _____

Хід роботи

При визначенні об'єму зорового сприйняття обстежуваному на короткий час (500-1000мс) на моніторі показують карточку з хрестиками всередині квадратів (8 позицій), після чого потрібно відтворити побачене бланку.



Результати психофізіологічного обстеження в балах заносять у таблицю.

<i>Показник</i>	<i>Оцінка в балах</i>								
	9	8	7	6	5	4	3	2	1
Кількість правильно відтворених знаків	44	39	34	29	24	20	15	10	5

<i>Показник</i>	<i>Оцінка в балах</i>								
	9	8	7	6	5	4	3	2	1
Кількість правильно відтворених знаків									

Зробити висновок щодо вашого об'єму зорового сприйняття:_____

(в) Тема: Дослідження просторових об'єктів методом хронометрії розумових дій (за методикою Шепарда)

Мета:_____

Хід роботи

На моніторі будуть пред'явлені пари трьох вимірних об'єктів, які по різному розташовані в просторі. Ваше завдання визначити – один і той же об'єкт розважений на обох картинках або об'єкти різні. Відповідь: **однакові** або **різні**, заносите в таблицю.

№ п/п	Кут повороту, градус	Відповідь	Час вирішення, с
1.	20		
2.	40		
3.	-		
4.	100		
5.	40		
6.	-		
7.	80		
8.	-		
9.	-		
10.	20		
11.	-		
12.	100		
13.	-		
14.	80		
15.	-		
16.	40		

Обробка результатів:

1. Побудуйте графік залежності часу становлення тотожності об'єктів від кута їх повороту відносно один одного враховуючи лише правильні відповіді.

[illegible]

2. Порівняйте графіки досліджуваних в групі і виявіть індивідуальні відмінності

Зробіть висновок щодо дослідження просторових об'єктів методом хронометрії розумових дій: _____

[illegible]

Практична робота №4

Тема: Оцінка працездатності людини при виконанні роботи, яка потребує уваги

Мета: _____

Хід роботи

Тривалість роботи 10 хвилин. Протягом кожної хвилини досліджувані за завданням екзаменатора знаходять у коректурній таблиці (табл. 1.) різні букви (1 хвилини – *и*, друга – *н* і т. д.), фіксуючи у таблиці загальну кількість знайдених за 1 хвилину літер.

Екзаменатор перериває роботу в кінці кожної хвилини, віднімаючи цифрами 1, 2, 3, 4, 5 і т.д. на коректурній таблиці моменти зупинок і заносячи в зошит кількість знайдених досліджуваних букв за 1 хв. роботи. Переглянувши таблицю до кінця, досліджувані знову повертаються до її початку і працюють до кінця 10 хв.

Таблиця 1.

Корректурная таблица

И	Н	О	Г	С	П	Ц	Э	О	И	Н	С	И	О	Р	Э	Ц	О	П	Г	О
Н	Г	Ц	С	И	О	П	Э	О	Г	И	Н	П	Ц	С	О	Э	Ц	Н	Г	И
П	Н	Э	И	О	С	Н	И	Щ	П	И	Г	Э	С	Ц	П	И	Г	О	Э	Р
И	Р	С	П	Н	И	С	Ц	Г	Э	Н	Р	О	И	И	С	Ц	П	Г	И	П
Н	Г	С	О	С	О	Н	Г	О	С	Э	Ц	О	П	Г	Н	Н	И	Ц	С	Э
С	О	Э	П	Ц	И	Н	И	С	И	Г	И	П	И	Ц	И	Э	И	С	И	Г
П	И	Р	Г	Н	Э	С	С	П	Н	И	Ц	П	Г	Р	Э	О	Г	Щ	Э	Ц
О	Г	С	Н	И	Ц	Э	С	Г	Р	Г	Н	О	Э	С	Ц	О	С	И	П	Ц
Н	Р	И	С	Э	Ш	Н	Щ	О	Н	П	И	Г	Щ	П	Г	Ц	П	И	Н	Р
Ц	С	О	Г	Щ	П	Ц	О	С	Р	О	Ц	Е	С	Н	И	Г	Э	П	Щ	С
Н	Г	Г	О	Ц	Е	П	И	Н	Ц	Э	И	Р	П	Щ	И	Э	Ц	О	О	С
Щ	Г	Н	П	Ц	С	Э	Н	Н	С	И	Г	С	О	Н	П	И	С	Э	Ц	Щ
Н	Р	О	П	Э	С	О	Ц	С	Н	Э	П	Р	Щ	Г	П	Н	Ц	И	Э	С
О	Ц	Н	П	И	Э	Ц	П	Н	И	С	И	Г	П	Э	Щ	И	Н	И	Р	Г
Р	Э	Ц	П	П	С	И	Г	П	Э	Р	Щ	И	Н	И	Г	Р	Ц	П	С	И
Н	И	П	Г	Н	Э	Ц	Э	С	О	Щ	И	Н	О	Р	И	Г	Ц	Р	С	Щ
И	Г	Н	Р	П	О	Г	Э	Ц	С	И	Ц	Щ	И	О	П	Н	Ц	С	Э	И
Н	Г	И	Г	Р	С	Щ	Ц	И	Н	Э	Ц	Н	П	И	Р	О	Э	Щ	С	П
Г	П	Н	Р	И	С	Г	П	И	Ц	Э	Н	Г	О	Щ	И	Г	П	Ц	Н	Г
О	И	С	И	П	Г	П	О	Щ	Н	Р	Г	П	О	Э	И	Р	Н	С	П	И
О	Ц	Н	Г	Ц	Э	И	О	Р	С	И	Щ	Н	Г	Г	Р	Э	Ц	И	И	Щ
Щ	Р	И	Э	И	Г	Н	П	Ц	И	Э	О	П	Г	Н	Ц	П	О	И	Н	Р
Г	И	П	Р	О	Щ	И	Н	Г	О	Э	Р	Ц	И	Н	С	Щ	Щ	Э	О	Н

Обробка результатів і висновки роботи

Для зручності аналізу отриманих результатів занесіть дані у таблицю 2.

Таблиця 2.

Час роботи, хв.	Задана літера	Кількість літер, знайдених за 1 хв.	Кількість літер у таблиці	Помилка роботи (різниця між літерами, які є в таблиці і кількістю знайдених)	Загальна кількість знаків, які продивились за 1 хв.
1-а	И				
2-а	Н				
3-а	Г				
4-а	С				
5-а	Р				
6-а	О				
7-а	Ш				
8-а	Щ				
9-а	Е				
10-а	Ц				

Побудуйте графік своєї працездатності і точності роботи (рис. 1, 2, 3). Про швидкість виконання роботи роблять висновок за загальним числом знаків, які проглянули за 10 хв. Про точність роблять висновок за загальним числом допущених за 10 хв. роботи помилок (табл. 3).

Порівняйте працездатність досліджуваних. Відмітьте, як змінюється переключення уваги і об'єм виконання роботи протягом 10 хв. Які функціональні зрушення можуть виникати під час довгого розумового напруження?

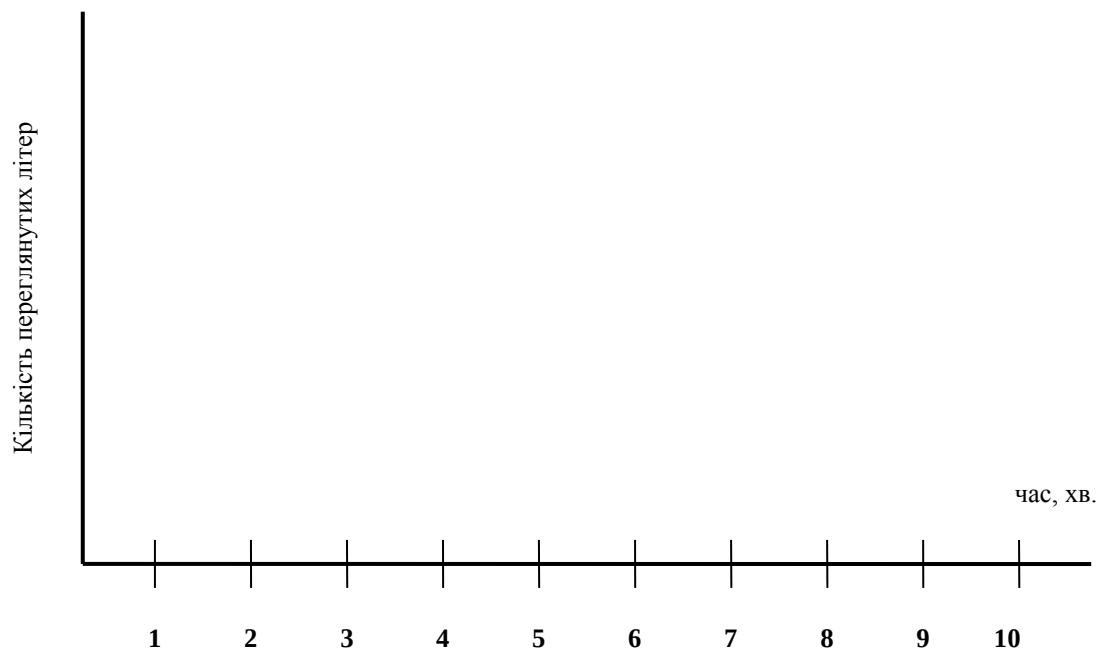


Рис. 1.

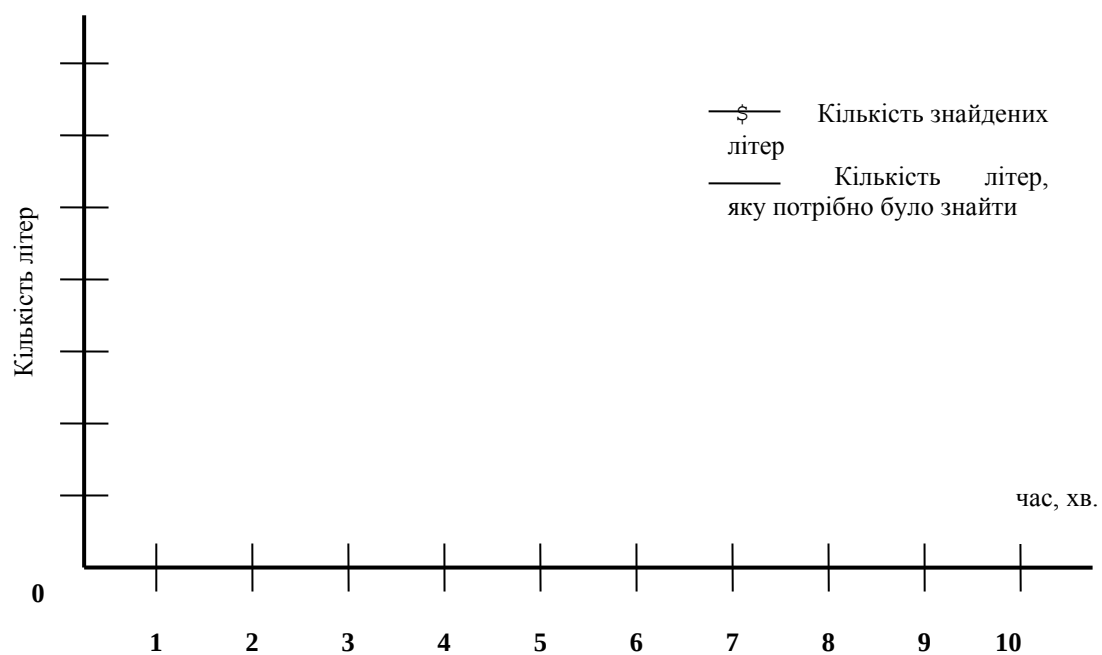


Рис. 2. Точність виконання роботи

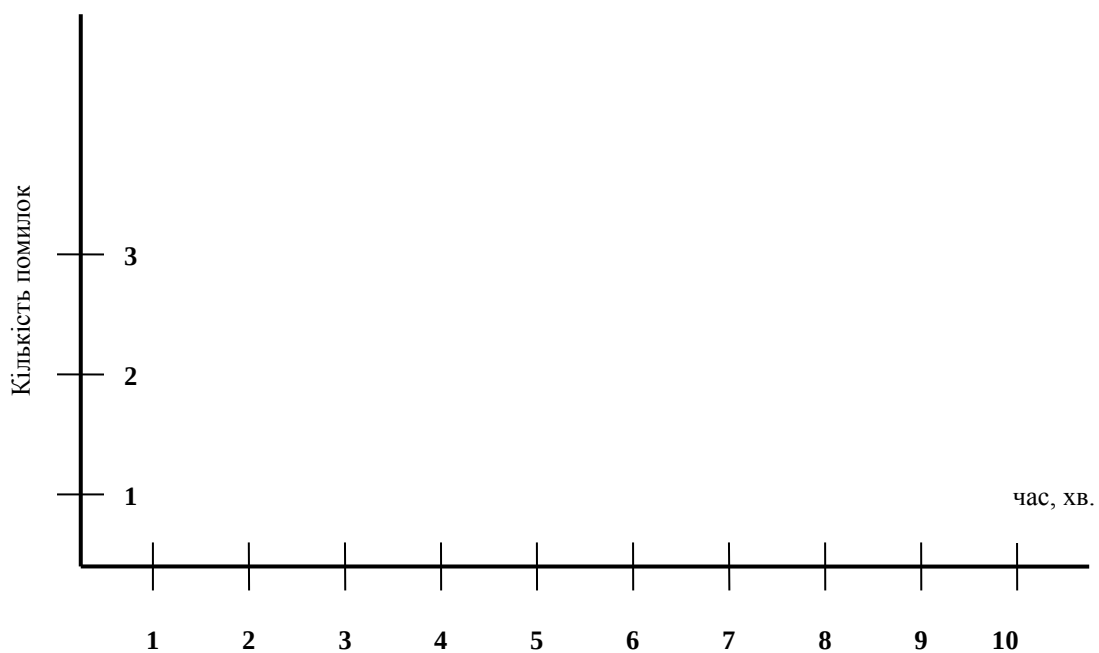


Рис. 3. Кількість помилок, які були допущені під час перегляду таблиць

Оцінка показників розумової діяльності

Оцінка	Точність роботи (різниця між повинною і знайденою кількістю літер)	Швидкість (кількість знаків, які були переглянуті протягом 10 хв.)
Висока	1 – 4	більше – 700
Середня	5 – 7	500 – 700
Низька	більше – 7	< 500

Зробіть висновок про залежність параметрів працездатності від параметра мимовільної уваги: _____

Практична робота №5

(а) Тема: Методика дослідження різних видів пам'яті

Мета: _____

Обладнання: набори з 12 слів; картка з 12 образами.

Хід роботи

1. Викладач зачитує 12 слів. Після цього треба відтворити слова, які запам'яталися: _____

Підрахуйте, скільки слів запам'яталося: _____. Який вид пам'яті задіється під час цієї роботи?

Оцінка результатів: 7-9 правильно відтворених слів свідчать про достатній розвиток слухової короткочасної пам'яті.

Оцініть власні дані: _____

2. На дошці написано 12 слів. Учні/студенти читають їх мовчки (про себе). Ця робота триває 24 секунди (2 секунди на кожне слово). Після цього напис із словами забирається з поля зору. Зразу після цього треба записати слова, які запам'яталися: _____

Підрахуйте, скільки слів запам'яталося: _____. Який вид пам'яті задіється під час цієї роботи?

Оцінка результатів: 7-9 правильно відтворених слів свідчать про достатній розвиток зорової короткочасної пам'яті.

Оцініть власні дані: _____

3. Викладач зачитує 12 слів та пропонує учням/студентам прописувати їх у повітрі. Після цього відтворіть їх: _____

Підрахуйте, скільки слів запам'яталось: _____. Який вид пам'яті задіється під час цієї роботи? _____

Оцінка результатів: 7-9 правильно відтворених слів свідчать про достатній розвиток моторно-слухової короткочасної пам'яті.

Оцініть власні дані: _____

4. Протягом 24 секунд роздивіться образи на картці. Прикрийте картку з образами папером і за 1 хвилину намалюйте чи напишіть словами ті образи, які запам'ятались: _____

Підрахуйте, скільки образів (слів) запам'яталось: _____. Який вид пам'яті задіється під час цієї роботи? _____

Оцінка результатів: 7-9 правильно відтворених образів (слів) свідчать про достатній розвиток образної короткочасної пам'яті.

Оцініть власні дані: _____

5. Викладач зачитує 12 слів та пропонує учням/студентам з них скласти логічно-зв'язаний текст: _____

Після цього відтворіть слова, зачитані викладачем: _____

Підрахуйте, скільки слів запам'яталось: _____. Який вид пам'яті задіється під час цієї роботи? _____

Оцінка результатів: 7-9 правильно відтворених слів свідчать про достатній розвиток словесно-логічної короткочасної пам'яті.

Оцініть власні дані: _____

6. Викладач зачитує 10 пар слів, між словами пар є смисловий зв'язок (наприклад, дуб - жолудь, стіл - обід). Потім називає лише перше слово з кожної пари, а ви повинні пригадати друге слово з кожної пари, але не записувати.

Потім необхідно записати всі слова парами: _____

Підрахуйте, скільки пар слів запам'яталось: _____. Який вид пам'яті задіється під час цієї роботи? _____

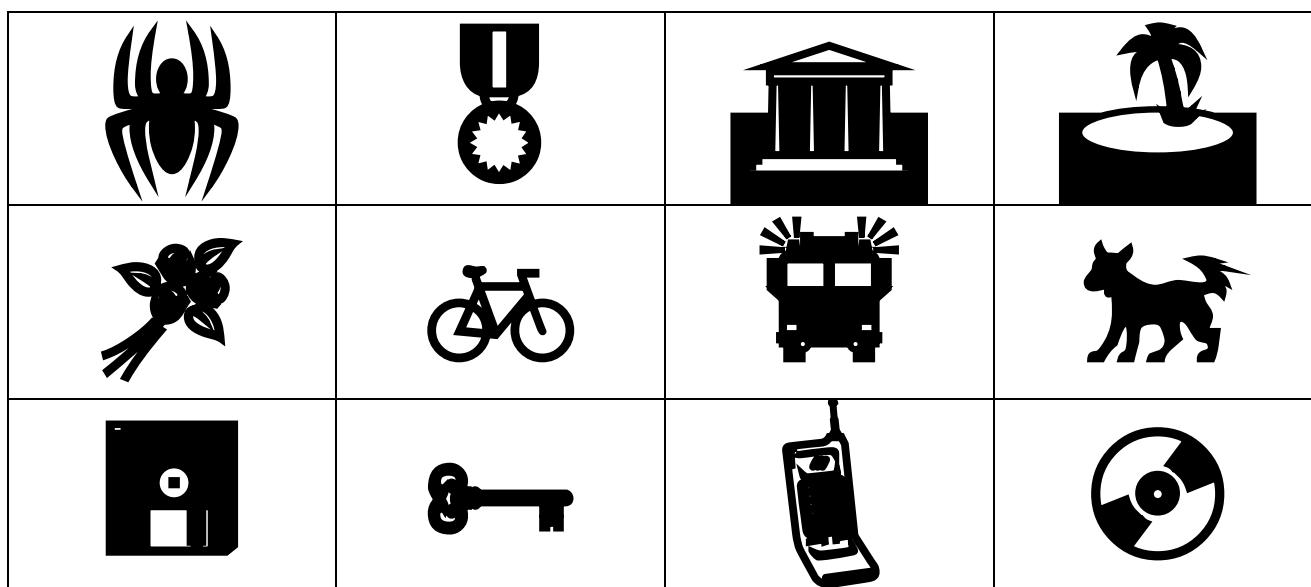
Оцінка результатів: правильно відтворені 7-9 пар слів свідчать про достатній розвиток словесно-логічної короткочасної пам'яті.

Оцініть власні дані: _____

7. У висновку з'ясуйте:

- який вид пам'яті у вас розвинений краще? _____

Картка з образами



(б) Тема: Методика визначення рис характеру й темпераменту

Мета: _____

Обладнання: таблиці “Риси характеру”, “Риси темпераменту”.

Хід роботи

I. Методика визначення рис характеру.

Характер - це сукупність відносно сталих індивідуальних психічних рис особистості, що виявляються в її діяльності та поведінці, ставленні до праці, інших людей і до самої себе.

1. Прогляньте перелік рис характеру в таблиці 1. Позначте знаком “+” ті, які вам властиві (колонка 2). А які ви хотіли б мати? Позначте їх знаком “+” (колонка 3).

2. У четвертій колонці таблиці ваш товариш позначить знаком “✓” властиві вам риси характеру.

Риси характеру

Риси характеру	Є тепер (самооцінка)	Хотілося б мати	Є тепер (оцінка товариша)
1	2	3	4
1. Комунікабельність			
2. Збудливість			
3. Доброзичливість			
4. Холодність			
5. Пунктуальність			
6. Роздратованість			
7. Злопам'ятність			
8. Егоїзм			
9. Чутливість			
10. Цілеспрямованість			
11. Скупість			
12. Незалежність			
13. Сором'язливість			
14. Енергійність			
15. Рішучість			
16. Пасивність			
17. Нерішучість			
18. Обережність			
19. Акуратність			
20. Замкнутість			

3. Чи збігаються колонки 2 і 4? _____

4. Назвіть свої позитивні та негативні риси характеру:

<i>Позитивні риси характеру</i>	<i>Негативні риси характеру</i>

Зробіть "ревізію" власних рис характеру:

- які риси характеру заважають вам на шляху до успіху? _____

а які допомагають? _____

II. Методика визначення темпераменту

Темперамент – це індивідуальна особливість людини, що проявляється у силі емоційних реакцій, а також у збудливості, врівноваженості, швидкості, ритму та інтенсивності психічних процесів.

1. У таблиці 2 “Риси темпераменту” обведіть ручкою риси, які у вас яскраво виражені.

Таблиця 2.

Риси темпераменту

Колонки: I	II	III	IV	V
1. Енергійність	1. Витримка у складних ситуаціях	1. Незначна активність	1. Легка пристосовуваність до нової обстановки	1. Повільне пристосування до нових обставин
2. Здатність до переборення труднощів	2. Витривалість до болю, спраги, голоду	2. Страх перед труднощами, прагнення їх уникати	2. Швидка реакція на різні впливи	2. Уповільненість реакції на впливи
3. Висока працездатність	3. Здатність не показувати хвилювання	3. Низька працездатність (швидка стомлюваність)	3. Любов до мандрівок, екскурсій	3. Перевага надається звичним обставинам, бажання сидіти вдома
4. Упевненість у собі	4. Обережність (без боязкості)	4. Невпевненість у собі	4. Швидка зміна переживань	4. Тривалість переживань, затримка емоцій
5. Наполегливість	5. Стриманість у вияві емоцій	5. Схильність до сумнівів	5. Винахідливість у бесіді, новій ситуації	5. Відсутність винахідливості
6. Сміливість, рішучість	6. Обдуманість дій, вчинків	6. Недостатня самостійність у діях	6. Позитивна реакція на все нове у побуті, праці, науці	6. Повільне звикання до нового
7. Вільне спілкування з незнайомими людьми	7. Глибокий нічний сон	7. Недостатня самостійність у діях, вчинках	7. Швидке засвоєння нових знань і навичок	7. Повільне засвоєння нового
8. Стійкість до самостійності у діях і вчинках		8. Несміливість у малознайомих обставинах	8. Швидкий вибір дій	8. Тривале обдумування перед здійсненням вчинку
9. Гарячкуватість		9. Розгубленість під час хвилювання	9. Схильність до зміни захоплень, уподобань	9. Стійкість у прихильностях і захопленнях
10. Бурхливий вияв емоцій (захоплення, обурення та ін.)		10. Підвищена потреба у нічному сні, сон неглибокий	10. Швидкий темп мовлення	10. Повільність у мові, рухах
11. Енергійність у жестах, міміці		11. Скутість у жестах і міміці		

2. Підрахуйте скільки рис притаманні вам з колонок табл.2 і занесіть їх до табл.3 “Кількість притаманних мені рис”.

Таблиця 3.

Кількість притаманних мені рис

Колонки табл.2	I	II	III	IV	V
Кількість притаманних рис					

3. Ознайомтеся з характеристикою перелічених рис у колонках табл.2.:

- у **I колонці** наведено перелік властивостей, які свідчать про перевагу процесу збудження;
- у **колонці II** – якості, пов’язані здебільшого з процесами гальмування,
- у **колонці III** – якості, що виражають слабкість основних нервових процесів,
- у **колонці IV** – властивості, що свідчать про добру рухливість нервових процесів,
- у **колонці V** – ознаки інертності нервових процесів.

4. Аналіз результатів.

А. Якщо у вас виявилось більше якостей з I і II колонок, це свідчить про **сильний урівноважений тип вищої нервової діяльності**.

Б. Якщо у вас виявилось більше якостей з IV колонки (за відсутності чи мінімальній кількості позитивних відповідей на запитання V колонки), це може свідчити про **сильний урівноважений рухливий тип (сангвінік)**.

В. Якщо у вас виявилося більше якостей з V колонки (за відсутності чи мінімальній кількості позитивних відповідей на запитання IV колонки), це може свідчити **про сильний урівноважений інертний тип (флегматик)**.

Г. Якщо у вас виявилося більше якостей з I колонки (особливо таких, як 1, 8, 9, 10) при відсутності ознак з II (особливо 2, 4, 6, 7), це може свідчити **про сильний неврівноважений тип (холерик)**.

Д. Якщо у вас виявилося більше якостей, наведених у III колонці, відсутність чи невелика кількість властивостей I і II колонок, то це характеризує **слабкий тип вищої нервової діяльності (меланхолік)**.

Є. Підтвердження частини перерахованих у різних колонках властивостей свідчить про **проміжний тип: середньої сили (I, II колонки), середньої рухливості (IV і V колонки)**.

5. За одержаними результатами заповніть таблицю “Властивий мені тип вищої нервової діяльності та його співвідношення з темпераментом”.

<i>Сила нервових процесів</i>	<i>Врівноваженість нервових процесів</i>	<i>Рухливість нервових процесів</i>	<i>Темперамент</i>

III. У висновку з'ясуйте: а) як знання про характер і темперамент можна використати у виборі професії?; б) чи можна змінити характер і темперамент?

(в) Тема: Оцінка логічного мислення за методикою «відшукування аналогій»

(г) Тема: Методика виключення понять для виявлення логічності мислення, абстрагування та узагальнення

Мета:

Хід роботи

Досліджуваному пропонується бланк в лівій частині якого одна під другою надруковані пари слів, що знаходяться поміж собою у відповідних логічних відношеннях, в правій частині бланку під кожним заданим словом надруковані (під смугою) 5 варіантів відповідей. Необхідно підібрати відповідь так, щоб слово над смугою та відповідь знаходились в такому ж логічному відношенні як і ліва пара слів. Обстежуваний повинен визначити і визначити це слово, яке пред'являється на екрані і записати в зошит.

Пред'являють 20 завдань, на виконання яких відводиться 10 хв. Оцінка правильних відповідей переводиться в бали за наступною таблицею.

<i>Показник</i>	<i>Оцінка в балах</i>								
	9	8	7	6	5	4	3	2	1
Кількість правильних відповідей	20	18-19	16-17	14-15	12-13	11	10	9	≤ 8

<i>Показник</i>	<i>Оцінка в балах</i>								
	9	8	7	6	5	4	3	2	1
Кількість правильних відповідей									
Тема 1									
Тема 2									

Бланк № 1.

1. Бігти		11. Кінофільм	
Стояти		Екран	
2. Паровоз		12. Жито	
Вагони		Поле	
3. Театр		13. Гора	
Глядач		Печера	
4. Залізо		14. Дім	
Коваль		Поверхи	
5. Пароплав		15. Число	
Пристань		Цифри	
6. Електрика		16. Хвороба	
Провід		Лікувати	
7. Нога		17. Отруєння	
Костиль		Смерть	
8. Голка		18. Ворог	
Вістря		Недруг	
9. Музика		19. Малина	
Оркестр		Ягода	
10. Корови		20. Сметана	
Стадо		Молоко	

Зробіть висновок щодо логічного мислення за методикою відшукування аналогій _____

Бланк № 2.

1.	6.	11.	16.
2.	7.	12.	17.
3.	8.	13.	18.
4.	9.	14.	19.
5.	10.	15.	20.

Зробіть висновок щодо виключення понять для виявлення логічності мислення, абстрагування та узагальнення _____

Практична робота №6

(а) Тема: Оцінка ступеня впевненості в собі

Мета: _____

Хід роботи

За допомогою наступного тесту (табл. 1.) визначте, наскільки Ви впевнені в собі і наскільки легко можете вийти із стресової ситуації, а також здатністю керувати своїм емоційним станом під час стресу.

Таблиця 1.

Наскільки Ви впевнені у собі

№ п/п	Події	Оцінка
1.	Я покладаю на свої судження	1, 2, 3, 4
2.	Я впевнений(на) у своїй правоті	1, 2, 3, 4
3.	Я знаю, що відчуваю	1, 2, 3, 4
4.	Я відвертий(та) з собою в тому, що я хочу, і в своїх почуттях	1, 2, 3, 4
5.	Я висловлюю свої почуття тоді, коли відчуваю їх, не дивлячись на те, що відчувають інші	1, 2, 3, 4
6.	Я не приховую від оточуючих, як відношусь до себе	1, 2, 3, 4
7.	Я не приховую від оточуючих, як відношусь до них	1, 2, 3, 4
8.	Якщо я не згодний(на) з чиймись ідеями, думками, поведінкою, я критикую їх	1, 2, 3, 4
9.	Якщо хтось поступає нечесно, я відверто говорю йому своє відношення до цього	1, 2, 3, 4
10.	Якщо мені здається, що в моїх відносинах з кимось виникли проблеми, я повідомлю йому про це	1, 2, 3, 4
11.	Я наполягаю, щоб мій чоловік/дружина або людина, з якою я живу, розділяв зі мною обов'язки за веденням господарства	1, 2, 3, 4
12.	На роботі я заперечую, якщо вважаю, що мене примушують робити більше, ніж я можу встигнути	1, 2, 3, 4
13.	Якщо хтось попросить мене зробити послугу, яку мені незручно виконувати, я скажу йому про це	1, 2, 3, 4
14.	Якщо будь-хто позичив у мене що-небудь, наприклад, книгу, одяг, гроші і забув повернути, я нагадаю йому про це	1, 2, 3, 4
15.	Я наполягаю, щоб оточуючі виконували свої обов'язки	1, 2, 3, 4
16.	Якщо я помічу, що купив бракований товар, я поверну його і буду вимагати заміну	1, 2, 3, 4
17.	Якщо хтось влізе перед мною у чергу, я голосно вискажу своє незадоволення	1, 2, 3, 4
18.	Коли в кафе мене обслужать пізніше, ніж того, хто прийшов після мене, я приверну до цього загальну увагу	1, 2, 3, 4
19.	Якщо на лекції або в кіно хтось тупотить ногами по моєму кріслі, я попрошу його припинити	1, 2, 3, 4
20.	Якщо в ресторані мені подали погано приготовану їжу або не те, що я замовив(ла), я попрошу офіціанта виправити положення	1, 2, 3, 4
21.	Якщо мені потрібна допомога, я попрошу про неї	1, 2, 3, 4
22.	Я протестую, якщо хтось перебиває мене, коли я говорю	
Сума балів		

Примітка: щоб підрахувати кількість балів, використовуйте наступну шкалу:

1 – ніколи; 2 – інколи; 3 – часто; 4 – завжди.

Чим більше балів, тим краще Ви умієте відстоювати свої інтереси. Максимально можлива кількість набраних балів – 88. Якщо у Вас 60 балів, можете бути спокійні – Ви впевнені у собі і легко зможете вийти із стресового стану? А якщо на – потрібно навчитися керувати своїми реакціями у напружених ситуаціях.

Зробіть висновок щодо оцінки ступеня впевненості в собі _____

(б) Тема: Шкала ситуативної тривожності

Мета: _____

Хід роботи

Прочитайте уважно кожне із наведених нижче речень і закресліть відповідну цифру праворуч залежно від того, як Ви себе почуваєте в даний момент. Над питаннями довго не думайте, оскільки вірних або невірних відповідей не має.

A – ні, це не так;

B – мабуть, так;

C – вірно;

D – цілком вірно.

Рівень тривожності за шкалою Спілберга

	A	B	C	D
1. Я спокійний(на)	1	2	3	4
2. Мені нічого не загрожує	1	2	3	4
3. Я в напрузі	1	2	3	4
4. Я відчуваю жалість	1	2	3	4
5. Я відчуваю себе вільно	1	2	3	4
6. Я засмучений	1	2	3	4
7. Мене хвилюють можливі невдачі	1	2	3	4
8. Я відчуваю себе відпочивши	1	2	3	4
9. Я не задоволений(на) собою	1	2	3	4
10. Я відчуваю почуття внутрішнього задоволення	1	2	3	4
11. Я впевнений(на) в собі	1	2	3	4
12. Я нервую	1	2	3	4
13. Я не знаходжу собі місця	1	2	3	4
14. Я роздратований	1	2	3	4
15. Я не відчуваю напруженості	1	2	3	4
16. Я задоволений(на)	1	2	3	4
17. Я стурбований	1	2	3	4
18. Я сильно збуджений(на) і мені не по собі	1	2	3	4
19. Мені радісно	1	2	3	4
20. Мені приємно	1	2	3	4

Показник тривожності вираховується за формулою:

$$PT = C_1 - C_2 + 35, \text{ де}$$

C_1 – сума закреслених цифр на бланку за пунктами шкали 3, 4, 6, 7, 9, 12, 13, 14, 17, 18;

C_2 – сума інших закреслених цифр 1, 2, 5, 8, 10, 11, 15, 16, 19, 20.

При інтерпретації результат можна оцінити так:

До 30. Низка тривожність. **31-45.** Помірна тривожність.

46 і більше. Висока тривожність.

Зробіть висновок щодо шкали ситуативної тривожності _____

(в) Тема: Шкала особистісної тривожності

Мета: _____

Хід роботи

Прочитайте уважно кожне із наведених нижче речень і закресліть відповідну цифру праворуч залежно від того, як Ви себе почуваєте в даний момент. Над питаннями довго не думайте, оскільки вірних або невірних відповідей не має.

- A – ні, це не так;
B – мабуть, так;
C – вірно;
D – цілком вірно.

Рівень тривожності за шкалою Спілберга

	A	B	C	D
21. Я відчуваю задоволення	1	2	3	4
22. Я дуже швидко втомлююсь	1	2	3	4
23. Я легко можу заплакати	1	2	3	4
24. Я хотів(ла) бути таким же щасливим, як інші	1	2	3	4
25. Я програю тому, що недостатньо швидко приймаю рішення	1	2	3	4
26. Зазвичай я відбуваю себе бодрим(ю)	1	2	3	4
27. Я спокійний(на), холонокровний(на) і зібраний(на)	1	2	3	4
28. Труднощі, які я очікую, зазвичай турбують мене	1	2	3	4
29. Я переживаю через дрібниці	1	2	3	4
30. Я щасливий(ва)	1	2	3	4
31. Я приймаю все близько до серця	1	2	3	4
32. Мені не вистачає впевненості в собі	1	2	3	4
33. Зазвичай я відбуваю себе в безпеці	1	2	3	4
34. Я намагаюсь уникнути критичних ситуацій	1	2	3	4
35. У мене буває хандра	1	2	3	4
36. Я задоволений(на)	1	2	3	4
37. Різні дрібниці відволікають і хвилюють мене	1	2	3	4
38. Я так сильно переживаю свої невдачі, що потім довго не можу про них забути	1	2	3	4
39. Я врівноважена людина	1	2	3	4
40. Я збентежений(на), коли я думаю про свої справи та турботи	1	2	3	4

Показник тривожності вираховується за формулою:

$$ЛТ = C_1 - C_2 + 35, \text{ де}$$

C_1 – сума закреслених цифр на бланку за пунктами шкали 22, 23, 24, 15, 28, 29, 31, 32, 34, 37, 38, 40;

C_2 – сума інших закреслених цифр 21, 26, 27, 30, 33, 36, 39.

При інтерпретації результат можна оцінити так:

До 30. Низка тривожність. 31-45. Помірна тривожність. 46 і більше. Висока тривожність.

Зробіть висновок щодо шкали особистісної тривожності _____

(г) **Тема:** Визначення активності вербального і наочно-образного мислення

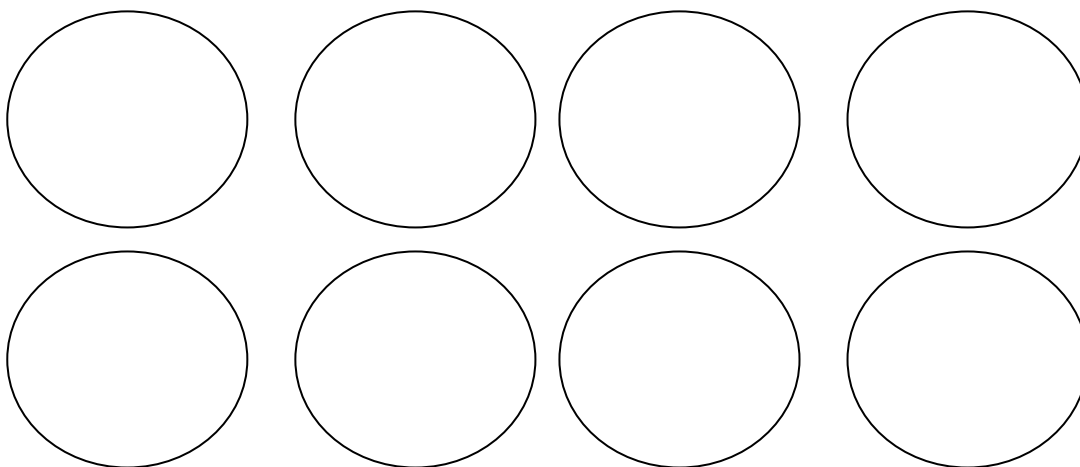
Мета: _____

Хід роботи

Експериментатор за допомогою секундоміру щохвилини хронометрує виконання завдань за схемою:

1. Запишіть у своїх зошитах будь-які жіночі імена протягом хвилини, які починаються на літеру, яку скаже викладач. Кількість вірно записаних імен відповідає показникам вербальної швидкості

2. Намалуйте протягом хвилини у 8 кружках ті об'єкти, які відносяться до класу «Флора». Кількість вірно намальованих об'єктів відповідає показникам образної швидкості.



3. Протягом хвилини запишіть в зошит речення із 4 букв ПЗОЛ. Кількість правильно складених речень буде відповідати показникам вербальної гнучкості.

4. Протягом хвилини вмонтуйте круг у якомога більшу кількість завершених малюнків. Кількість вірно виконаних завдань буде відповідати показникам образної швидкості.



Дані обробки результатів заносять в таблицю.

Показники активності вербального і образного мислення за параметрами швидкості і гнучкості.

Дата	Швидкість		Гнучкість	
	Вербальна	Образна	Вербальна	Образна

Якщо показники дорівнюють 5, то це є добрим показником активності мислення.

Зробіть висновок щодо вашого активності вербального і наочно-образного мислення:

Практична робота №7

(а) Тема: Визначення особливостей понятійного мислення за допомогою методики «вилучення зайвого»

Мета: _____

Хід роботи

В досліді використовують 24 набори близьких за смыслом понять. Завданням досліджуваного є вибір у кожному рядку лише двох слів, що найбільше пов'язані за смыслом, які стоять перед дужками.

1. Війна (літак, пушки, солдати, рушниці, битва).
2. Читання (очі, книга, картина, слово, печатка).
3. Сад (рослини, садівник, собака, тин, земля).
4. Сарай (сіно, коні, дах, стіни).
5. Річка (берег, риба, риболов, водорості, вода).
6. Місто (машина, будинок, натовп, вулиця, велосипед).
7. Куб (кути, сторона, камінь, дерево, рисунок).
8. Ділення (олівець, папір, ділене, дільник).
9. Гра (карти, гравці, штраф, покарання, правило).
10. Кільце (діаметр, алмаз, проба, печатка, округлість).
11. Газета (правда, телеграма, папір, любов, текст, редактор).
12. Книга (рисунок, війна, папір, любов, текст).
13. Спів (дзвін, мистецтво, голос, аплодисменти, мелодія).
14. Землетрус (пожар, смерть, коливання, ґрунт, шум).
15. Бібліотека (місто, книги, лекції, музика, читачі).
16. Ліс (листя, яблуня, дерево, вовк, мисливець).
17. Спорт (медаль, оркестр, стадіон, змагання, перемога).
18. Лікарня (приміщення, сад, лікар, радіо, хворі).
19. Любов (троянди, почуття, людина, місто, природа).
20. Патріотизм (місто, друзі, сім'я, людина, батьківщина).
21. Меблі (стілці, стіл, дерево, сервант, шафа).
22. Факультет (кафедра, декан, споруда, студент, вулиця).
23. Зброя (танки, літаки, гармати, залізо).
24. Овочі (огірок, буряк, гарбуз, морква, яблука).

При порівнянні відповідей з правильними, досліджуваний оцінює свої результати у балах, де 2 бали відповідають двом правильно вибраним словам, 1 бал – одному правильному слову і 0 балів, якщо жодного правильного слова.

Максимальна кількість балів 48, результати менше 24 балів оцінюються як незадовільні, які свідчать про невміння порівнювати, аналізувати і узагальнювати виділені ознаки.

Зробіть висновок щодо особливостей понятійного мислення за допомогою методики «вилучення зайвого» : _____

(б) Тема: Визначення індивідуальних особливостей мислення за допомогою методики «розуміння прислів'я»

Мета: _____

Хід роботи

Досліджуваному пред'являють набір із 35 прислів'їв, орієнтованих на визначення основних властивостей людини: бути, тобто відмовитися від свого егоцентризму і речей, проявити внутрішню активність і мати, тобто жити для своїх інтересів, особливо матеріальних.

Після прочитання кожного прислів'я у спеціальному бланку за 5-ти бальною шкалою визначають своє особисте відношення до прислів'я і його використання у своєму житті.

5 балів – типowo для поведінки, 4 – часто, 3 – інколи, 2 – рідко, 1 – зовсім не типowo, 0 – не зрозумів смислу приказки.

Потім отримані оцінки сумують за стовбцями і найбільша сума (інколи 2) показує на індивідуальні особливості поведінки. Значна кількість 0 показників оцінюється як зниження здатності досліджуваного розуміти переносний смисл.

Зразок прислів'їв:

1. Лихий світ, краще гарної сварки.
2. Якщо, ви зможете заставити іншого думати так, як ви хочете, заставте його робити так, як ви думаєте.
3. М'яко стеле, жорстко спати.
4. Рука руку миє.
5. Розум добре, а два краще.
6. Із двох людей, які сперечаються розумніший той, хто першим замовкне.
7. Хто сильніший, той і правий.
8. Не змастиш, не поїдеш.
9. З паршивої вівці – хоча вовни пучок.
10. Правда те, що мудрий знає, а не те, про що всі говорять.
11. Хто вдарить і втече, той зможе битися і на наступний день.
12. Слово «перемога» чітко написано лише на спині ворогів.
13. Вбивай ворогів своїх добротою.
14. Чесна угода не викликає суперечки.
15. У жодного нема повної відповіді, але у кожного є що додати.
16. Тримайся подалі від людей, які не згодні з тобою.
17. Битву програє той, хто вірить в перемогу.
18. Добре слово не потребує витрат, а ціниться дорого.
19. Ти мені – я тобі.
20. Тільки той, хто відмовиться від своєї монополії на істину, зможе добути користь із істин, якими володіють інші.
21. Хто сперечається – копійки не вартий.
22. Хто не відступає, той утікає.
23. Ласкаве теля двох маток смоче, а упертий – жодної.
24. Хто дарує, друзів має.
25. Винось турботи на нараду і тримай з іншими раду.
26. Кращий спосіб вирішення конфліктів – уникати їх.
27. Сім раз відміряй, один раз відріж.
28. Лагідність перемагає гнів.
29. Краще синиця в руках, ніж журавель в небі.
30. Щиросердність, чесність довіри зрушують гори.
31. На світі нема нічого, що заслуговує суперечки.
32. У світі є дві породи людей: переможці і переможені.
33. Якщо в тебе кинули камінь – кинь у відповідь шматок вати.
34. Взаємні вчинки добре вирішують справи.
35. Комай і комай без втоми: докопаєшся до істини.

Бланк реєстрації оцінок

1	2	3	4	5
6	7	8	9	10
11	12	13	14	15
16	17	18	19	20
21	22	23	24	25
26	27	28	29	30
31	32	33	34	35

У кожної людини життєва стратегія зосереджена на вирішенні двох основних питань: досягнення своїх особистих цілей – матеріальних, духовних тощо і створення гарних взаємовідносин між людьми (Фромм). Між цими полюсами можливі різні поєднання з переважною орієнтацією в той чи інший бік. Вони і складають наступну типологію.

Тип 1 – «черепаха» - захист під панцирем, відмова від досягнення мети і від участі взаємовідносин з іншими людьми, один із варіантів самодостатності.

Тип 2 – «акула» - силова стратегія цілі, конфлікт вирішується перемогою лише для себе.

Тип 3 – «ведмедик» - любить, щоб його розуміли і цінували, заради чого жертвує успіхом.

Тип 4 – «лис» - стратегія хитро-розумного компромісу, при гарних взаємовідносинах домагається здійснення своїх цілей.

Тип 5 – «сова» - мудра птиця, цінує і мету і взаємовідносини, відкрито визначає позиції і шляхи виходу у спільній роботі за досягненням мети, намагається знайти рішення яке задовольнить всіх учасників.

Зробіть висновок щодо індивідуальних особливостей мислення за допомогою методики «розуміння прислів'я»: _____

[illegible]

Практична робота №8

Тема: Спрямований асоціативний експеримент дослідження мислення і мовлення.

Мета: _____

Хід роботи

У відповідь на слова-стимули запишіть слова протилежного значення (антоніми):

1. Злоба - _____;	16. Вершина - _____;
2. Пан - _____;	17. Тьмянний - _____;
3. Не спритний - _____;	18. Кохати - _____;
4. Ганьба - _____;	19. Суша - _____;
5. Суперник - _____;	20. Культура - _____;
6. Чорний - _____;	21. Жінка - _____;
7. Стрибати - _____;	22. Дитина - _____;
8. Красивий - _____;	23. Знахідка - _____;
9. Цілина - _____;	24. Надія - _____;
10. Гуманність - _____;	25. Мороз - _____;
11. Сміх - _____;	26. Робота - _____;
12. Атака - _____;	27. Гладкий - _____;
13. Буря - _____;	28. Взяти - _____;
14. Нудьга - _____;	29. Похвала - _____;
15. Біда - _____;	30. Адажіо - _____.

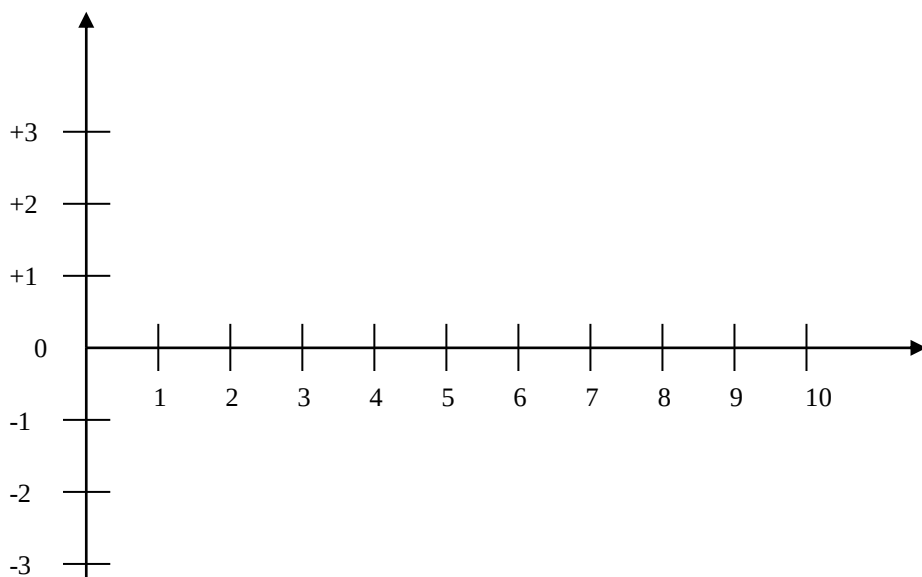
Оцінку експериментальних результатів занесіть у таблицю із зазначенням адекватних реакцій, неадекватних і приблизно правильних.

Вербальні стимули	Адекватні реакції	Семантичні парафазії	Неадекватні реакції
1			
2			
3			
4			
5			
6			
7			
8			
9			
10			
11			
12			
13			
14			
15			
16			
17			
18			
19			
20			
21			
22			
23			
24			
25			
26			
27			
28			
29			
30			

Зробіть висновок щодо вашого дослідження мислення і мовлення :

Мета: _____

39



Перші 5 запитань оцінюються як увага. Запитання 6, 7, 8 пов'язані з нетерпимістю, бажанням проявити своє Я. Запитання 9 оцінює властивості пам'яті. Запитання 10 співвідноситься з емоційною стійкістю аудиторія, його вмінням виокремлювати особисті пристрасті від об'єктивних даних.

Зробіть висновок щодо аудіювання вашої мови: _____

(б) Тема: Оцінка швидкості читання

Мета: _____

Хід роботи

Для оцінки швидкості читання потрібно вибрати відповіді на ряд запитань:

1. Чи завжди ви, починаючи читати, маєте якусь мету?

- а) завжди чітку; б) як правило чітку; в) інколи чітку;
г) приблизно; д) мети не маю.

2. Чи можете ви зосередитись на тексті?

- а) не можу; б) можу, коли матеріал цікавий;
в) інколи; г) в основному можу; д) завжди можу.

3. Як ви розумієте структуру матеріалу, який читаєте?

- а) на структуру не звертаю увагу; б) погано розумію структуру тексту;
в) уявляю структуру тексту лише після того як прочитаю;
г) добре розумію структуру окремих розділів;
д) завжди і добре уловлюю структуру тексту.

4. Як ви засвоюєте зміст прочитаного?

- а) відразу засвоюю зміст великого відрізка тексту; б) засвоюю зміст окремих абзаців;
в) розумію зміст окремих речень; г) розумію зміст частин речень;
д) засвоюю зміст тексту шляхом читання окремих слів.

5. Чи повертаєтесь ви поглядом до вже прочитаного тексту?

- а) повертаюсь часто; б) повертаюсь часто через нерозуміння окремих слів;
в) повертаюсь рідко, лише до найтяжчого матеріалу;
г) повертаюсь інколи, так як думаю, що не зрозумів(ла) смисл тексту;
д) ніколи не повертаюсь.

6. Чи змінюєте ви швидкість читання протягом однієї статті?

- а) завжди читаю повільно; б) змінюю інколи швидкість;
в) швидкість визначаю перед початком читання; г) як правило, змінюю швидкість;
д) завжди змінюю швидкість.

7. Чи водите ви пальцем, олівцем по рядку або слідкуєте за рядками тексту рухом голови?

- а) голова і руки завжди нерухомі; б) інколи рухаю головою;
в) під час читання важкого матеріалу інколи вожу пальцем або олівцем по тексту;
г) часто вожу пальцем або олівцем по тексту;
д) завжди рухаю головою, вожу по тексту пальцем або олівцем.

8. Як рухаються ваші очі під час читання?

- а) вертикально по середині сторінки;
- б) в основному по середині сторінки з деяким відхиленням;
- в) зигзагоподібно від рядка до рядка;
- г) зигзагоподібно від рядка до рядка із зупинкою на кожному рядку;
- д) зигзагоподібно від рядка до рядка із зупинкою на кожному слові.

9. Чи проговорюєте ви вголос або про себе те, що читаєте?

- а) завжди проговорюю про себе і інколи вголос окремі важкі слова;
б) в основному проговорюю; в) інколи проговорюю текст про себе;
г) не можу відповісти; д) читаю мовчки і думаю, що не проговорюю.

10. Чи виникають у вас образні уявлення того, про що читаєте?

- а) ніколи не виникають; б) виникають, але рідко;
в) інколи виникають; г) як правило, виникають; д) завжди виникають.

Порахуйте загальну суму балів, враховуючи те, що у запитаннях 1, 4, 7, 8 відповіді розташовуються у низхідному порядку: а – 10 балів, б – 8 балів, в – 6 балів, г – 4 бали, д – 2 бали. У інших запитаннях бали розташовуються у висхідному порядку: а – 2 бали, б – 4 бали, в – 6 балів, г – 8 балів, д – 10 балів.

Зона достатніх відповідей розташована в діапазоні від 60 до 100 балів. Результати менші 60 балів оцінюються як незадовільні.

Зробіть висновок щодо вашої оцінки швидкості читання: _____

This image shows a single sheet of white paper with horizontal blue or grey ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are approximately 20 lines visible. The paper appears to be a standard notebook page or a sheet of stationery.

Практична робота №10

(а) **Тема:** Дослідження екстраверсії / інтроверсії і нейротизму (за опитувальником Айзенка)

Мета: _____

Хід роботи

Опитувальник містить 57 запитань, із яких 24 пов'язані зі шкалою екстраверсії / інтроверсії, і 24 – зі шкалою нейротизму, останні 9 входять в контрольну Л – шкалу (шкалу брехні), яка потрібна для оцінки щирості досліджуваного під час відповіді на запитання.

Потрібно відповідати лише «так» або «ні», знаком «+» у графі, не обдумуючи, відразу, так як важлива ваша перша реакція. Досліджуються деякі особистісні, а не розумові здібності, так що правильних і неправильних відповідей немає.

Особистий опитувальник

1. Чи часто ви відчуваєте потяг до нових вражень, для того, щоб відчути збудження?
2. Чи часто вам потрібні друзі, які вас розуміють і зможуть утішити?
3. Ви заможна людина?
4. Не вважаєте ви, що вам важко відповісти «ні»?
5. Чи замислюєтеся ви перед тим, як щось зробити?
6. Якщо ви обіцяєте щось зробити чи завжди ви виконуєте свої обіцянки (незалежно від того, зможете ви чи ні)?
7. Чи часто у вас бувають спад і підняття настрою?
8. Зазвичай ви поступаєте і говорите щось не подумавши?
9. Чи часто ви відчуваєте себе нещасливою людиною без достатніх на то причин?
10. Зробили б ви майже все наспів?
11. Чи виникає у вас відчуття ніяковості і відчуття сорому, коли ви хочете завести розмову з незнайомою людиною?
12. Втрачаєте чи ви самовладання, якщо сердитесь?
13. Чи часто ви дієте під впливом хвилинного настрою?
14. Чи часто ви хвилюєтесь, якщо зробили щось не так або сказали не те, чого б не потрібно було робити або говорити?
15. Чи віддаєте перевагу зазвичай книзі, зустрічі з людьми?
16. Чи легко вас скривдити?
17. Чи любите ви часто бувати в компанії?
18. Чи бувають у вас думки, які б ви хотіли приховати від інших?
19. Чи вірно, що інколи ви сповна енергії, а інколи зовсім ні?
20. Чи надаєте ви перевагу мати менше друзів, проте відданих вам?
21. Чи часто ви міркуєте?
22. Коли на вас кричать, чи відповідаєте тим же?
23. Чи часто вас турбує відчуття провини?
24. Чи всі ваші звички позитивні?
25. Чи здатні ви дати волю своїм почуттям і потім потішитися в компанії?
26. Чи вважаєте ви себе людиною збудженою і чуттєвою?
27. Чи вважають вас людиною веселою і живою?
28. Чи часто, зробивши якусь важливу справу, ви відчуваєте, що змогли б зробити краще?
29. Ви зазвичай мовчите, якщо знаходитесь з іншими людьми?
30. Ви часто пліткуєте?
31. Чи буває так, що ви не спите через те, що різні думки лізуть у голову?
32. Якщо ви хочете дізнатися про щось, то ви намагаєтесь прочитати про це в книзі, ніж запитати?
33. Чи часто у вас спостерігається прискорене серцебиття?
34. Чи подобається вам робота, яка потребує від вас постійної уваги?
35. Чи бувають у вас «напади тремтіння»?
36. Чи завжди ви сплачуєте за перевезення вантажу в транспорті, якщо не боїтесь за перевірку?
37. Чи неприємно вам знаходитись в товаристві, де насміхаються один над одним?
38. Чи роздратовані ви?

- Bidnovidi:***

Нейротизм – запитання 2, 4, 7, 11, 14, 16, 19, 21, 23, 26, 28, 31, 33, 35, 38, 40, 43, 45, 47, 50, 52, 55, 57 – відповідь «так».

Брехня – запитання 6, 24, 36 – відповідь «так»; запитання 12, 18, 30, 42, 48 – відповідь «ні».



Обробка результатів

Після заповнення опитувальника підрахуйте бали за показниками:

Е – екстраверсія, Н – нейротизм, Б – брехня (кожна відповідь, яка співпадає, оцінюється як один бал). За допомогою «кола Айзенка» на основі отриманих результатів Е і Н визначте тип темпераменту.

Під час обробки результатів потрібно триматися наступних орієнтирів:

Е : 12 – середнє значення

≥ 15 – Е, ≥ 19 – ярий Е, $\leq$ – інтроверт, $\leq$ глибокий інтроверт.

Нейротизм 9-13 середнє значення

≥ 15 – високий рівень нейротизму;

≥ 19 – дуже високий рівень нейротизму;

≤ 7 – низький рівень нейротизму.

Брехня ≤ 4 – норма, > 4 – нещирість у відповідях.

Бланк відповіді

№ зап.	відповіді		№ зап.	відповіді		№ зап.	відповіді	
	так	ні		Так	так		ні	так
1			20			39		
2			21			40		
3			22			41		
4			23			42		
5			24			43		
6			25			44		
7			26			45		
8			27			46		
9			28			47		
10			29			48		
11			30			49		
12			31			50		
13			32			51		
14			33			52		
15			34			53		
16			35			54		
17			36			55		
18			37			56		
19			38			57		
Σ:		E=		H=		Л=		

Зробіть висновок щодо вашого дослідження екстраверсії / інтроверсії і нейротизму:

[illegible]

(б) Тема: Визначення коефіцієнту функціональної асиметрії мозку

Мета:

Хід роботи

Функціональна асиметрія мозку виявляється в діяльності різних систем організму. Рухова активність м'язів правої та лівої частин тіла різна, що чітко помітно в діяльності мимічних м'язів обличчя. У людини можна виявити ведуче око, вухо, ведучі частини носа і язика (у більшості людей на лівій половині язика більше смакових рецепторів і вона більш чутлива до смакових подразників, ніж права).

Відповідно до ведучої руки всіх людей можна розподілити на право- ліворуких. Люди, які однаково добре володіють обома руками, називаються амбідекстрами. Проте такий розподіл досить умовний. Так, за домінуванням правої або лівої руки, ока і вуха виділяють шість – вісім типів функціональної асиметрії (профілів латеральності). Тому рівень функціональної асиметрії мозку у людей з достатнім ступенем вірогідності можна виразити кількісно (у %) у вигляді коефіцієнту асиметрії на підставі таких поведінкових реакцій.

Виконайте наступні завдання:

1. **Переплетіть пальці кисті** – ведучою (домінантною) вважається рука, великий палець якої виявляється зверху.
2. **Перехрещення рук** – (поза Наполеона) – ведучою вважається рука, кисть якої виявляється на передпліччі другої руки зверху, тоді як кисть руки знаходиться під передпліччям ведучої руки.
3. **Аплодування** – при аплодуванні ведуча рука здійснює ударні рухи об долоню субдомінантної руки.
4. **Заведення годинника** – ведуча рука виконує активні, точно дозовані рухи, за допомогою яких і відбувається заведення годинника, субдомінантна рука фіксує годинник.
5. **Закидання ноги за ногу** – вважається, що зверху найчастіше знаходиться ведуча нога.
6. **Підморгування одним оком** – ведуче око залишається відкритим. Субдомінантне закривається.
7. Уявіть, що Ви розглядаєте щось у підзорну трубу. **Розглядання предметів у підзорну трубу** – здійснюється, як правило, ведучим оком.
8. **Прислухайтесь** до якого-небудь віддаленого звуку, яким вухом Ви повернулись до об'єкту. Згадайте до якого вуха Ви звичайно підносите телефонну трубку. Звичайно люди притискаються ведучим вухом.
9. Спочатку без контролю зору **намалюйте** одночасно правою рукою коло, а лівою квадрат, потім навпаки. При оцінюванні малюнків враховується якість ліній, повнота зображення кола чи квадрата. Ведучою вважається та рука, якою намальовані найбільш чіткі фігури.
10. **Напишіть** власне прізвище одночасно обома руками спочатку з відкритими, а потім з закритими очима. Праворукі в обох випадках пишуть зліва направо і значно краще правою рукою. Ліворукі часто пишуть обома руками від периферії до центру аркуша. При закритих очах ліворукі можуть написати своє прізвище правою рукою як звичайно, лівою- у дзеркальному зображенні.
11. Обома руками почергово **намалюйте** коло на папері – праворукі здебільшого здійснюють рухи проти годинникової стрілки, а ліворукі – за годинниковою стрілкою.
12. **Виберіть** будь-яку точку на чистому аркуші паперу, закрийте очі, Вам треба 20 разів підряд якомога точніше влучити в цю точку олівцем. У праворуких при дії правою рукою влучення знаходяться неподалік від цілі і розподіляються від неї рівномірно, причому площа розкиду за формою наближається до овалу; влучення лівої руки розміщуються, як правило, в лівій частині аркушу і далі від цілі, ніж влучення правої руки; у ліворуких – навпаки.

Розрахунок коефіцієнту асиметрії провадиться за формулою:

$$\text{КА} = [(\text{ЕП} - \text{ЕЛ}) / (\text{ЕП} + \text{ЕЛ} + \text{ЕО})] \times 100, \text{ де}$$

ЕП – кількість тестів, де переважає виконання завдання правою половиною тіла;

ЕЛ – кількість тестів, де переважає ліва половиною тіла;

ЕО – відсутність переваги.

За коефіцієнтом асиметрії відділюють такі групи:

амбідекстри – 0 – 9 %;

низький КА – 10 – 20 %;

КА вище середнього – 51 – 70 %;

високий КА – 71 – 80%;

дуже високий КА – 81 – 90 %.

Від’ємні значення коефіцієнту асиметрії говорять про домінування правої півкулі мозку.

Значення КА > 90% може свідчити про наявність патології.

Результати і розрахунки запишіть

13. Які ще прояви функціональної асиметрії мозку Вам відомі?

14. Що розуміють під поняттям функціональна асиметрія мозку?

Зробіть висновок щодо вашого коефіцієнту функціональної асиметрії мозку: _____

Список літератури

1. Асратян Э.А. Системность работы больших полушарий головного мозга. – Тр. физиолог. лабор. акад. И.П. Павлова. Т. 8. – Л., 1938. – С. 7-15.
2. Балин В.Д., Гайда В.К., Гербачевский В.К. Практикум по общей, экспериментальной и прикладной психологии / В.Д. Балин, В.К. Гайда, В.К. Гербачевский и др. Под общей ред. А.А.Крылова, С.А.Маничева. – 2-е изд., доп. и перераб. – СПб.: Питер, 2004. – 560 с.
3. Березин Ф.Б., Мирошниченко М.П., Рожанец Р.В. Методика многостороннего исследования личности. – М.: Медицина, 1976. – 176 с.
4. Бодров В.А., Генкин А.А., Зараковский Г.М. Методики исследования человека с помощью тестовых задач с возрастающим количеством информации // В.кн.: Применение тестовых положений и методов кибернетики в медицине. – Л.: ВМОЛА, 1964. – С. 52-57.
5. Губарева Л.И. Психофизиология: учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по направлению и специальностям психологии / Л.И.Губарева, Р.О. Будкевич, Е.В. Агаркова. – М.: Гуманитар. изд. центр ВЛАДОС, 2007. – 188 с.
6. Зимкина А.М. Общее функциональное состояние ЦНС, принципы регуляции и саморегуляции и характеристики нарушений. – В кн.: Нейрофизиологические исследования в экспертизе трудовой способности. – Л., 1978. – С. 27-50.
7. Золина З.М. Методика исследования функциональной подвижности или лабильности рук у работающих в производственных условиях // В кн.: Методы физиологич. исследований трудовых процессов. – М.: Медгиз, 1960. – С. 66-88.
8. Ильин Е.П. Методические указания к практикуму по психофизиологии (экспресс-методы по изучении свойств нервной системы). – Л.: Ленингр. пед. ин-т, 1981. – 82 с.
9. Ильин Е.П. Сила нервной системы и методики ее исследования. – В сб.: Психофизиологические основы физического воспитания и спорта. – Л., Пед. ин-т, 1972. – С. 5-36.
10. Ильин Е.П. Экспресс-метод определения степени выраженности свойства «подвижность-инертность» возбуждения и торможения // В. кн.: Психофизиологич. основы физич. воспитания и спорта. – М., 1972. – С. 16-36.
11. Макаренко М.В. Методика проведения обстежень та оцінки індивідуальних нейродинамічних властивостей вищої нервової діяльності // Фізіол. журн. – 1999. – Т.45, № 4. – С. 125-131.
12. Макаренко М.В., Лизогуб В.С. Максимальний темп рухових реакцій людини та властивості основних нервових процесів // Фізіол. журн. – 2002. – Т. 48, № 5. – С. 62-66.
13. Макаренко М.В., Лизогуб В.С., Кравченко О.К., Хоменко С.М., Василенко О.М., Корольов В.В. Динаміка функції уваги та її зв'язок з індивідуально-типологічними властивостями нервової системи у людей зрілого та похилого віку // Фізіол. журн. – 2000. – Т. 46, № 1. – С. 75-81.
14. Макаренко М.В., Лизогуб В.С., Петренко Ю.О. та ін. Функціональний стан центральної нервової системи у осіб з різним рівнем рухливості нервових процесів // Фізіол. журн. – 2002. – Т. 48, № 1. – С. 9-14.
15. Макаренко Н.В. О связи качества переработки информации с уровнем профессиональной деятельности человека – оператора // Физиологич. журн. – 1983. – 29, № 1. – С. 74-78.
16. Макаренко Н.В. Основные свойства нервной системы и их роль в профессиональной деятельности // там же. – 1984. – 30, № 4. – С. 401-409.

НАВЧАЛЬНО-МЕТОДИЧНЕ ВИДАННЯ

Ірина Михайлівна МАРУНЕНКО – канд. біол. наук, доцент; зав. кафедри анатомії і фізіології людини Інституту людини КУ імені Бориса Грінченка

Євгенія Олексіївна НЕВЕДОМСЬКА – канд. пед. наук, доцент; доцент кафедри анатомії і фізіології людини Інституту людини КУ імені Бориса Грінченка

Ганна Ігорівна ВОЛКОВСЬКА – викладач кафедри анатомії і фізіології людини Інституту людини КУ імені Бориса Грінченка

ПСИХОФІЗІОЛОГІЯ

Навчально-методичний посібник з питань проведення практичних робіт для студентів небіологічних спеціальностей вищих навчальних закладів