

Министерство сельского хозяйства Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования «Иркутский государственный аграрный университет
имени А.А. Ежевского»

Практикум по психологии
учебно-методическое пособие для выполнения практических занятий

студентами очного и заочного обучения направлений подготовки
35.03.11 «Гидромелиорация»

п. Молодежный, 2023

УДК 37:159.9(075.8)

Утверждено решением методического совета инженерного факультета
(Протокол № 1 от «17» сентября 2023).

Составитель: к.т.н., доцент Чубарева М.В.

Рецензент:

А.В. Шистеев к.т.н., ст. преподаватель кафедры ТСиОД Иркутского ГАУ

Практикум по психологии. Учебно-методическое пособие для выполнения практических занятий студентами очного и заочного обучения направлений подготовки 35.03.11 «Гидромелиорация» / сост. М.В. Чубарева. - Иркутск: Изд-во ИрГАУ, 2023. - 78 с.

Содержание

Практическое занятие № 1.....	5
Практическое занятие № 2.....	6
Практическое занятие № 3.....	9
Практическое занятие № 4.....	34
Практическое занятие № 5.....	51

Введение

Учебно-методическое пособие разработано с целью оказания помощи студентам в аудиторном и самостоятельном изучении учебного курса «Психология». Практикум рассчитан на выполнение практических занятий по педагогике и психологии студентами очного и заочного обучения направления подготовки 35.03.03 «Агрохимия и агропочвоведение», 35.03.04 «Агрономия», 35.03.10 «Ландшафтная архитектура». В соответствии с Государственным образовательным стандартом высшего профессионального образования основная цель настоящей дисциплины – сформировать психологическую составляющую профессионального мышления будущего специалиста. Пособие может заменить собой сборник практических занятий по данному курсу и служит основой для самостоятельной подготовки студентов. Пособие предполагает в процессе изучения дисциплины «Психология» использование учебной и научной литературы, а также Интернет-ресурсов. Содержание учебного пособия состоит из 2-х разделов.

Практическое занятие № 1

Темы: Предмет, объект и методы психологии. Место психологии в системе наук. Индивид, личность, субъект, индивидуальность

Задание № 1.

Ответить на контрольные вопросы. Дать развернутые ответы.

Контрольные вопросы.

1. Что называется психологией?
2. Дайте определение термину «психика».
3. Структура психических явлений.
4. На какие группы подразделяются психические процессы? Подробно расписать их.
5. Какие явления относятся к психическим состояниям? Подробно расписать их.
6. Что относится к коллективным психическим процессам, психическим состояниям группы и психическим свойствам группы? Подробно расписать.
7. Что является предметом, задачей и объектом психологии?
8. Дайте определение методам научных психологических исследований. Перечислите основные методы психологических исследований и дайте их определения.
9. Что из себя представляет метод наблюдений, опрос (устный и письменный, свободный), тест (тест-опросник, тест-задание, проективные тесты)?
10. Что называется экспериментом? Разновидности эксперимента.
11. С какими науками имеет связь психология? Место психологии в системе наук.
12. История развития психологического знания. Подробно расписать.
13. Эволюция представлений о психике в процессе развития психологии.
14. Что называется психоанализом?
15. Концепция бессознательного З. Фрейда.
16. Психоанализ по К.Юнгу и К. Хорни.
17. Понятие «индивид».
18. Характеристика содержания понятия «индивид».
19. Какие свойства индивида выделял Б.Г. Ананьев?
20. Понятие «личность».
21. Характеристика содержания понятия «личность». Подробно расписать.
22. Понятие «субъект деятельности», «сознание».
23. Характеристика содержания понятия «субъект деятельности».
24. Что называется индивидуальностью.

Задание № 2.

Составить кроссворд из 15 слов по рассматриваемой теме.

Практическое занятие № 2

Темы: Психика и организм. Развитие психики в процессе онтогенеза и филогенеза. Структура психики. Понятие о деятельности. Структура деятельности. Понятие об умениях и навыках. Формирование умений и навыков

Задание № 1

Заполните таблицу по персоналиям психологии, устраните ошибки и дополните недостающей информацией. Выделите красным шрифтом то, что добавили или исправили.

№ п.п.	Ф.И.О. ученого, который внес определенный вклад в психологию	Даты жизни	Основные проблемы, взгляды, идеи и разрабатываемые направления психологии
1	Иван Михайлович – российский ученый и мыслительматериалист, естествоиспытатель	13.08.1829– 15.11.1905	
2	Выдающийся российский физиолог	26.09.184– 27.02.1936	
3	Владимир Михайлович – известный русский психолог и психиатр	1.02.1857– 24.12.1927	
4	Николай Николаевич – русский психолог	24.03.1858– 15.02.1921	
5	Выдающийся биолог, анатом, антрополог, врач, педагог	20.09.1837– 28.11.1909	
6	Русский философ, логик и психолог	28.04.1862– 13.02.1936	
7	Выдающийся отечественный психолог и философ	17.11.1896– 11.07.1934	
8	Психолог	15.11.1892– 6.10.1931	
9	Отечественный психолог, философ	18.02.1903– 21.01.1979	
10	Отечественный психолог	16.07.1902– 14.08.1977	
11	Сергей Леонидович – психолог и философ		
12	Теплов – отечественный	21.10.1896–	

	психолог	28.09.1965	
13	Грузинский отечественный психолог и философ	1.01.1887– 12.10.1950	
14	Ухтомский – российский и советский физиолог	25.06.1875– 31.08.1942	
15	Франк Семен Людвигович – известный русский философ и психолог	28.01.1877– 10.12.1950	
16	Лидия Ильинична – отечественный психолог	11.01.1908– 21.07.1981	

Задание № 2

Установите соответствия:

1. Автор первой физиологической работы в России.	1. Даниил Бернулли (1700–1782).
2. Организатор первой терапевтической клиники в России.	2. Н. И. Новиков (1744–1818).
3. Автор первой русской книги по психологии «Наука о душе».	3. Матвей Пеккен.
4. Автор первого в России журнала для детей «Детские чтения для сердца и разума».	4. Е. А. Мухин.
5. Организатор первой российской экспериментальной психологической лаборатории	5. Иван Михайлов.
	6. В. М. Бехтерев (1857–1927)

Задание № 3

Выделите ошибки в предложениях и в скобках напишите правильный ответ.

1. Работа «Рефлексы головного мозга», вышедшая в свет в 1913 г., принадлежит И. П. Павлову.

2. Редактором журнала «Вопросы нервно-психической медицины» с 1896 по... гг. являлся И. М. Сеченов.

3. В основе разработанного И. П. Павловым учения о высшей нервной деятельности лежит механизм безусловных рефлексов.

4. В. М. Бехтерев условные рефлексы обозначал термином «ассоциативные».

5. Видными представителями российской науки XIX в., разрабатывавшими наряду с другими и психологические проблемы, являлись К. В. Лебедев, А. И. Галич, А. Н. Леонтьев, Л. С. Выготский, И. М. Сеченов, И. А. Сикорский.

Задание № 4

Закончите предложения:

1. «Психологические орудия» как особые регуляторы сознания, имеющие социально- культурное происхождение, Л. С. Выготский называл...
2. Эгоцентрическая речь у ребенка выполняет функцию...
3. Главное психологическое произведение С. Л. Рубинштейна называлось...

Задание № 5

Ответьте на вопросы:

1. Назовите основателя первой психологической лаборатории и созданное им направление.
2. Назовите направление, исследующее функции сознания.
3. Назовите теорию, созданную З. Фрейдом.
4. Назовите направление, предметом изучения которого является поведение.
5. Назовите предмет изучения гуманистической психологии.
6. Назовите направление, предметом изучения которого являются механизмы познания.
7. Назовите предмет изучения отечественной психологии.
8. Назовите имя автора деятельностного подхода в психологии.
9. Назовите автора культурно-исторической теории.
10. Что такое сознание человека?
11. Каковы функции сознания?
12. Назовите свойства сознания.
13. Как вы понимаете, что такое диалогизм сознания?
14. Какова структура сознания?
15. Каковы функции самосознания?
16. Как взаимодействуют сознательное и бессознательное?
17. Что понимается под деятельностью?
18. Чем характеризуется теория деятельности?
19. Какой ученый внес вклад в теорию деятельности?
20. Перечислите основные виды деятельности в психологии?
21. Что называется поведением?
22. Раскройте структуру деятельности.
23. Классификация потребностей.
24. Что называется умением и навыком?
25. Структура формирования навыков.
26. как формируются умения?
27. Назовите этапы развития навыков.
28. В каком случае можно потерять навык.
29. Приведите два примера умения и два примера навыка.
30. В каком случае человек может овладеть мастерством?

Практическое занятие № 3

Темы: Познавательные процессы. Ощущение. Восприятие. Представление. Воображение

Работа 1. Измерение пространственного порога тактильной чувствительности

Порог тактильной чувствительности измеряется методом постоянных раздражителей (метод истинных и ложных случаев по Г. Фехнеру). При этом раздражители варьируют по своей величине не в упорядоченной, а в случайной последовательности. За порог же принимается такая величина интенсивности раздражителя, при которой он ощущается в 50 % случаев предъявления (так называемый принцип медианы). Неопределенные оценки могут быть поровну причислены к оценкам правильным и ложным. Такой метод в целом отличается надёжностью результатов, он позволяет проследить сам процесс наращивания вероятности правильных ответов, т.е. здесь имеет место построение психометрической функции.

Цель работы: измерение пространственного порога тактильной чувствительности на тыльном участке кисти; знакомство с измерением по методу истинных и ложных случаев.

Материал и оборудование: в работе можно использовать как специальный эстезиометр Вебера (Спирмена), так и обыкновенный чертёжный измеритель (с притупленными иглами) и линейку для измерения расхождения игл.

Ход работы

Общую группу студентов делят на соответствующие экспериментальные группы: экспериментатор, испытуемый, протоколист.

Инструкция испытуемому: «Исследуется ваша способность отличать одно прикосновение от двух одновременных на тыльном участке кисти. Вы не будете видеть игл, которыми я осуществляю прикосновение, и расстояние между которыми будет всегда меняться. Отвечайте мне каждый раз, два или одно прикосновение Вы ощущаете. В случае неуверенности говорите: «Не знаю». Итак, после каждого прикосновения Вы говорите, одно или два ощущения прикосновения оно вызвало, в одном месте или в двух местах. Будьте очень собраны и внимательны».

После предварительной команды «Внимание» экспериментатор прикасается иглами эстезиометра, разведёнными на нужное расстояние, к участку кожи кисти левой руки испытуемого. Испытуемый не видит действий экспериментатора (лучше всего завязать глаза повязкой). Расстояние между иглами эстезиометра меняется по специальной программе, составленной по таблице случайных чисел (см. табл. 3). Программа предусматривает всего 75 прикосновений для 12 различных расстояний между иглами. Кроме этого иногда (по программе) следует осуществить прикосновение лишь одной иглой эстезиометра (цифра «0» в табл. 3) или,

напротив, заведомо далеко разводить иглы (так называемые ловушки), когда расстояние между иглами 60 мм.

Перед программной подачей раздражителей необходим каждый раз короткий сеанс настройки испытуемого (5–6 раздражителей), который заключается в попеременном предъявлении нулевого и двойного раздражителей. Эти данные в протокол не вносятся. После выполнения каждых 25 раздражений программы следует сделать перерыв на 5 минут.

Оба острия чертежного измерителя следует опускать на кожу строго одновременно, избегая при этом как возникновения у испытуемого болевого ощущения, так и слишком слабого надавливания. Не следует прикасаться к волоскам на коже испытуемого, к венам и сухожилиям, к одним и тем же участкам кожи. Ножки эстезиометра следует опускать на кожу руки всегда с одинаковой высоты (приблизительно 1 см), под одинаковым углом (90 градусов к поверхности кожи), осуществляя прикосновение всегда в течение одной секунды.

Все ответы испытуемого и необходимые примечания вносятся в заранее подготовленный протокол (см. ниже). В результате по каждому программному расстоянию наносятся шесть раздражений (расстояние 60 мм – один раз, расстояние 0 мм – дважды). Неопределённые ответы испытуемого в таком рабочем эксперименте лучше относить к неправильным.

Форма протокола

Экспериментатор _____ Дата _____
 Испытуемый _____ Время _____

Расстояние между ножками эстезиометра, мм	Показания испытуемого						Примечания
	1	2	3	4	5	6	
15							
18							
20							
24							
27							
30							
33							
36							
40							
43							
48							
50							
0							
60							

Условные обозначения:

- + – испытуемый отмечает наличие двух ощущений;
- – ощущение испытуемого единично;
- ? – ответ испытуемого неопределенный.

Обработка и анализ результатов

1. Испытуемому следует внести в протокол эксперимента данные самонаблюдения: отношение к работе, принятие инструкции, приёмы оценки собственных ощущений, трудности оценки и т. п.
2. Вычислить значение индивидуального пространственного порога, принимая за него то минимальное расстояние между иглами эстезиометра, при котором двойное прикосновение констатировалось испытуемым в половине случаев предъявления, т.е. трижды из шести программных. При необходимости следует воспользоваться более точным способом, применив известную формулу Вундта:

$$r_0 = \frac{I_1(50-u_2)+I_2(u_1-50)}{u_1-u_2},$$

где I_1 – минимальная интенсивность раздражителя (в нашем случае – расстояние), при которой правильное ощущение впервые имеется более чем в 50 % случаев предъявления этой интенсивности;

I_2 – интенсивность раздражителя (ближайшая), при которой двойное ощущение прикосновения впервые имеет место менее чем в половине предъявлений; u_1, u_2 – частоты правильных ответов в процентном отношении к общему числу, соответствующие интенсивностям I_1 и I_2 .

3. Построить многоугольник распределения и полигон частот по величинам индивидуальных пространственных порогов r_0 всей группы испытуемых.
4. Вычислить значение средней арифметической, медианы и моды для распределения индивидуальных пространственных порогов.
5. Вычислить коэффициент ранговой корреляции между местами испытуемых по величинам порога в данной работе и по их возрасту. Проверить статистическую зависимость коэффициента корреляции.

Таблица 3 - Программа предъявления раздражителей в работе
«Измерение пространственного порога тактильной чувствительности»

№ п.п.	Расстояние, мм	№ п.п.	Расстояние, мм	№ п.п.	Расстояние, мм
1	27	26	20	51	15
2	15	27	15	52	0
3	40	28	36	53	27
4	18	29	24	54	50
5	36	30	40	55	18
6	50	31	27	56	24
7	24	32	30	57	40
8	0	33	33	58	36
9	20	34	18	59	40
10	33	35	48	60	48
11	48	36	50	61	50

12	30	37	43	62	20
13	43	38	48	63	43
14	20	39	40	64	24
15	24	40	33	65	30
16	36	41	60	66	36
17	40	42	43	67	33
18	33	43	15	68	27
19	15	44	18	69	15
20	30	45	20	70	18
21	18	46	50	71	48
22	43	47	27	72	33
23	48	48	36	73	30
24	27	49	24	74	43
25	50	50	30	75	20

Работа 2. Исследование роли ощущений в познавательной деятельности человека

Цель исследования: установить отличие ощущения от восприятия при тактильном распознавании предметов.

Материал и оборудование: набор мелких предметов для тактильного распознавания (булавка, ключ, ватка и т. п.), повязка для глаз, секундомер.

Ход работы Исследование тактильных ощущений состоит из двух серий опытов и проводится с одним испытуемым.

Задача первой серии: по словесным описаниям испытуемого установить особенности тактильных ощущений, вызванных предметами из набора во время их поочередного предъявления на неподвижную ладонь.

В ходе выполнения первой серии исследования испытуемому завязывают глаза и дают следующую *инструкцию*:

«Разверните руку ладонью вверх. На ладони во время нашего исследования Вы будете ощущать некоторые воздействия. Не совершая ощупывающих движений рукой, дайте словесный отчет тех ощущений, которые Вы будете испытывать. Всё что будете ощущать, проносите вслух».

Экспериментатор последовательно предъявляет предметы для их тактильного распознавания испытуемым. Время предъявления каждого из них – 10 секунд. После предъявления предмет убирается с руки, а в протоколе производится запись словесного отчёта испытуемого.

Задача второй серии: по словесным описаниям испытуемого установить особенности тактильных ощущений в условиях, когда предметы поочередно кладутся на его ладонь, и у него есть возможность их ощупывать этой же рукой.

Вторая серия исследований проводится через две – четыре минуты после первой. Во второй серии, так же как и в первой, испытуемому завязывают глаза и перед предъявлением предметов набора дают следующую инструкцию:

«Разверните руку ладонью вверх. Во время нашего исследования Вы будете ощущать некоторые воздействия. Вам разрешается совершать ощупывающие движения рукой. Дайте словесный отчет тех ощущений, которые Вы будете испытывать при этих воздействиях и движениях ладони руки. Всё что будете ощущать, говорите вслух».

Во второй серии экспериментатор последовательно предъявляет те же предметы из набора, сохраняя длительность тактильного распознавания 10 секунд и записывая словесный отчет испытуемого в протокол.

По окончании двух серий исследования испытуемый дает самоотчет о том, каким образом он ориентировался в оказываемых на ладонь руки воздействиях, когда легче было распознавать предметы и когда сложнее.

Протокол исследования двух серий опытов может быть представлен на одном общем бланке.

Форма протокола

Экспериментатор _____ Дата _____
Испытуемый _____ Время _____

№ п.п.	Предмет	Словесный отчет		
		В первой серии	Во второй серии	Примечания
1.	Булавка			
2.	Ватка			
...				
...				
...				
n				

Обработка и анализ результатов

В первую очередь необходимо установить количество свойств предметов, которые были адекватно распознаны испытуемым. Количество названных ощущений в первой и второй сериях будет считаться показателем распознавания «П₁» и «П₂». Качественное соотношение показателей «П₁» и «П₂» и их анализ являются основным критерием установления различий между процессами ощущения и восприятия в ходе тактильного распознавания предметов.

Проводя анализ результатов, следует сравнить величины показателей тактильного распознавания в первой и второй сериях и обратить внимание на

то, что распознавание воздействий, идущих от предметов, качественно различается.

Например, в первой серии испытуемые, как правило, дают отчет об отдельных свойствах предмета, а затем пробуют его установить, называя его. Во второй серии, где присутствует благодаря ощупыванию тактильное восприятие, испытуемые обычно сначала определяют предмет, называют его (например: «булавка»), а потом дают словесный отчет о его свойствах.

Следует помнить, что тактильные ощущения являются важнейшими в контактной ориентировке человека. Они имеют огромное значение в практической и познавательной деятельности человека, в некоторых случаях позволяя человеку выжить даже при отсутствии слуха и зрения. Кроме того, тактильные ощущения расширяют познавательные возможности и перцептивный опыт современного человека, привыкшего полагаться на свое зрение. Именно поэтому ситуацию, когда человек находится в полной безопасности с закрытыми или завязанными глазами, можно использовать как средство отдыха и релаксации. Сознательное применение этого средства поможет переключить внимание и в случаях напряженного эмоционального состояния в ситуациях предстоящего экзамена, тревожного ожидания и т. п.

Задание: Подберите упражнения для развития тактильных ощущений.

Работа 3. Исследование зрительных ощущений

Цель исследования: определить величину абсолютного нижнего порога зрительного ощущения и дать оценку остроты зрения.

Материал и оборудование: измерительная рулетка и 5 стандартных плакатов с изображением колец Ландольта с разрывами, обращенными в разные стороны (диаметр кольца 7,5 мм, толщина линии 1,5 мм, разрыв кольца 1,5 мм).

Ход работы

Исследовательская группа состоит из экспериментатора, испытуемого и протоколиста. В комнате, где проводится исследование, должно быть хорошее освещение, а ее длина не менее 6,5 м.

В процессе исследования испытуемый, находящийся на расстоянии 6 м в положении спиной к плакату, по команде экспериментатора поворачивается и медленно приближается к изображению пока не увидит разрыв в кольце. Экспериментатор и протолист с помощью рулетки определяют расстояние от плаката до положения испытуемого, из которого он правильно устанавливает местонахождение разрыва кольца, и в протоколе записывается результат (то есть расстояние в сантиметрах). Затем испытание повторяется с помощью другого плаката, а затем – третьего.

Инструкция испытуемому: «За Вашей спиной на расстоянии 6 м расположен плакат с изображением кольца с разрывом. По моему сигналу повернитесь к нему и определите место разрыва. Если расстояние слишком велико, и Вы не можете определить, в какую сторону направлен разрыв

кольца – постепенно приближайтесь, насколько это будет необходимо. Как только увидите разрыв, остановитесь».

В протоколе (форму протокола определяют сами студенты) исследования должны быть зафиксированы результаты трех попыток, а также самочувствие испытуемого и его самоотчет. Если результат варьирует в пределах больше, чем один метр, то нужно провести еще одно измерение.

Обработка и анализ результатов

Показателем нижнего абсолютного порога зрительного ощущения является средний результат трех серий, который рассчитывается по следующей формуле:

$$P_{\text{эр}} = \frac{P_1 + P_2 + P_3}{3},$$

где P_1, P_2, P_3 – величины расстояний, на которых испытуемый определял направление разрыва кольца в соответствующих опытах.

Чем больше расстояние, с которого испытуемый увидел направление разрыва, тем ниже его абсолютный порог зрительного различения, и, соответственно, выше зрительная чувствительность.

Оценка остроты зрения проводится с помощью таблицы 4. Если разрыв определен испытуемым с расстояния 5 м, то угол различения равен 1° , а зрение находится в диапазоне средних показателей.

Оценки остроты зрения в 1, 2, 3 балла – свидетельство ослабленности зрения. В этом случае помимо обращения к офтальмологу важно, чтобы испытуемый проанализировал состояние собственного здоровья и обратил внимание на режим работы и отдыха, чередование физического и умственного труда.

Таблица 4 – Оценка остроты зрения

	Оценка остроты зрения в баллах								
	9	8	7	6	5	4	3	2	1
Показатель порога зрительного различия (в см)	640	621-640	591-620	551-590	501-550	431-500	331-430	201-330	200 и менее

Таблица 5 – Оценка чувствительности

	Оценка различительной чувствительности веса в баллах								
	9	8	7	6	5	4	3	2	1
Различаемая величина – Пк (в г)	1,0-1,9	2,0-2,4	2,5-2,9	3,0-3,4	3,5-3,9	4,0-4,9	5,0-6,9	7,0-7,9	8,0 и более

Работа 4. Исследование мышечно-суставных ощущений

Цель исследования: определить величину и дать оценку порога различения мышечно-суставных ощущений массы.

Материал и оборудование: разновесы с грузами в граммах, листки бумаги размером 5x5 см и повязка для глаз.

Ход работы

Исследование проводится в группе, состоящей из трех человек: экспериментатор, испытуемый, протоколист. В комнате для лабораторных занятий одновременно могут проводить свои исследования несколько групп при условии, что каждая находится на расстоянии не менее 2,5 м от другой.

Испытуемому надевают на глаза повязку, просят вытянуть руки вперед, не напрягая их, ладонями вверх. На ладони должны лежать листки бумаги, на которые затем экспериментатор кладет разновесы в 4 и 5 г. Задача испытуемого определить, в какой руке вес тяжелее. Затем последовательно добавляют 1, 2 и 3-граммовые грузы до тех пор, пока испытуемый не сможет определить различие веса. Опыт повторяют как минимум три раза. Если руки у испытуемого устанут, то ему нужно дать отдых в течение 2–3 минут. В каждом опыте руки, на которые накладывают исходные разновесы в 4 и 5 г, необходимо сменять.

Инструкция испытуемому: «На ваши ладони будут положены разновесы. С завязанными глазами определите, на какой из Ваших вытянутых рук груз тяжелее».

Обработка и анализ результатов Показателем мышечно-суставной чувствительности в различении массы является средний результат нескольких опытов. Для получения показателя сначала для каждого опыта определяют то различие в весе грузов, наложенных на правую и левую руки, при котором испытуемый ощущал вес как различный. Затем подсчитывают показатель порога различительной чувствительности по формуле:

$$P_K = \frac{\sum_1^{\pi} P_N}{N},$$

где $\sum_1^{\pi} P_N$ – сумма различий в весе во всех проделанных опытах,
 N – количество опытов.

Оценка чувствительности в различии веса по данной методике приведена в таблице 5.

Чем выше оценочный бал, тем лучше мышечно-суставная чувствительность испытуемого.

Тренировки чувствительности к различению веса вырабатывают привычку осознавать собственные ощущения, что со временем приводит к улучшению результатов.

Работа 5. Явление интермодального переноса образов восприятия

Цель работы: исследование эффективности зрительно-гаптического и гапτικο-зрительного переноса образов восприятия.

Материал и оборудование: набор из 24 тестовых фигур (см. табл. 6.), выполненных из плексиглаза или плотного картона (номера фигур проставлены на их оборотной стороне) и ручной секундомер.

Ход работы

Студентов делят на типовые экспериментальные группы. Работа осуществляется в две серии: в серии № 1 идет зрительное восприятие с последующим гаптическим (осозательным) узнаванием, в серии № 2 идет гаптическое восприятие, а узнавание осуществляется зрительно.

Причем, в целях исключения влияния обучения (на общегрупповые результаты) преподаватель дает команду половине экспериментальных групп начинать работу с серии № 1, а половине – с серии № 2. Время восприятия (как зрительного, так и гаптического) – 10 секунд.

Инструкция испытуемому (серия № 1): «Посмотрите на эту фигуру и постарайтесь ее запомнить. Время восприятия ограничено.

Теперь я Вам завяжу глаза, и Вы должны найти на ощупь ту фигуру, которую только что рассматривали, среди многих других фигур».

Инструкция испытуемому (серия № 2): «Ощупайте предъявленную Вам фигуру и постарайтесь ее запомнить. Время восприятия ограничено.

Теперь я развяжу Вам глаза, и Вы должны узнать воспринятую только что фигуру среди всех остальных фигур (трогать фигурки теперь нельзя)».

Испытуемому, сидящему за столом, поочередно предъявляется каждая тестовая фигура, а для ее опознания перед ним беспорядочно раскладываются все 24 фигуры.

Порядок предъявления фигур в каждой серии, составленной с помощью таблицы случайных чисел, дан в табл. 7.

В ходе работы фиксируется и заносится в протокол поведение испытуемого: время реального восприятия, время узнавания, высказывания, замечания, характер ощупывающих движений рук. Протоколист отмечает результаты узнавания: правильное узнавание – знаком плюс, а ошибочное – номером указанной фигуры.

Между сериями эксперимента испытуемый отдыхает в течение 6-10 минут.

Работа требует очень четкой организации, поэтому экспериментальной группе нужно 2–3 тренировочных предъявления – узнавания по каждой серии.

Обработка и анализ результатов

1. Испытуемому изложить данные самонаблюдения: трудности в работе, приемы восприятия и узнавания, настроение во время работы, общее к ней отношение и т.д.

2. Подсчитать общее количество ошибочных узнаваний в первой и второй сериях эксперимента для каждого испытуемого.

3. Подсчитать среднее время для каждого вида восприятия и каждого вида узнавания по отдельным испытуемым.

4. Провести качественный анализ наиболее типичных случаев ошибок испытуемого каждой экспериментальной группы (причины, исправления, условия и т.п.).

5. Составить сводную таблицу для всех испытуемых студенческой группы по данным ошибочных узнаваний (удобнее пересчитать их затем в процентах), время восприятия и узнавания (пункты 2, 3 обработки).

6. Провести сравнение эффективности того или иного переноса образа восприятия в данной работе (гапτικό – зрительного или зрительно – гаптического). При этом желательно применение соответствующих статистических критериев.

7. Сравнить величины времени восприятия и опознания при каждом виде интермодального переноса образов. Объяснить различия.

8. Проанализировать наиболее типичные для группы ошибки узнавания, объяснить их.

9. Сделать качественные психологические выводы о явлении интермодального переноса образов восприятия, об эффективности различных направлений переноса, о влиянии обучения и т.д.

Таблица 6 - Набор фигур, применяемых в работе «Явление интермодального переноса образов восприятия»

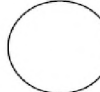



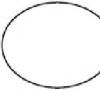


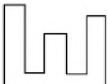




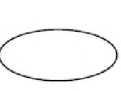


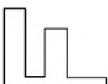
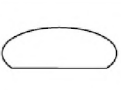







	I	II	III	IV
1				
2				
3				
4				
5				
6				

Таблица 7 - Порядок предъявления тест-фигур в работе
«Явление интермодального переноса образов восприятия»

Серия № 1		Серия № 2	
№ п.п.	№ фигуры	№ п.п.	№ фигуры
	II-2		IV-5
	I-3		II-3
	II-1		I-1
	IV-3		IV-2
	III-4		I-2
	IV-2		II-4
	I-6		IV-6
	II-5		III-3
	III-5		III-1
	I-1		I-6
	II-6		IV-1
	IV-1		III-2
	IV-5		I-5
	I-4		III-4
	III-6		II-5
	IV-6		IV-3
	I-2		I-4
	III-1		II-6
	II-4		III-5
	IV-4		I-3
	III-3		III-6
	I-5		II-1
	III-2		IV-4
	II-3		II-2

Работа 6. Исследование восприятия времени

Цель исследования: определить степень точности восприятия коротких промежутков времени.

Материал и оборудование: секундомер и таблица – протокол исследования.

Ход работы

Исследование восприятия времени проводится в экспериментальной группе, состоящей из испытуемого и экспериментатора, и состоит из десяти опытов. В каждом опыте испытуемому предлагают определить заданный промежуток времени, не используя счета и не смотря на часы. Правильность оценки интервала времени экспериментатор определяет с помощью секундомера.

Могут задаваться интервалы времени: 30 секунд, 1 минута, 120 секунд и т.п.

Инструкция испытуемому: «Вам будет предложено, не пользуясь часами и не считая про себя, поднятием руки или сигналом «Стоп!» определить конец заданного отрезка времени. Каждый раз Вам будет сказано о том, какой длительности задается интервал, а его начало экспериментатор отметит ударом карандаша по столу».

В таблице-протоколе экспериментатор записывает заданный для определения интервал времени и фактическое время, которое испытуемый принял за заданный интервал.

Временной интервал, предложенный для оценки, отмечается в графе таблицы «С» в секундах; фактическое время, также в секундах, в графе «А».

Таблица 8 - Протокол исследования восприятия коротких промежутков времени:

№ п.п.	Заданный интервал времени «С»	Фактическое время «А»	Примечания
1.			
2.			
3.			
4.			
5.			
6.			
7.			
8.			
9.			
10.			

Обработка и анализ результатов

Точность оценки времени определяется для каждого опыта отдельно по формуле:

$$K_T = \frac{A}{C} \times 100\%,$$

где K_T – коэффициент точности оценки времени;

A – фактический временной интервал, прошедший с момента начала оценки испытуемым заданного отрезка времени;

C – временной интервал, предложенный для оценки.

В ходе анализа результатов исследования важно определить, в каком соотношении к 100 %, меньше или больше, находятся коэффициенты точности оценки времени испытуемого. Если по всем опытам испытуемый имеет коэффициент больший, чем 100 %, то временные интервалы он недооценивает. Если его коэффициенты менее 100 % – то временные

интервалы он переоценивает. Чем ближе коэффициенты к 100 % (например, 80 % – 100 %), тем выше точность оценки коротких промежутков времени.

При анализе результатов работы следует учитывать, что люди отличаются по типологии оценки временных интервалов. Одни испытуемые их преувеличивают, а другие их преуменьшают. В ряде случаев данная типология распространяется и на длительные интервалы времени. Однако некоторые субъекты короткие интервалы

времени (до минуты) переоценивают, а интервалы больше минуты, напротив, недооценивают.

Чтобы установить причины недооценки или переоценки временных интервалов, целесообразно повторить опыты, усложнив их инструкцией с дополнительными указаниями. Например, определить заданный интервал времени, перечисляя при этом буквы алфавита (производя арифметические вычисления, декламируя стихи и т.п.).

Введение в инструкцию еще одной цели деятельности изменяет оценку испытуемым временных интервалов. Время в этом случае для испытуемого становится, как правило, менее заметным, то есть он, занимаясь другим делом, его недооценивает.

Работа 7. Исследование познавательного контроля при восприятии

Цель исследования: определить свойства познавательного контроля и его влияние на процесс зрительного восприятия.

Материал и оборудование: три таблицы, каждая размером в стандартный лист бумаги А 4. На первой таблице четко написаны слова, обозначающие названия четырех основных цветов: красный, синий, зеленый, желтый. На второй таблице нарисованы разноцветные звездочки тех же основных цветов. На третьей – написаны названия цветов, но чернилами, которыми эти названия написаны, не соответствуют названию цвета. Слово «красный» написано желтыми чернилами, слово «синий» – зелеными и т.п. В оборудование входит секундомер.

Ход работы

Исследование состоит из трех опытов, перед каждым из которых испытуемому дается соответствующая инструкция.

Опыт № 1. Перед началом опыта испытуемому дают **инструкцию:** «Как можно быстрее прочитайте слова в таблице, которая Вам будет предъявлена. Время чтения слов контролируется по секундомеру. Если все понятно и нет вопросов, приготовьтесь читать слова. Начали!»

После команды «Начали!» экспериментатор предъявляет первую _____ таблицу и фиксирует время чтения слов испытуемым.

Опыт № 2. Второй опыт проводят непосредственно после окончания первого.

Инструкция испытуемому: «Вам будет предъявлена таблица с изображением звездочек. Как можно быстрее назовите цвет этих звездочек. Приготовьтесь! Начали!»

Время ответа испытуемого экспериментатор фиксирует так же, как и в первом опыте.

Опыт № 3. Третий опыт проводят сразу после второго.

Инструкция испытуемому: «Вам будет предъявлена таблица с написанными на ней словами – названиями. Как можно быстрее назовите цвет чернил, которыми написаны эти слова. Если все понятно, приготовьтесь. Начали!»

Вслед за инструкцией испытуемому показывают третью таблицу и фиксируют время, за которое он успевает назвать цвет чернил, которыми написаны слова.

Обработка и анализ результатов

Результатами данного исследования являются показатели времени выполнения испытуемым заданий каждого опыта: t_1 , t_2 и t_3 .

Для определения влияния познавательного контроля на зрительное восприятие нужно высчитать величину показателя интерференции по формуле:

$$П = t_3 - t_2,$$

где t_3 и t_2 – показатели времени выполнения заданий соответствующих опытов.

Познавательный контроль при зрительном восприятии составляет условие выполнения задач наблюдения. Его функционирование делает восприятие произвольным и приближает перцептивные процессы к мыслительным.

Познавательный контроль, актуализирующийся в данном исследовании, необходим для преодоления интерференции зрительного восприятия первого опыта, в котором испытуемый читал слова, и второго опыта, в котором он называл цвет звездочек. Чем больше разница времени выполнения испытуемым третьего и второго опытов ($П$), тем больше интерференция. Следовательно, тем больше выражена узость, ригидность познавательного контроля при восприятии. Наоборот, чем ближе показатель « $П$ » к нулю, тем гибче влияние познавательного контроля.

Следует учитывать, что величина показателя познавательного контроля зависит от времени выполнения опытов. Если испытуемый не был в состоянии готовности по команде «Начали!» выполнять задание второго опыта по инструкции, то показатель « $П$ » может быть близким к нулю, в случае такой готовности в третьем опыте. Наконец, если $П$ оказывается со знаком минус, то есть время третьей серии (t_3) меньше времени выполнения второго опыта (t_2), это означает, что испытуемый не придерживался указаний экспериментатора называть цвет звездочек «как можно быстрее». В этом случае исследование нужно повторить.

Дополнительным способом, позволяющим установить причину «отклонения» показателя в минусовую сторону, может стать сравнение времени выполнения испытуемым первого и второго опытов.

Показатель интерференции, влияния, отражает независимость речевой функции и зрительного восприятия. При обнаружении ригидности нужно исследовать свойства мышления и разработать комплекс развивающих упражнений, позволяющих изменить когнитивный стиль личности.

Работа 8. Исследование индивидуальных особенностей воображения

Цель исследования: определить уровень сложности воображения, степень фиксированности представлений, гибкость или ригидность воображения и степень его стереотипности и оригинальности.

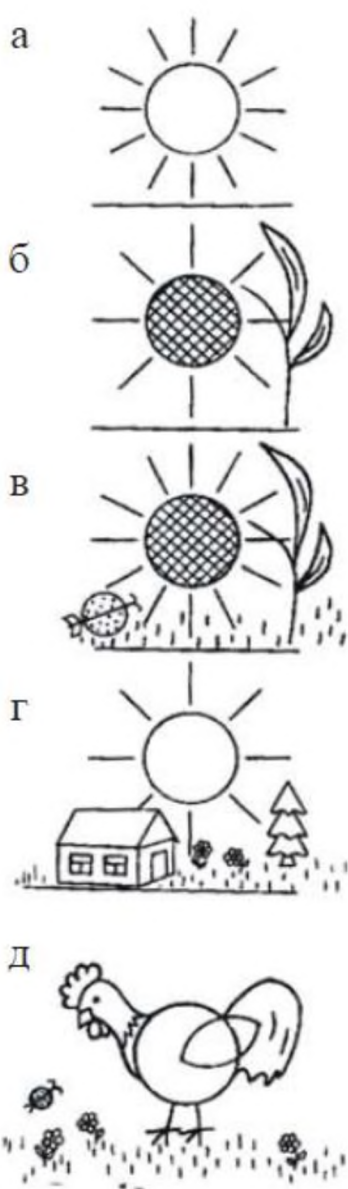


Рисунок 1

Материал и оборудование: три листка бумаги размером 10x16 см без клеток или линеек. На первом листке в середине изображен контур круга диаметром 2,5 см., на втором листке также в середине изображен контур равностороннего треугольника с длиной стороны 2,5 см., на третьем – контур квадрата с длиной стороны 2,5 см. Карандаш и секундомер.

Ход работы

Данное исследование проводят как с одним испытуемым, так и с группой. Но лучше, чтобы группа была небольшой, до 15 человек.

В последнем случае экспериментатору нужно следить, чтобы никто из испытуемых до конца тестирования не разговаривал и не показывал свои рисунки другим.

Тестирование проводится в три этапа. На первом этапе испытуемому дают листок с изображенным на нем контуром круга, на втором – треугольника и на третьем – квадрата. Каждый этап исследования предваряется повторяющейся инструкцией.

Инструкция испытуемому: «Используя изображенный на этом листке контур геометрической фигуры, нарисуйте рисунок. Качество рисунка значения не имеет, способ использования контура применяйте по своему усмотрению. По сигналу “Стоп!” Рисование прекращайте!».

Время рисования на каждом этапе экспериментатор определяет по секундомеру. В

каждом случае оно должно быть равным 60 сек. По окончании тестирования испытуемого просят дать самоотчет и для этого спрашивают: «Понравилось ли вам задание? Какие чувства вы испытывали при его выполнении?».

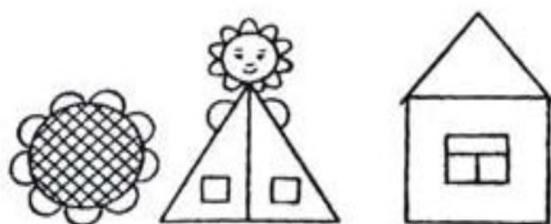
Обработка и анализ результатов

Обработка результатов и определение уровни развития воображения, степени фиксированности представлений, гибкости или ригидности, а так же оригинальности или стереотипности производится путем сопоставления содержания и анализа всех трех рисунков испытуемого.

Определение уровня сложности воображения

Сложность воображения констатируется по самому сложному из трех рисунков. Можно пользоваться шкалой, позволяющей установить пять уровней сложности.

Первый уровень: контур геометрической фигуры используется как основная деталь рисунка, сам рисунок простой, без дополнений и представляет собой одну фигуру (рисунок 1 а).



Второй уровень: контур использован как основная деталь, но сам рисунок имеет дополнительные части (рисунок 1 б).



Третий уровень: контур использован как основная деталь, а рисунок представляет собой некоторый сюжет, при этом могут быть введены дополнительные детали (рисунок 1 в).



Четвертый уровень: контур геометрической фигуры продолжает быть основной деталью, но рисунок – это уже сложный сюжет с добавлением фигурок и деталей (рисунок 1 г).



Пятый уровень: рисунок представляет собой сложный сюжет, в котором контур геометрической фигуры использован как одна из деталей (рисунок 1 д).

Рисунок 2

Определение гибкости воображения и степени фиксированности образов представлений

Гибкость воображения зависит от фиксированности представлений. Степень фиксированности образов определяют по количеству рисунков, содержащих один и тот же сюжет.

Воображение считается *гибким*, когда фиксированность образов в представлении не отражается в рисунках, т.е. все рисунки на разные сюжеты и охватывают как внутреннюю, так и внешнюю части контура геометрической фигуры (рисунок 2 а).

Фиксированность представлений *слабая* и гибкость воображения средняя, если два рисунка на один и тот же сюжет (рисунок 2 б).

Сильная фиксированность образов представлений и негибкость или *ригидность* воображения характеризуются по рисункам на один и тот же сюжет. Если все рисунки имеют один и тот же сюжет независимо от уровней их сложности – это ригидное воображение (рисунок 2 в).

Ригидность воображения может быть и при отсутствии или слабой фиксации образов в представлении, когда рисунки выполнены строго внутри контуров геометрической фигуры. В этом случае внимание испытуемого фиксируется на внутреннем пространстве контура (рисунок 2 г).

Определение степени стереотипности воображения.

Стереотипность определяется по содержанию рисунков. Если содержание рисунков типичное, то воображение считается, так же как и сам рисунок, стереотипным, если не типичное, оригинальное – то творческим.

К *типичным* относятся рисунки на следующие сюжеты:

- с *контуром круга*: солнце, цветок, человек, лицо человека, или зайца, циферблат и часы, колесо, глобус, снеговик;
- с *контуром треугольника*: треугольник и призма, крыша дома и дом, пирамида, человек с треугольной головой или туловищем, письмо, дорожный знак;
- с *контуром квадрата*: человек с квадратной головой или туловищем, робот, телевизор, дом, окно, дополненная геометрическая фигура квадрата или куб, аквариум, салфетка, письмо.

Степень стереотипности можно дифференцировать по уровням.

Высокая степень стереотипности констатируется тогда, когда все рисунки на типичный сюжет.

Рисунок считается *оригинальным*, а воображение творческим при отсутствии стереотипности, когда все рисунки выполнены испытуемым на нетипичные сюжеты.

Полученные результаты важно сопоставить с особенностями включенности испытуемого в процесс исследования с его установками. Для этого используют данные самоотчета.

В первую очередь нужно обратить внимание на испытуемых с ригидностью воображения. Она может быть следствием пережитых стрессов и аффектов. Очень часто, хотя и не всегда, люди, которые все рисунки размещают только внутри контуров геометрических фигур, имеют некоторые

психические заболевания. Рисунки таких испытуемых не обсуждаются в группе. Преподаватель-психолог берет таких лиц на учет и рекомендует им обратиться сначала в психологическую службу вуза для специального психодиагностического исследования. Но при этом нужно воспользоваться, какимто предлогом, чтобы не травмировать психику студента предполагаемым диагнозом.

Испытуемые с пятым уровнем сложности воображения, отсутствием стереотипности и качественным исполнением рисунков обычно способны к художественной деятельности (графике, живописи, скульптуре и т.п.). Те, кто склонен к техническим наукам, черчению или логике и философии, могут изображать некие абстракции или геометрические фигуры. В отличие от них лица с гуманитарной направленностью любят сюжеты, связанные с человеческой деятельностью, рисуют людей, их лица или антропоморфные предметы.

При обсуждении результатов тестирования и составления рекомендаций необходимо определить условия, способствующие преодолению стереотипности, развитию творчества и наметить задачи для тренировки гибкости процесса воображения.

Работа 9. Исследование творческого воображения

Цель исследования: дать оценку особенностям творческого воображения.

Материал и оборудование: бланки с напечатанными на нем тремя любыми словами, например: шляпа, дорога, дождь; стандартные листы бумаги, ручка, секундомер.

Ход работы

Данное исследование можно проводить с одним испытуемым и с группой до 16 человек, но все испытуемые должны быть удобно рассажены, а условия должны обеспечивать строгую самостоятельность их работы.

Перед началом исследования каждый участник получает бланк с напечатанными на нем тремя словами. Бланки могут быть розданы в конвертах или положены на стол перед испытуемыми обратной стороной, чтобы до инструкции они не читали напечатанные на них слова. При тестировании группы дают одинаковые бланки каждому для возможного последующего анализа и сравнения. В процессе исследования испытуемому предлагают в течение 10 минут составить из трех слов как можно больше количества предложений.

Инструкция испытуемому: «Прочитайте слова, написанные на бланке, и составьте из них возможно большее количество предложений так, чтобы в каждое входили все три слова. Составленные предложения записывайте на листе бумаге. На работу вам отводится 10 минут. Если все понятно, тогда начнем!».

В процессе исследования экспериментатор фиксирует время и по прошествии 10 минут дает команду: «Стоп! Работу прекратить!».

Обработка и анализ результатов

Показателями творчества в данном исследовании являются:

- величина баллов за самое остроумное и оригинальное предложение;
- сумма баллов за все придуманные испытуемым в течение 10 минут предложения.

Эти показатели устанавливаются с помощью шкалы оценки творчества (таблица 9)

Таблица 9 – Шкала оценки творчества

Пункт	Характеристика составленного предложения	Оценка в баллах
а	В предложении использованы все три слова в остроумной и оригинальной комбинации.	6
б	В предложении использованы все три слова без особого остроумия, но в оригинальной комбинации.	5
в	В предложении использованы все три слова в обычной комбинации.	4
г	Заданные три слова использованы в менее необходимой, но логически допустимой комбинации.	3
д	Правильно использованы лишь два слова, а третье слово с натяжкой в силу чисто словесной связи.	2,5
е	Правильно использованы лишь только два слова, а третье искусственно введено в предложение.	1
ж	Задача правильно понята испытуемым, но он дает <i>формальное</i> объединение всех трех слов или использует их с искажениями.	0,5
з	Предложение представляет собой бессмысленное объединение всех трех слов.	0

Если испытуемый придумал очень похожие друг на друга предложения с повторением темы, то второе и все последующие предложения этого типа оцениваются половиной начального балла.

При подсчете баллы удобно заносить в таблицу результатов.

Качественная характеристика творчества, определяемая по величине баллов, полученных за самое остроумное и оригинальное предложение, соответствует максимальной оценке какого-либо из составленных испытуемым предложений. Это оценка не превышает 6 баллов и свидетельствует о развитом творчестве или оригинальности. Если оценка данного показателя составляет 5 или 4 балла, то проявление творчества следует считать средним. Наконец, если эта оценка составила всего лишь 2 или 1 балл, то это низкий показатель творчества либо намерение испытуемого действовать алогично и тем озадачить исследователя.

Второй показатель – это сумма баллов. Он имеет смысл для анализа и интерпретации результатов, только если сравнивается работа нескольких

человек, что возможно при доверительных отношениях в группе. У кого больше сумма баллов, у того, следовательно, больше продуктивность творческой деятельности.

Творческое воображение предполагает создание образа вещи, признаков, не имеющих аналога. В данном случае – это создание предложений без заданного образца. Студенты филологи и студенты естественных факультетов различаются опытом работы с лингвистическим материалом, что важно учитывать при анализе. Кроме того, получаемый показатель творчества свидетельствует о субъективной новизне результатов, если они новы и оригинальны для самого испытуемого.

Пример оригинальных предложений (6 баллов). *«В небе уже осень, ветер сбивает звезды, и к зиме оно раздвинется над нами огромной черной лисицей. Еще раз нам предстоит увидеть прощальные солнца осени. Это как пушечный салют кораблей, которых больше не увидишь никогда. А после татарской конницы, легкой и яростной, во весь опор помчится снег, это плен и невзгоды...»*.

«Беспутный ветер, увидев его, идущего по извилистой тропинке сада, замер на секунду от удивления, а затем, придя в себя, радостно взъерошил ему волосы, растрепал одежды, разогнал облака. Но Он ничего не заметил, и ветер, обиженный, забился в куст дикой розы».

«Серый дождь брошенным котенком несмело скребся в окно...».

Домашние задания

Задание № 1

Ответить на вопросы теста.

Тест I

Каким воззрениям соответствуют нижеприведенные определения ощущений (установить соответствие):

1) ощущение – источник наших знаний о внешнем мире. Оно – основной канал, по которому информация о явлениях внешнего мира доходит до мозга, давая человеку возможность ориентироваться в окружающем. Ощущения – активный процесс;	а) рефлекторная теория ощущений;
2) ощущения не дают нам правильного представления о внешнем мире. Эволюционно органы чувств сформированы так, что допускают к конкретным нервным окончаниям лишь определенные	б) теория «специфической энергии органов чувств»;

виды внешних сигналов. Каждый орган чувств обладает своей энергией, которая обуславливает возникновение ощущений;	
3) ощущение – единственная реальность, окружающий мир – их совокупность;	в) агностицизм;
4) мир непознаваем, человеческий разум ограничен и за пределами ощущений ничего знать не может:	г) субъективный идеализм.

Тест II

На основе анатомического расположения рецепторов и выполняемой ими функции проведите классификацию ощущений на виды (установить соответствие).

Ощущения, сигнализирующие о:

1) внутреннем состоянии организма;	а) экстероцептивные;
2) разных характеристиках внешнего мира;	б) интероцептивные;
3) положении различных частей тела и их движении:	в) проприоцептивные.

Тест III

Назовите психологические понятия, соответствующие нижеприведенным определениям:

1) минимальная величина раздражителя, вызывающая едва заметные ощущения;	а) чувствительность;
2) способность живого организма воспринимать адекватные и неадекватные раздражения, отвечая на них каким-либо образом: движением, осознанным ощущением, вегетативной реакцией и т. д.;	б) абсолютный нижний;
3) минимальное различие между двумя раздражителями или между двумя состояниями одного раздражителя, вызывающее едва заметное различие ощущений;	в) абсолютный верхний;

4) наименьшая величина различий между сигналами, при которой их точность и скорость достигают максимума;	г) разностный;
5) максимально допустимая величина внешнего раздражителя, при котором возникает ощущение	д) пороги ощущений.

Тест IV

Назовите закономерность ощущений, которые выражаются в следующем.

Повышение чувствительности органов чувств при одновременном воздействии раздражителей на другие органы чувств:

1) явление, состоящее в том, что какой-либо раздражитель, действуя на соответствующий орган чувств, вызывает не только специфичное ощущение для данного органа чувств, но одновременно еще ощущение, характерное для другого:	а) сенсбилизация;
2) качественная характеристика ощущений, указывающая на их принадлежность определенным органам чувств, например, зрительным, слуховым, тактильным и т. д.;	б) синестезия;
3) изменение (повышение или понижение) чувствительности органов при длительном воздействии на них адекватных и неадекватных раздражителей;	в) модальность;
4) кратковременное сохранение следа образа от ранее действующего раздражителя	г) последействие.

Тест IV

Дайте определение важнейшим психологическим понятиям:

1) структурные единицы процесса восприятия у человека, обеспечивающие сознательное выделение и преобразование сенсорной информации, приводящее к построению образа, адекватного	а) апперцепция;
---	-----------------

предметному миру и задачам деятельности;	
2) свойство психики человека, выражающее зависимость восприятий предметов и явлений от предшествующего опыта, общей направленности и других личностных особенностей его психической деятельности;	б) иллюзии;
3) искаженное отражение действительности, носящее устойчивый характер;	в) перцептивная система;
4) свойство личности, проявляющееся как способность замечать в воспринимаемом малоизвестные, но существенные детали;	г) перцептивные действия;
5) совокупность анализаторов, обеспечивающих данный акт восприятия;	д) наблюдательность;
6) вид восприятия, складывающийся на основе тактильного и двигательного ощущений:	е) осязание.

Тест VI

Назовите свойства восприятия, которые обладают следующими признаками:

1) относительное постоянство образов предметов, в частности, их формы, цвета, величины при изменении условий восприятия;	а) осмысленность;
2) особенность восприятия, заключающаяся в отражении объектов, в совокупности их свойств как единое целое;	б) предметность;
3) особенность восприятия, проявляющаяся в выделении каких-либо объектов или их частей. Выделяемый объект выступает как «фигура», остальные – как «фон»;	в) целостность;
4) отнесение сведений, получаемых из внешнего мира, к конкретной категории объектов;	г) избирательность;

5) особенность восприятия, направленная на осознание объекта как единого целого:	д) константность.
--	-------------------

Тест VII

Назовите сложные виды восприятия.

Отражения:

- 1) длительности и последовательности явлений или событий;
 - 2) величины, форм и глубины предметов;
 - 3) направления и скорости пространственного существования предметов:
- а) пространства; б) движений; в) времени.*

Тест VIII

Допишите ответ на месте прочерка (выделите ответ красным цветом).

1. Качественная характеристика ощущения _____.
2. Искаженное восприятие реально существующего объекта _____.
3. Нервный аппарат восприятия раздражителя _____.
4. Возмещение нарушенных функций за счет других _____.
5. Психический процесс, заключающийся в отражении действительности при непосредственном воздействии _____.
6. Повышенная чувствительность к обычным внешним раздражителям _____.
7. Орган чувств, преобразующий энергию внешнего воздействия в нервный импульс _____.
8. Зависимость восприятия от прошлого опыта _____.
9. Патологическое нарушение перцептивной деятельности, состоящее в восприятии объекта, которое в данный момент не воздействует на органы чувств _____.
10. Нарушение различных видов восприятия, возникающее при определенных поражениях мозга _____.

Задание № 2

Задания для самопроверки.

1. Составить вопросы к психологической викторине по теме «Ощущения и восприятие».
2. Восприятие предмета (вещи, материального объекта) и восприятие слова, его обозначающего. Видите разницу? Если да, то в чем эта разница? Можете ли вы привести пример важности учета этой разницы в словесном речевом общении (в управленческой или преподавательской деятельности, в общении человека с человеком и т. п.)?

Задание № 3

Ответьте на вопросы:

1. Дайте определение понятию «ощущение».
2. В чем заключается рефлекторный характер ощущений?
3. Какие Вы знаете классификации ощущений?
4. Что такое «модальность» ощущений?
5. Охарактеризуйте слуховые ощущения. Что Вы знаете о резонансной теории?
6. Опишите кожную чувствительность и ее пространственные пороги.
7. Перечислите и охарактеризуйте основные свойства ощущений.
8. Объясните основной психофизический закон.
9. Что Вы знаете об абсолютном и относительном порогах ощущений?
10. Расскажите о сенсорной адаптации и ее механизмах.
11. Что такое синестезия?
12. Объясните явление сенсбилизации.
13. Расскажите о физиологических механизмах зрительных ощущений.
14. Какие Вы знаете теории цветового зрения?
15. Охарактеризуйте восприятие как познавательный психический процесс.
16. Определите отличие ощущений от восприятия. В чем проявляется взаимосвязь ощущений и восприятия?
17. Охарактеризуйте основные свойства восприятия и приведите примеры по каждому свойству.
18. Раскройте восприятие как систему перцептивных действий.
19. Назовите иллюзии восприятия и объясните механизмы некоторых из них.
20. Охарактеризуйте восприятие пространства и его механизмы.
21. Объясните понятие «стереоскопического изображения».
22. Что такое фи – феномен?
23. Назовите и опишите основные особенности восприятия в гештальтпсихологии.
24. Назовите основной закон гештальтпсихологии и раскройте его особенности.
25. Объясните взаимоотношения фигуры и фона. Назовите персоналии изучавших их свойства.
26. Охарактеризуйте восприятие времени.
27. Охарактеризуйте восприятие движения и раскройте его механизмы.
28. Объясните, в чем причина стробоскопического движения?
29. В чем проявляются индивидуальные особенности воспри-

- ятия?
30. Объясните, что такое «наблюдательность» и дайте несколько рекомендаций для ее развития.
 31. Дайте характеристику воображения как психологического процесса.
 32. Охарактеризуйте роль воображения в жизни человека и в регуляции деятельности организма.
 33. Раскройте виды воображения.
 34. Расскажите о роли мечты в жизни человека.
 35. В чем проявляется аналитико-синтетический характер воображения?
 36. Какие механизмы формирования образов воображения вы знаете?
 37. Какова роль воображения в решении творческих задач?
 38. Опишите развитие воображения у ребенка.

Практическое занятие № 4

**Темы: Познавательные процессы. Мышление и интеллект. Творчество.
Внимание. Мнемические процессы**

Работа 10. Исследование объема кратковременной памяти

Цель исследования: определить объем кратковременного запоминания по методике Джекобса.

Материал и оборудование: бланк с четырьмя наборами рядов чисел, лист для записи, ручка и секундомер.

Ход работы

Исследование можно проводить с одним испытуемым и с группой из 8–16 человек. Оно состоит из четырех аналогичных серий.

В каждой серии экспериментатор зачитывает испытуемому один из наборов цифровых рядов (см. прил. 1).

Элементы ряда предъявляются с интервалом 1 с. После прочтения каждого ряда через 2–3 с по команде «Пишите!» испытуемые на листе для записей воспроизводят элементы ряда в том же порядке, в каком они предъявлялись экспериментатором. В каждой серии независимо от результата читаются все семь рядов элементов. Инструкция во всех сериях опыта одинаковая. Интервал между сериями не менее 6–7 мин.

Инструкция испытуемому: «Я назову Вам несколько цифр. Слушайте внимательно и запомните их. По окончании чтения по моей команде «Пишите!», запишите то, что запомнили, в том же порядке, в каком читались цифры. Внимание! Начинаем!».

Обработка и анализ результатов

В процессе обработки результатов исследования необходимо установить:

1. Ряды, воспроизведенные полностью и в той же последовательности, с которой они предъявлялись экспериментатором. Для удобства их обозначают знаком «+»;
2. Наибольшую длину ряда, который испытуемый во всех сериях воспроизвел правильно;
3. Количество правильно воспроизведенных рядов, больших чем тот, который воспроизведен испытуемым во всех сериях;
4. Коэффициент объема памяти, который вычисляют по формуле:

$$P_k = A + \frac{C}{n},$$

где P_k – объем кратковременной памяти;

A – наибольшая длина ряда, который испытуемый во всех опытах воспроизвел правильно;

C – количество правильно воспроизведенных рядов, больших чем A ;

n – число серий опыта, в данном случае – 4.

Для количественного анализа результатов пользуются следующей шкалой оценки уровней объема кратковременного запоминания (таблица 10)

Таблица 10 – Объем уровня кратковременного запоминания

Шкала оценки уровня кратковременного запоминания	
Коэффициент объема памяти (P_k)	Уровень кратковременного запоминания
10	Очень высокий
8-9	Высокий
7	Средний
6-5	Низкий
3-4	Очень низкий

Анализируя результаты исследования, важно обратить внимание на крайние варианты уровней запоминания. Если коэффициент объема памяти равен 10, как правило, это является следствием использования испытуемым логических средств или специальных приемов мнемотехники. В редких случаях такое запоминание являет собой феномен.

Если получен очень низкий уровень запоминания, то исследование памяти испытуемого нужно повторить спустя несколько дней.

Очень низкий коэффициент объема памяти (равный 3–4) может говорить о непринятии испытуемым инструкции.

Низкий и средний уровень кратковременного запоминания может быть повышен благодаря систематической тренировке памяти по специальным программам мнемотехники.

Приложение 1

Набор цифровых рядов, используемых в работе
«Исследование объема кратковременной памяти»

Первый набор	Второй набор
5 2 4 1	7 1 0 6
9 6 0 2 3	8 9 9 3 4
2 5 4 0 6 1	2 5 4 0 6 1
7 8 4 2 3 8 9	5 2 0 1 5 7 0
3 4 6 8 2 5 3 8	8 2 7 4 4 5 2 5
5 9 8 3 7 4 6 2 3	7 1 5 8 4 3 4 1 3
6 7 2 3 8 4 5 2 0 7	1 5 2 4 8 3 6 8 9 7

Третий набор	Четвертый набор
1 3 7 2	7 1 0 6
6 4 8 0 5	8 9 9 3 4
7 2 5 3 1 8	8 5 6 0 8 6
0 7 5 9 4 3 8	5 2 0 1 5 7 0
5 2 1 8 6 3 5 5	8 2 7 4 4 5 2 5
1 3 2 6 9 7 8 4 3	7 1 5 8 4 3 4 1 3
3 8 4 4 5 2 8 7 1 6	1 5 2 4 8 3 6 8 9 7

Работа 11. Исследование опосредованного запоминания

Цель исследования: определить влияние системы вспомогательных средств на запоминание конкретных понятий.

Материал и оборудование: наборы слов теста для запоминания (см. прил. 4), протокол исследования, бумага для записи, ручка, секундомер.

Ход работы

Исследование состоит из двух опытов и проводится с одним испытуемым.

Форма протокола

Экспериментатор _____ Дата _____
Испытуемый _____ Время _____

Опыт 1			
№ п.п.	Предъявлено	Воспроизведено	Примечания
1.			
2.			
3.			
...			
20.			

Словесный отчет испытуемого о запоминании и воспроизведении слов:
Наблюдения экспериментатора:

Опыт № 1. Задача: определить объем памяти испытуемого при запоминании словесного материала, не предусматривающего заранее заданной системы связей.

В опыте используются классический метод «удержания членов ряда». Экспериментальный материал состоит из 20 не связанных между собой простых слов, состоящих из 4–6 букв. Перед испытуемым ставится задача запомнить предъявляемые слова и по команде воспроизвести их на бумаге для записей. Слова экспериментатор должен читать четко и быстро с паузами в 2 с. После окончания чтения через 10 с испытуемому предлагается воспроизвести вслух или записать запомнившиеся слова в любом порядке. Экспериментатор отмечает у себя в протоколе те слова, которые воспроизведены правильно. Ошибочно воспроизведенные слова фиксируются в примечании.

Инструкция испытуемому: «Я буду читать Вам слова. Слушайте меня внимательно и постарайтесь их запомнить. Когда я закончу читать слова, то дам команду «Пишите!». Вы запишите те слова, которые запомнили, в том порядке, в каком они вспоминаются. Внимание! Начали!».

По окончании опыта испытуемый дает словесный отчет о том, каким способом он старался запоминать слова. Этот отчет и наблюдения экспериментатора отражают в протоколе.

Опыт № 2. Задача: определить объем памяти испытуемого при запоминании словесного материала с заранее заданной системой смысловых связей.

В опыте используется метод удерживания в памяти пар слов. Так же, как и в первом опыте, слова состоят из 4–6 букв. Перед испытуемым ставится задача прослушать пары слов и запомнить вторые слова каждой пары. Интервал чтения экспериментатором пар слов – 2 сек. Через 10 сек. после окончания чтения всех пар слов для запоминания, экспериментатор снова читает первое слово каждой пары, а испытуемому предлагается вспомнить

второе слово этой же пары. В протоколе второго опыта отмечают правильно воспроизведённые слова, причём ошибочные – фиксируют в примечании.

Инструкция испытуемому: «Я буду читать Вам пары слов. Слушайте меня внимательно и постарайтесь запомнить вторые слова каждой пары. Когда я закончу чтение этих пар, то снова буду читать первые слова, а Вы в ответ на названное первое слово отвечайте запомнившимся вторым словом этой же пары. Внимание! Приготовьтесь слушать и запоминать!».

По окончании опыта в протоколе записывается словесный отчёт испытуемого и наблюдения экспериментатора об особенностях запоминания слов испытуемым.

Обработка и анализ результатов

Подсчитывают количество правильно воспроизведённых слов и количество ошибочных воспроизведений по каждому из двух опытов. Данные заносят в сводную таблицу:

Слова воспроизведённые	Опыт 1	Опыт 2
Правильно		
Неправильно		

Анализируя результаты запоминания двух опытов, и сравнивая количественные показатели, важно обратить внимание на словесные отчёты испытуемого и наблюдения экспериментатора.

Если запоминание в первом опыте было у испытуемого непосредственным, то его объём будет находиться в пределах 5–9 запомнившихся слов. Если испытуемый запомнил более 9 слов, это может свидетельствовать о том, что он использовал какие-то мнемотехнические приёмы и разработал некую систему связей, облегчающих воспроизведение.

Одним из моментов анализа может стать сравнение правильности воспроизведённого материала в зависимости от порядка предъявления слов в первом и во втором опытах. Большинство испытуемых запоминают лучше начало и конец предъявляемого словесного ряда. Это нужно учитывать при разработке рекомендаций по улучшению работы памяти.

Если в исследовании приняло участие несколько человек, то, помня о правилах соблюдения этики, участникам можно поделиться теми приёмами, которые были использованы ими для запоминания, выделив более или менее успешные. Среди таких приёмов наиболее вероятны визуализация соответствующего предмета, представление ситуаций образующих связи между словами, например: «фунт рыбы завязан бантом» и т.п. Эти приёмы могут послужить основой для составления рекомендаций по развитию памяти и оказать помощь в овладении мнемотехникой.

**Наборы слов теста для запоминания, используемые
в работе «Исследование опосредованного запоминания»**

Слова для запоминания в опыте 1:

1. Рыба	6. Власть	11. Белка	16. Чулки
2. Фунт	7. Огонь	12. Песок	17. Волк
3. Бант	8. Конфета	13. Зубы	18. Завод
4. Нога	9. Хлеб	14. Окно	19. Лилия
5. Сено	10. Совок	15. Ручка	20. Пирог

Слова для запоминания в опыте 2:

Курица – яйцо	Корова – молоко	Дерево – лист
Кофе – чашка	Вино – стакан	Очки – газета
Стол – стул	Печка – дрова	Туфли – обувь
Земля – трава	Перо – бумага	Полка – книга
Ложка – вилка	Закон – декрет	Голова – волосы
Ключ – замок	Грамм – мера	Голос – певец
Зима – снег	Солнце – лето	

Работа 13. Исследование концентрации и динамики внимания

Цель работы: измерение количественных характеристик внимания корректурной пробой Бурдона и выявление динамики этих характеристик в процессе кратковременной деятельности.

Материал и оборудование: в работе используется бланк теста Бурдона в модификации, предложенной советским психологом П.А. Рудиком.

Ход работы

Эксперимент выполняется коллективно при самостоятельной последующей обработке результатов. Каждому испытуемому выдаются листы с тестом Бурдона (см. прил. 3). Выполнению данной работы предшествует упражнение, осуществляемое в специальной части бланка теста. Время упражнения – 1 минута. Испытуемый зачеркивает в бланке всегда четыре буквы: **А, М, К, З**. Работа идет построчно. После упражнения испытуемый приступает к основной работе, чему предшествуют команды экспериментатора: «Внимание. Начали!». Основная работа осуществляется в течение пяти минут, и по истечении каждой минуты экспериментатор дает команду: «Поставьте крест». Такой крест ставится испытуемым в том месте строки, где его застала данная команда, и служит в дальнейшем цели исследования динамики внимания. Команда «Довольно!» означает прекращение всего эксперимента.

Инструкция испытуемому: «По моей команде: «Начали!» Вы начинаете искать и вычеркивать в каждой строке лежащего перед вами листа буквы: **А, М, К, З**. Работать нужно внимательно и как можно быстрее. Вначале будет минута упражнения. Затем основная работа в течение пяти минут. Причем по истечении каждой минуты и в ответ на мою команду: ставьте крест! Вы ставите его там, где сейчас работаете. Работа прекращается по команде: довольно!».

Обработка и анализ результатов

1. Вычислить показатель концентрации внимания (простой способ), для чего необходимо:

- подсчитать общее количество правильно зачеркнутых букв – n_1 ,
- подсчитать количество пропусков букв: А, М, К, З – n_2 , __
- подсчитать количество ошибочно зачеркнутых букв – n_3 ,
- подсчитать общее количество в просмотренных строках букв: А, М, К, З, подлежащих вычеркиванию – n .

Показатель концентрации внимания вычисляется как отношение:

$$k = \frac{n_1 - n_2 - n_3}{n} \times 100\%$$

Такие коэффициенты требуется вычислить как в целом (k), так и по каждой минуте работы в отдельности (k_1, k_2, k_3, k_4, k_5).

Примечание: В психотехнике была принята такая система качественной оценки концентрации внимания в зависимости от величины коэффициента:

Очень хороший – 81 % – 100 %,

Хороший – 61 % – 80 %,

Средний – 41 % – 60 %,

Плохой – 21 % – 40 %,

Очень плохой – 0 % – 20 %.

2. Построить график, отражающий динамику концентрации внимания (колебание, а возможно, упражняемость) по отдельным минутам основного эксперимента, т.е. по величинам k_1, k_2, k_3, k_4, k_5 .

Примечание: Строго говоря, это будут колебания (изменения) точности или уровня безошибочности данной корректурной работы. Такая точность, бесспорно, зависит от концентрации внимания, однако не отражает последнюю строго однозначно. Ведь данный показатель никак не учитывает объема выполненной работы, самой ее напряженности, а значит, может быть существенно искажен проявлениями других свойств внимания, например переключаемостью, объемом и т.д.

3. Вычислить значение коэффициентов точности (аккуратности внимания) A (по каждой минуте и за все пять минут работы):

$$A = \frac{n_1 - n_3}{n_1 + n_2}$$

и построить график, отражающий их динамику (по аналогии с пунктом 2 обработки).

4. Посчитать величины коэффициентов продуктивности (или эффективности) внимания:

$$E = AN,$$

где N – общее количество знаков, просмотренных за данный период времени (в любой строке теста имеется 35 букв).

Построить график изменения величины E (отнесенным ко всем пяти минутам работы), составить сводную таблицу для всей группы и построить соответствующую кривую распределения величин E.

Приложение 3

Бланк методики Бурдона-Рудика (к работе
«Исследование концентрации и динамики внимания»)

Упражнение

АМКЗ

ГХБПКШЗПЮВРЬХПАЕТЖДЖСГОВХСЮГИКВРГМА
ИТКОБЕМФОИЮШЛЗЖВПЕПЧНВСЖУЛХЮРХБЯЗШИ
ОСВЧЕХТЕСПМННТООХХШНАЕЧЮПЖВЛЮФОВПАКМ
КЧЗШАЖКЯДХИСВПБЮРЖВПУЮШАТХСГМКРАТЮД
ДРГПЛВРГАМКЕТНЧЗОУБХФПЛЖШЯИСЮДЮХВТУА
ПЯИХНЛУТШИВБКОГЗМХЯРДАЧЕЮЖСФНПДСРКГЧ

Работа

АМКЗ

ЮТЛЕФГЖЮУПШСРДЕАТЛБЗКИНФЯВПЧМОЗАГНБ
ХВИОМШСЯСНЛЧОЖВМФЕЮЗУХДРТГКБИАНДКУЖХ
ГЗШЯНБХЮАВЧЮФДПСЗИХПЧЖГОВШЖСВУАРЛМТ
БДКОМВЗСЮХНГЯЖВСЮПМИЕТРШУХКПЛЖИУЧФР
ЕЗНГАРХМФПУЮКНЯЗГШВИЧАЖЛСОЕДТВИТШПК
ДЛОУЖАГЗДВЮЯИФМСУХКШЛПТБРЕНЧЖОКБРЧМ
ЗСХИГХЛЯЧЗДЕЖОФУНГОШТЮКМАПИБРВЕНПА
КРАМОЧРПДХИЮПЖШГВСЗСБЯЖХЛЮВЕБДКТФ
ЛПЕЗБУТНВСОЮМУПЖЕЩПВРТХСКЛПАХИЩДАГВ
МТРГЖМШУЗХДЛПАЕКВРНЮИЧБФЯОГТЖДАСКОЧ
ИБФСЕКМФЮОНЯЧХЛРЕАУДЗЖТГШВИКБЛПНВЗ
АУРГОЛКЮХУШЮМНВПСЯТХЕЗПЧНОЖФАМНТБКД
ИРЧЗЕКМХТЮЖЧБРВСШЮГСБЖПИБУДПХАЕНТМЛ
ЖМПДШЖУСЕМПТОНЮАВКБИЧРЛХЯУДФЗГКОАНГ
НЛРБЗЯЮЛБОХМУФДТПАЧГСЗКЕВНЛРИШУВТФХ

ГАЖМПГТКПОУРИДНВЧЮЛСЯЕХФБЗАШЖДКОСШ
ЧНЛХБНЯОШЛЧФХМСЗАВЕНГЖТКИДЮРБУЮТИЗУ
МДТФЕКИГЮСХЯГСЖДМТАЕПХБРВЮПЗШАКОЖЯ
ДЗАКНХЮРХЛУСЖВНЧПЕГВЖЗЛЛШЮИОФМЕГИБМ
БНГАЗОМЧПВЯФНИКЗБЛТАЕДРСШПУЮЖГФЕЛТЮ

Работа 14. Исследование избирательности внимания

Цель исследования: определить уровень избирательности внимания при помощи методики Мюнстенберга.

Материал и оборудование: тестовый бланк методики Мюнстенберга (см. прил. 4), карандаш и секундомер.

Ход работы

Исследование проводится в парах, состоящих из экспериментатора и испытуемого. Экспериментатор читает испытуемому инструкцию, предъявляет тестовый бланк и фиксирует время выполнения задания.

Инструкция испытуемому: «Вам будет дан бланк с напечатанными на нем построчно буквами и словами. Отыщите и подчеркните слова. Старайтесь не пропустить ни одного слова и работайте быстро, так как время фиксируется. Если все понятно и нет вопросов, тогда “Начали!”».

После опыта испытуемый дает отчет о том, как он выполнял предложенное ему задание.

Обработка и анализ результатов. Показателями избирательности внимания в этом исследовании являются время выполнения задания и количество ошибок и пропусков при отыскивании и подчеркивании слов. Всего в данном тесте 25 слов (см. ключ к данной работе) (таблица 11).

Результаты оцениваются при помощи шкалы оценок, в которой баллы начисляют в зависимости от затраченного на поиск слов времени. За каждое пропущенное слово снижается по одному баллу.

Таблица 11 – Шкала оценок

Время, сек	Балл	Уровень избирательности внимания
250 и более	0	1 низкий
240-249	1	1 низкий
230-239	2	1 низкий
220-229	3	1 низкий
210-219	4	1 низкий
200-209	5	1 низкий
190-199	6	1 низкий
180-189	7	2 средний
170-179	8	2 средний

160-169	9	2 средний
150-159	10	2 средний
140-149	11	2 средний
130-139	12	2 средний
120-129	13	2 средний
110-119	14	3 высокий
100-109	15	3 высокий
90-99	16	3 высокий
80-89	17	3 высокий
70-79	18	3 высокий
60-69	19	3 высокий
Менее 60	20	4 очень высокий

Баллы в предложенной шкале оценок дают возможность установить абсолютные величины качественных оценок уровня избирательности внимания. В случае, когда у испытуемого от 0 до 3 баллов, то важно по самоотчету и наблюдению за ходом опыта выяснить причины слабой избирательности. Ею могут быть: состояние сильного эмоционального переживания, внешние помехи, приведшие к фрустрации испытуемого, скрытое нежелание тестироваться и др.

Следует помнить, что в большинстве случаев имеется связь пропущенных и найденных слов с индивидуальным опытом и деятельностью тестируемого.

Избирательность внимания поддается тренировке. Можно предложить упражнения, подобные данному тесту, для ее улучшения. Очень высокий уровень избирательности внимания – это свидетельство феноменальной психической активности человека.

Приложение 4

Бланк методики Мюнстенберга (к работе
«Исследование избирательность внимания»)

Испытуемый: _____

Экспериментатор: _____

ТЕСТ

БСОЛНЦЕВТРГШОЦРАЙОНЗГУЦНОВОСТЬХЭЫГЧАФАКТУЕКЭКЗ
АМЕНТРОЧ

ЯГШГЦПРОКУРОРГЦРСЕАБЕСТЕОРИЯЕНТСДЖЗБЪАМХОККЕЙТ
РОНЦЫУРШРО

ФЩУЙГЗХТЕЛЕВИЗОРБОЛДЖШЗХЮЭЛГШЬБПАМЯТЬШОГХЕЮ
ЖИПРОШЛПТСЛ

ХЭНЗДВОСПРИЯТИЕЙЦУКЕНДШИЗХЪВАФЫАПРОЛДБЛЮБОВЬ
АБФЫРПЛОСЛДКН

ЕСЛАСПЕКТАКЛЪЯЧСИМТЬБАЮЖЮЕРАДОСТЬВУФЦПЭЖДЛОР
ПНАРОДШМВТЬ
ЛЖЬХЭГНЕЕКУЫФЙШРЕПОРТАЖЗЖДОРЛАФЫВЮЭБЬДЬКОНК
УРСЗЖШНАПТ
ЙФЯЧЫЦУВСКАПРЛИЧНОСТЬЭЖЭБЕЮДШШГЛОДЖЭПРПЛАВА
НИЕДТЛЖКВАЫ
ЭЗБЪТРЛШШЖНПРКЫВКОМЕДИЯШЛДКЦУЙФОТЧАЯНИЕЙФРЯ
ЧАТЛДЖЭТЬБЮН
ХТЬФТАСЕНЛАБОРАТОРИЯГШДШНРУЙГРГШЦТЛРОСНОВАНИ
ЕЗШЭРЭМИТДТ
НТАОПРУКГВМСТРПСИХИАТРИЯБПЛМСТЧЬЙФЯОМТЗАЦЭБАН
ТЗАХТЛКННОН

Работа 15. Исследование влияние установки на способ решения задач

Цель исследования: определить степень чувствительности испытуемого к установке, характер выработки и особенности фиксации установки, наличие гибкости или ригидности мышления.

Материал и оборудование: 10 листков бумаги для каждого испытуемого (примерный размер листков: 10x8 см), ручка для письма и секундомер.

Ход работы

Данное исследование можно проводить с одним испытуемым или с группой не более 8–9 человек. В последнем случае участники исследования должны быть удобно рассажены за столами так, чтобы была обеспечена самостоятельность их решения задач. Условия каждой задачи экспериментатор записывает на доске или предъявляет на отдельных плакатах.

Инструкция испытуемому: «Вам будут предложены для решения арифметические задачи. Каждую задачу решайте на отдельном листке бумаги. Все действия, которые Вы совершаете в ходе решения задачи, записываете на этом же листке. Листок с решенной задачей переверните. Перевернутый листок – это знак экспериментатору о том, что Вы данную задачу решили. Время решения задач контролируется и ограничено двумя минутами. По прошествии двух минут экспериментатор скажет: «Стоп! Решение прекратить!». Для решения следующей задачи берите новый листок бумаги».

Арифметические задачи экспериментатор должен предъявлять, строго соблюдая их последовательность. Задачи приведены в приложении 5.

Специфика данного исследования предполагает, что экспериментатор будет следить за временем, потраченным испытуемым на решение каждой задачи, фиксируя его в протоколе, и сможет ненавязчиво проверять запись решения первых пяти задач. В случае необходимости дается индивидуальная

подсказка тем, кто первые пять задач затрудняется решать или неверно записывает их решение.

Суть подсказки состоит в том, чтобы напомнить, что воду можно только доливать и отливать с помощью сосудов. Следовательно, арифметические операции, отражающие действия с водой, – это сложение и вычитание. Если испытуемый пишет скобки, то это означает, что он пользуется иным сосудом, равным по объему числу, полученному в скобках, а это – нарушение условий задачи. Всех можно предупредить о том, что скобки при записи решения данных задач неправомерны. Также воду нельзя делить и умножать. Все действия состоят в доливании и отливании лишней воды с помощью сосудов указанных объемов.

При решении испытуемыми задач №№ 6 – 10 подсказывать ничего нельзя, равно нежелательно проверять способ их решения. Время решения испытуемыми каждой задачи контролируется экспериментатором по секундомеру в момент перевертывания испытуемым очередного листка с решением предъявлявшейся задачи и фиксируется в отдельном протоколе.

Обработка и анализ результатов

Обработка результатов производится путем сопоставления способов решения испытуемым экспериментальных задач с возможными способами их решения. На основании этого сопоставления устанавливают: характер выработки установки, чувствительность к установке, особенности ее фиксации, гибкость или ригидность мышления. Дополнительно можно охарактеризовать быстроту мышления.

Показатели быстроты мышления выводятся как среднеарифметическое время, затраченное на решения задач. Среднеарифметическое время решения первых пяти задач характеризует скорость выработки установки, а среднеарифметическое время решения последних пяти задач показывает зависимость поиска решения от установки. В последнем случае важно учитывать решена или нет задача № 10.

Характер выработки установки выясняется по тому, как испытуемый решал первые пять задач и с какой скоростью он это делал. Если испытуемый третью, четвертую и пятую задачи решил быстро установленным способом, от большего объема вычитал меньшее и без подсказок, то выработку установки считают оптимальной. Если испытуемому давались подсказки или он менял способы записи решения задачи, а также в случае большой величины показателя быстроты мышления первых пяти задач, то выработка установки была неоптимальной, шла с затруднением.

Степень чувствительности испытуемого к установке проверяется по способу решения задач № 6 и № 7. Если эти задачи решены установочным способом, т.е. из большей величины вычитается меньшая, то степень чувствительности к установке высокая.

Если одна из задач решена установочным способом, а другая – неустановочным, то чувствительность к установке средняя. Например, задача № 6 помимо установочного способа может быть решена так: $14-2-2=10$, а

задача № 7 вообще не требует вычисления, т.к. воду можно сразу лить объемом 10 литров.

Если обе задачи решены неустановочным способом, то можно констатировать слабую чувствительность испытуемого к установке.

Особенности фиксации установки определяются по способу решения испытуемым задач № 8 и № 9.

Если обе задачи под №№ 8 и 9 решены установочным способом, то установка фиксированная, а степень фиксации высокая.

Если одна из задач решалась установочным способом, а другая – неустановочным, то степень фиксированности характеризуется как средняя. Например, задачу № 8 возможно решить так: $12-3=9$, а задачу № 9 легко решить сложением, которое в логике переливания воды с помощью сосудов означает доливание, т.е. $12+3=15$.

Когда обе задачи решены неустановочным способом, тогда это свидетельство отсутствия фиксации установки. Однако данный вывод будет правомочным, если у испытуемого слабая чувствительность к установке. В противном случае фиксация установки слабая.

Определение ригидности или гибкости мышления производится по результату решения задачи № 10. Эта задача имеет одно, правильное неустановочное решение: $5+7=12$. Если испытуемый задачу решил, то его мышление – гибкое, независимо от чувствительности или фиксированности установки, поскольку он смог переориентироваться на поиск неустановочного способа решения.

Если последняя задача испытуемым не решена, и он продолжает действовать путем вычитания, то его мышление ригидно.

После обработки результатов исследования важно проанализировать связи между быстротой мышления как показателем его активности, характером выработки установки, степенью чувствительности к установке, особенностями фиксации и ригидностью либо гибкостью мышления.

Анализируя условия, при которых у испытуемого вырабатывается установка, следует обратить внимание на их постоянство – с одной стороны, и количество повторяемости одного и того же способа решения – с другой. То же относится и к особенностям фиксации установки.

В случаях обнаружения ригидности мышления необходимо продумать рекомендации испытуемым для развития его гибкости. Многие задачи решаются несколькими способами, поиск разных способов решения – это уже признак творчества. Можно настроить себя на этот поиск. Хорошо помогает в развитии гибкости тренировка смены представлений и решение специальных творческих задач. Для испытуемых с медленным мыслительным процессом составляются формулы настроя на быстроту работы. Показатели быстроты мышления улучшаются с опытом соревновательного взаимодействия с другими людьми. Однако следует иметь в виду, что полученные результаты быстроты мышления могут зависеть от самочувствия испытуемого во время эксперимента и от его заинтересованности исследованием.

Материал к работе «Исследование влияние
установки на способ решения задач»

Задачи

- № 1. Даны три сосуда объемом – 37, 21 и 3 литра; как отмерить ровно 10 литров воды?
- № 2. Даны три сосуда объемом – 37, 24 и 2 литра; как отмерить ровно 9 литров воды?
- № 3. Даны три сосуда объемом – 39, 22 и 2 литра; как отмерить ровно 13 литров воды?
- № 4. Даны три сосуда объемом – 38, 25 и 2 литра; как отмерить ровно 9 литров воды?
- № 5. Даны три сосуда объемом – 29, 14 и 2 литра; как отмерить ровно 11 литров воды?
- № 6. Даны три сосуда объемом – 28, 14 и 2 литра; как отмерить ровно 10 литров воды?
- № 7. Даны три сосуда объемом – 26, 10 и 3 литра; как отмерить ровно 10 литров воды?
- № 8. Даны три сосуда объемом – 27, 12 и 3 литра; как отмерить ровно 9 литров воды?
- № 9. Даны три сосуда объемом – 30, 12 и 3 литра; как отмерить ровно 15 литров воды?
- № 10. Даны три сосуда объемом – 28, 7 и 5 литров; как отмерить ровно 12 литров воды?

Работа 16. Исследование рефлексивности мышления

Цель исследования: определить уровень сформированности рефлексивности мышления.

Материал и оборудование: бланк с 15 анаграммами, бумага для записей, протокол исследования, ручка и секундомер.

Ход работы

Это исследование лучше проводить с одним испытуемым. Перед его началом испытуемому дается бланк с анаграммами (см. прил.14.1).

Экспериментатор должен позаботиться о том, чтобы удобно разместить испытуемого за столом, а самому контролировать время решения им каждой анаграммы, фиксируя его в протоколе.

Инструкция испытуемому: «Вам будут предложены анаграммы, т.е. слова, полученные путем перестановки входящих в них букв. Установите эти слова. Старайтесь работать быстро, время решения каждой анаграммы фиксируется. Решение записывается на листке бумаги. Начали!»

После окончания опыта экспериментатор спрашивает испытуемого о том, каким образом он решал анаграммы, обнаружил ли при этом

последовательности расположение букв и какие именно. Ответ испытуемого фиксируется в протоколе.

Обработка и анализ результатов

В ходе обработки результатов необходимо получить: показатели сформированности рефлексии, показатели времени решения задач и ранговый показатель сложности решенной анаграммы.

Чтобы получить показатель сформированности рефлексии, за каждую правильно решенную задачу ставится 1 балл и по одному баллу прибавляют за те задачи, которые были решены по обнаруженной испытуемым последовательности перестановки букв анаграммы.

Правильность решения анаграмм можно установить по таблице-ключу (см. ключ к данной работе). В ней порядок перестановки букв обозначен соответствующей цифрой, означающей номер буквы анаграммы.

Коэффициент сформированности рефлексии определяют путем деления набранных испытуемым баллов на их максимальное количество, в данном случае оно равно 29.

Показатели времени представляют собой среднее арифметическое время, затраченное на решения анаграмм. А показатели ранга соответствуют номеру самой сложной из решенных анаграмм.

При анализе результатов исследования в первую очередь важно определить стратегию решения испытуемым задач, выяснить, как содержательно протекал у него мыслительный процесс. Стратегия решения может быть:

a) хаотической, неупорядоченной, при которой решение отличается бессистемным поиском и выдвижением значительного количества замыслов, логически не связанных между собой; выдвигаемые при этом гипотезы не подвергаются окончательной проверке;

b) формально-алгоритмической, которая отличается последовательным перебором возможных вариантов решения с отдельными возвратами к ранее рассматривавшимся, при этом доминирует репродуктивное движение в содержательном плане и явно недостаточное регулирование – в смысловом;

c) содержательно-адаптивной, представляющей собой логически связанное движение по семантически значимым признакам, преобладающим является движение мысли в уровнях, образующих смысловую сферу, а именно – личностном и рефлексивном;

d) свернутой, для которой характерна сокращенность оценочных действий и слитность их с поисковыми, что позволяет довольно быстро находить верное решение.

Рефлексия мышления позволяет в ходе решения задач выработать наиболее эффективную стратегию и ускорить мыслительную деятельность. В предложенной методике рефлексивность проявляется в изменении стратегии решения в ходе выполнения задания, выявленном при анализе влияния предыдущего решения анаграммы на последующие.

Стоит обратить внимание на роль мыслительной деятельности в обучении. Высокий уровень развития свойств мышления, входящих в структуру обучаемости, обеспечивает легкость и быстроту анализа и обобщения признаков, существенных для решения проблем. Этот уровень рефлексивности выполняет функции контроля и оценки человеком собственных мыслительных действий, дает возможность обнаруживать и учитывать свои ошибки, оценивать правильность поисков новых путей решения задач. В исследовании об этом уровне свидетельствует показатель ранга, если он не ниже 12–13.

Уровень сформированности рефлексивности мышления устанавливаются по таблице 12, в которой буквой «К» обозначен коэффициент сформированности рефлексии.

Таблица 12 – Уровень сформированности рефлексивности мышления

«К»	Уровень сформированности рефлексивности мышления
0-0,3	Низкий
0,31-0,7	Средний
0,71-1,0	Высокий

Приложение 6

Материал к методике «Исследование рефлексивности мышления»

лбко	еравшн	окамднри
раяи	ркдети	лгнизомё
упкс	ашнрри	рбкадоле
гиар	лфжако	лкбуинак
тиго	ргпуап	торктыак

Работа 17. Изучение особенностей группового мышления

При взаимодействии людей в сложных условиях современной деятельности возникает необходимость перейти от индивидуального мышления к групповому. Сравнение результатов группового и индивидуального мышления не всегда бывает в пользу группового, хотя, казалось бы, увеличение количества умственных усилий должно привести к соответствующему повышению. Экспериментальные результаты показали, что интеллектуальная деятельность (особенно сложные ее формы) снижается даже в случаях простого присутствия других людей. Очевидно, в группах начинают действовать социально-психологические законы типа конформизма, адаптации к принятым в группе эталонам, уменьшение

индивидуального вклада каждого в общий результат деятельности при увеличении численности ствия – это реальность, и при свободном обсуждении результатов, отсутствии страха наказания и напряженности, равноправном положении всех участников дискуссии возможно не только повышение групповых результатов по сравнению с индивидуальными (вспомните русскую пословицу «Ум хорошо, а два лучше»), но и формулирование новых гипотез и принципов решения различных задач. Метод «мозгового штурма» основан на соблюдении именно этих условий, и он активно используется в современных бизнес-технологиях.

В предлагаемой методике «Кораблекрушение» (Кьелл. Рудестам, 1994) испытуемые должны оценить преимущества индивидуального или группового мышления при решении одной и той же задачи и проанализировать собственное поведение, например, степень активности при отстаивании своей точки зрения, эмоциональные реакции, скорость решения.

Цель работы: сравнительное исследование индивидуальных и групповых особенностей мышления.

Материал и оборудование: материал методики «Кораблекрушение» К.Рудестама, ручка, бумага для записей.

Ход работы

Опыт проводится в группах, состоящих из 4 –5 участников.

Инструкция испытуемым во втором опыте: «Условия решения задачи остаются теми же, но теперь Вы должны принять командное решение о значимости предметов для выживания и составить общий список».

Обработка и анализ результатов

В результате каждый испытуемый составляет два списка нужных предметов: индивидуальный и групповой. При сравнении этих списков с правильными контрольными ответами каждый из испытуемых определяет степень своих ошибочных действий. Для этого подчитывается разница между номером предмета в индивидуальном или в групповом списке и номером контрольного списка. Чем больше разница, тем больше цена ошибки. Например, если испытуемый ставит для карт Тихого океана цифру «5», считая их достаточно необходимыми, а в контрольном списке они стоят на цифре «13», цена ошибки составляет $13-5=8$ баллов. Подчитывается также общая сумма баллов по обоим спискам. Если сумма оказывается больше 60 баллов, испытуемым угрожает неудачное плавание.

Как уже оказывалось, каждый испытуемый оценивает преимущества индивидуального или группового мышления, а также – при помощи метода самонаблюдения – свое поведение при проведении дискуссии.

Домашнее задание

Ответьте на вопросы

1. Дайте определение понятию «мышление».
2. Раскройте основные характеристики мышления.

3. Опишите основные операции мышления.
4. Назовите и раскройте формы мышления.
5. Охарактеризуйте основные виды мышления по форме: наглядно-действенное, наглядно-образное и словесно-логическое.
6. Дайте определение другим видам мышления.
7. Что вы знаете о креативности мышления?
8. Охарактеризуйте понятие интеллект.
9. Раскройте понятие «проблемная ситуация». Что такое задача? Назовите структурные элементы задачи.
10. Охарактеризуйте основные этапы развития мышления по Ж. Пиаже.
11. Раскройте индивидуальные особенности мышления.

Практическое занятие № 5

Темы: Психология личности. Направленность как интегральная характеристика личности. Мотивация поведения человека. Виды мотивов. Темперамент. Характер

Работа 18. Исследование ригидности

Цель исследования: определение уровня ригидности.

Материал и оборудование: тест-опросник, разработанный Г. Айзенком.

Ход работы

Ригидность существенно влияет на различные психические процессы, а также на процесс мотивации, особенно когда требуется корректировать ее в связи с изменившейся ситуацией.

Инструкция испытуемому: «Перед Вами набор утверждений. Внимательно прочитайте каждое утверждение. Если Вы полностью с ним согласны, то рядом с номером утверждения поставьте 2 балла, если согласны в принципе – 1 балл, если не согласны – 0 баллов».

Опросник

1. Мне трудно менять привычки.	2	1	0
2. Я с трудом переключаю внимание.	2	1	0
3. Я очень настороженно отношусь ко всему новому.	2	1	0
4. Меня трудно переубедить.	2	1	0
5. Нередко у меня не выходят из головы мысли, от которых следовало бы освободиться.	2	1	0
6. Я трудно сближаюсь с людьми.	2	1	0
7. Меня расстраивают даже незначительные нарушения	2	1	0

плана.			
8. Нередко я проявляю упрямство.	2	1	0
9. Я неохотно иду на риск.	2	1	0
10. Я резко переживаю отклонения от принятого мною режима.	2	1	0

Обработка и анализ результатов

После заполнения опросника подсчитывается сумма баллов, проставленных в соответствии с инструкцией. При сумме 0 – 7 баллов – ригидности нет, присуща легкая переключаемость с одной установки на другую. При сумме 8 – 14 баллов – средний уровень ригидности. При сумме 15 – 20 баллов – сильно выраженная ригидность, принятый план действия или поступка меняется под влиянием новых обстоятельств с большим трудом.

При анализе результатов и подготовке коррекционных рекомендаций, следует учесть, что ригидный человек с трудом отходит от сложившейся у него стратегии поведения и принимаемое им решение и формулируемый мотив не всегда адекватны ситуации.

Работа 19. Исследование типа темперамента

Цель исследования: определить уровни экстраверсии, интроверсии, эмоциональной устойчивости и тип темперамента.

Материал и оборудование: тест-опросник Г. Айзенка, состоящий из 57 вопросов (см. прил. 7), бланк для ответов, ручка или карандаш.

Ход работы

Исследование типа темперамента можно проводить и с одним испытуемым и с небольшой группой. В последнем случае должна быть обеспечена строгая самостоятельность ответов участников тестирования. Количество текстов опросника и бланков должно соответствовать количеству опрашиваемых.

Бланк для ответов представляет собой лист с напечатанными на нем номерами вопросов от 1 до 57 и расположенной рядом с номерами колонкой для ответов «да» или «нет».

В задачи экспериментатора входит раздача опросников, бланков, ручек или карандашей и чтение инструкции.

Инструкция испытуемому: «Вам предлагается ответить на 57 вопросов. Внимательно читайте эти вопросы и по ходу чтения в бланке проставляйте Ваш ответ, который может быть либо «Да» либо «Нет». Постарайтесь представить те пичные ситуации и дайте первый «естественный» ответ без долгих раздумий. Помните, нет “хороших” и “плохих” ответов. Выбранный Вами ответ на вопрос запишите в бланке для ответов против соответствующего номера. Старайтесь не оставлять вопросы без ответа».

Обработка и анализ результатов

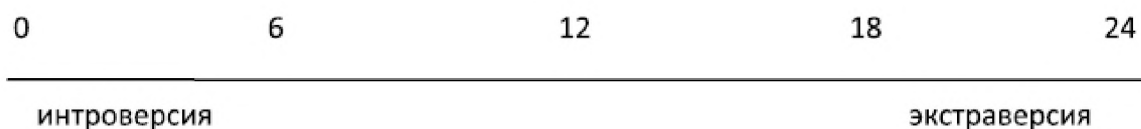
Для выявления типа темперамента необходимо определить величины показателей экстраверсии и нейротизма. А для оценки надежности этих показателей подсчитывают величину показателя искренности. Величина показателей измеряется в баллах, подсчитываемых как количество совпадений ответов испытуемого с ключом (см. ключ к данной методике в прил. 10).

Вторым шагом в ходе обработки результатов является построение схемы типов темперамента.

Темперамент и его основные свойства можно представить в виде точки проекции величины экстраверсии и эмоциональной устойчивости, полученной путем пересечения перпендикуляров, восстановленных к соответствующим значениям осей (см. рисунок 3).

Результаты имеет смысл анализировать, если ответы испытуемого были достаточно искренними и величина индекса «И» не превышает 4 балла.

По мнению Г. Айзенка, сочетания экстраверсии–интроверсии и нейротизма–эмоциональной устойчивости будучи свойствами темперамента, определяют его тип. Свойства экстраверсии и интроверсии противоположны; равно как и вторая пара, то есть нейротизм–эмоциональная устойчивость. Их можно представить на континууме, где величина 0–12 означают отсутствие экстраверсии «Э», то есть интроверсию, а величины 13–24 – ее выраженность.



Уровень экстраверсии устанавливают с помощью следующей шкалы (таблица 13).

Таблица 13 – Уровни экстраверсии и интроверсии

Индекс экстраверсии «Э»	Уровень экстраверсии-интроверсии
0-6	Высокая интроверсия
7-12	Средняя интроверсия
13-18	Средняя экстраверсия
19-24	Высокая экстраверсия

Аналогичное соотношение имеют полярные свойства нейротизма–эмоциональной устойчивости. Их уровни определяются на основе тех же интервалов, что и уровни экстраверсии–интроверсии.

В общем смысле *экстраверсия* – это направленность личности на окружающих людей и события, интроверсия – направленность личности на

ее внутренний мир, а нейротизм – понятие, синонимичное тревожности, проявляется как эмоциональная неустойчивость, напряженность, эмоциональная возбудимость, депрессивность.

Динамическое проявление этих свойств связано со скоростью выработки условных рефлексов, их прочностью, балансом процессов возбуждения-торможения в центральной нервной системе и уровнем активации коры головного мозга со стороны ретикулярной формации.

Так, экстраверт, по сравнению с интровертом, быстрее вырабатывает условные рефлексы, обладает большей терпимостью к боли, но меньшей терпимостью к сенсорной депривации, вследствие чего не переносит монотонности, чаще отвлекается во время работы. Типичными поведенческими проявлениями экстраверта являются общительность, импульсивность, недостаточный самоконтроль, хорошая приспособляемость к среде, открытость в чувствах. Он отзывчив, жизнерадостен, уверен в себе, стремится к лидерству, имеет много друзей, несдержан, стремится к развлечениям, любит рисковать, остроумен, не всегда обязателен.

Интроверта можно узнать по ряду особенностей поведения. Он часто погружен в себя, испытывает трудности, устанавливая контакты с людьми и адаптируясь к реальности. В большинстве случаев интроверт спокоен, уравновешен, миролюбив, его действия продуманны и рациональны. Круг друзей у него невелик. Интроверт любит планировать будущее, задумываясь над тем, что и как будет делать, не склонен поддаваться моментным побуждениям, пессимистичен, не любит волнений, придерживается заведенного жизненного порядка. Он контролирует свои чувства и ведет себя агрессивно, обязателен.

На одном полюсе нейротизма (высокий уровень) находятся так называемые нейротики, отличающиеся нестабильностью, неуравновешенностью нервно-психических процессов, эмоциональной неустойчивостью, а также лабильностью вегетативной нервной системы. Поэтому они легко возбудимы, для них характерна изменчивость настроения, чувствительность, а также тревожность, мнительность, медлительность, нерешительность.

Другой полюс нейротизма (низкий уровень) – это эмоционально стабильные лица, характеризующиеся спокойствием, уравновешенностью, решительностью.

Вслед за характеристикой вышеприведенных пар свойств темперамента можно приступить к характеристике типов темперамента.

Типы темперамента представлены на рисунке 3.

Тип темперамента определяется в точках пересечения показателей экстраверсии и нейротизма, расположенных на соответствующих осях шкал в том или ином октанте. При этом темпераменту сангвиника соответствует экстраверсия и эмоциональная устойчивость, холерика – экстраверсия и нейротизм, то есть эмоциональная неустойчивость, флегматика – интроверсия и эмоциональная устойчивость, а меланхолика – интроверсия и нейротизм.

Если точка пересечения перпендикуляров попала в площадь малого круга радиусом в 6 единиц, то тип темперамента у испытуемого слабо выражен, а если она находится в пределах разности площадей большого и малого кругов – то тип темперамента ярко выражен.

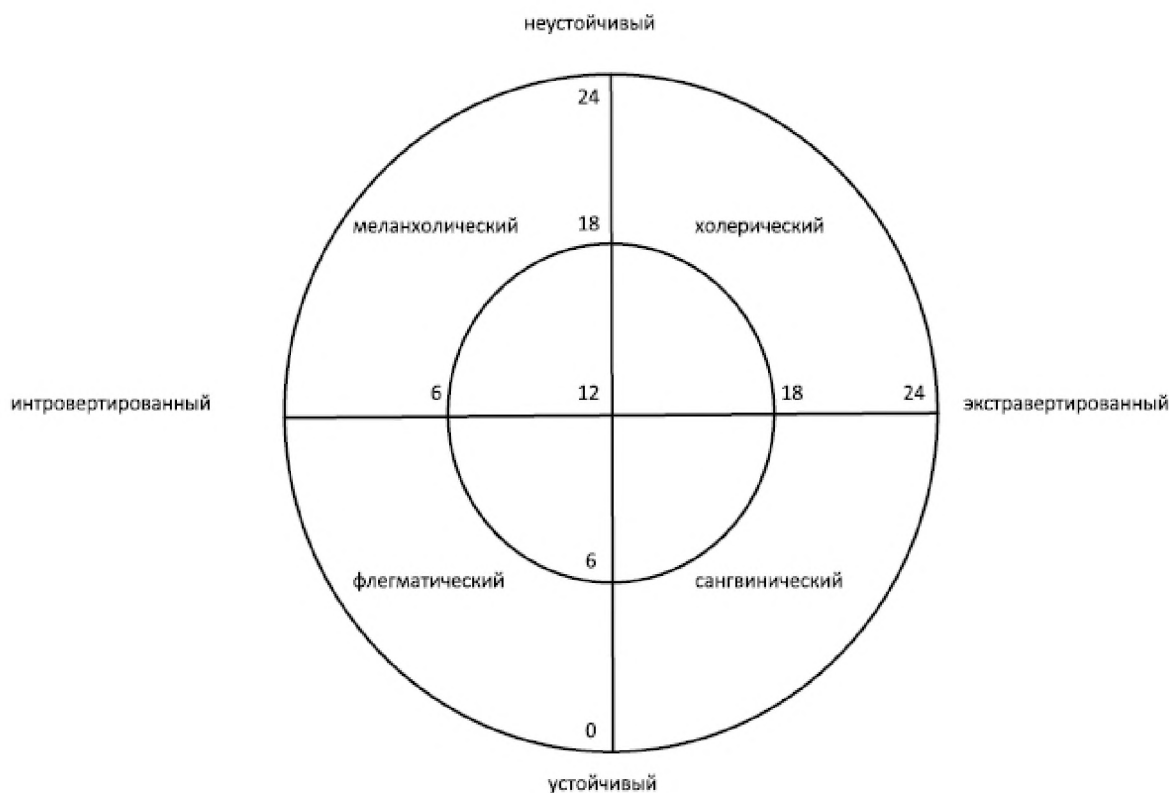


Рисунок 3 - Графическая модель Г.Айзенка для определения типа темперамента

Темперамент во многом определяет особенности характера человека. Сангвиники обычно бывают общительными открытыми, разговорчивыми, живыми, инициативными, но часто беззаботными и не всегда склонны доводить начатое дело до конца. У холериков часты смены настроения, они активны, но в то же время импульсивны, бывают обидчивыми и агрессивными и в большинстве своем оптимистичны. В темпераменте флегматика особенно заметна размеренность, спокойствие, надежность. Они миролюбивы, но отличаются пассивностью. Меланхолики – это очень чувствительные люди, обычно наблюдательны, но потому тревожны, малообщительны, быстро раздражаются и много переживают, пессимистичны.

Понимая значение темперамента в регуляции динамики психической деятельности и в сохранении жизненных констант организма, можно продумать рекомендации для развития ряда свойств темперамента испытуемого посредством коррекции некоторых черт характера.

Например, в сангвиниках важно поощрять трудолюбие, склонность к новизне, но при этом нужно контролировать нагрузки, чтобы они были в разумных пределах. Им следует тренировать дисциплинированность и учиться деловым контактам и четкости.

Холерикам с их выраженными лидерскими достоинствами желательно следить за позитивностью отношений с окружающими, не «выяснять отношений» в моменты конфликтов, а обсуждать возникшие проблемы позже, в спокойной ситуации, контролировать стремление подчинять себе других людей, направить усилия на собственное эстетическое воспитание.

Трудолюбивым флегматикам стоит порекомендовать тренировать свой социальный интеллект (понимание людей, наблюдательность за переживаниями других, налаживание контактов и т.п.). В ряде случаев из-за скромности у них не всегда адекватная самооценка, которую в этих случаях важно повысить.

Меланхоликам с их вдумчивостью и повышенной сензитивностью не стоит спешить включаться в виды деятельности и общения, где жесткая субординация. Им тоже нужно контролировать и рефлексировать свое отношение к другим (особенно избегать сильной веры в чей-то авторитет), не страиваться на успех в работе, а для этого рассчитывать сроки выполнения ее отдельных звеньев или частей. Для развития контактности и общительности желательно брать общественные нагрузки, позволяющие вступать в разные взаимоотношения с другими людьми, стараться участвовать в разных мероприятиях, выступать с докладами на конференциях.

Приложение 7

Тест-опросник Г. Айзенка (к работе «Исследование типа темперамента»)

1. Часто ли Вы испытываете тягу к новым впечатлениям, чтобы отвлечься, испытать сильные ощущения?
2. Часто ли Вы чувствуете, что нуждаетесь в друзьях, которые могут Вас понять, ободрить, выразить сочувствие?
3. Считаете ли Вы себя беззаботным человеком?
4. Очень ли Вам трудно отказываться от своих намерений?
5. Вы обдумываете свои дела не спеша и предпочитаете подождать, прежде чем действовать?
6. Всегда ли Вы сдерживаете свои обещания, даже если, это Вам невыгодно?
7. Часто у Вас бывают спады и подъемы настроения?
8. Вы обычно действуете и говорите без долгого обдумывания?
9. Возникало ли у Вас когда-нибудь чувство, что Вы несчастны, хотя никакой серьезной причины для этого не было?
10. Верно ли, что на спор Вы сделали бы почти все, что угодно?
11. Смущаетесь ли Вы, когда хотите познакомиться с человеком противоположного пола, который симпатичен Вам?

12. Бывает ли, что, разозлившись, Вы выходите из себя?
13. Часто ли Вы действуете под влиянием минутного настроения?
14. Часто ли Вы беспокоитесь из-за того, что сделали или сказали что-либо, чего не следовало?
15. Вы обычно предпочитаете чтение книг встречам с людьми?
16. Верно ли, что Вас легко обидеть?
17. Любите ли Вы часто бывать в компаниях?
18. Бывают ли у Вас мысли, которыми Вам хотелось бы делиться с другими людьми?
19. Верно ли, что Вы иногда настолько полны энергии, что все «горит» в руках, а иногда совсем вялы?
20. Стараетесь ли Вы ограничить круг своих знакомств небольшим числом самых близких друзей?
21. Вы много мечтаете?
22. Когда на Вас кричат, Вы отвечаете тем же?
23. Вас часто беспокоит чувство вины?
24. Все ли Ваши привычки хороши?
25. Способны ли Вы дать волю своим чувствам и всю повеселиться в компании?
26. Можно ли сказать, что нервы у Вас часто бывают напряжены до предела?
27. Считают ли Вас человеком живым и веселым?
28. После того как дело сделано, часто ли Вы возвращаетесь к нему и думаете, что могли бы сделать лучше?
29. Верно ли, что Вы обычно молчаливы и сдержаны, когда находитесь среди людей?
30. Бывает ли, что Вы передаете слухи?
31. Бывает ли, что Вам не спится из-за того, что в голову лезут разные мысли?
32. Верно ли, что Вы предпочтете узнать о чем-то в книге, нежели спросить об этом у других людей?
33. Бывают ли у Вас сильные сердцебиения?
34. Нравится ли Вам работа, требующая напряженного внимания?
35. Бывают ли у Вас приступы дрожи?
36. Верно ли, что Вы всегда говорите о знакомых Вам людях только хорошее, даже тогда, когда уверены, что они об этом не узнают?
37. Верно ли, что Вам неприятно бывать в компании, где постоянно подшучивают друг над другом?
38. Верно ли, что Вы раздражительны?
39. Нравится ли Вам работа, требующая быстроты действия?
40. Верно ли, что Вам нередко не дают покоя мысли о разных неприятностях и ужасах[†], которые могли бы произойти, хотя все кончилось благополучно?
41. Верно ли, что Вы неторопливы в движениях?
42. Вы когда-нибудь опаздывали на свидание или работу?

43. Вам часто снятся кошмары?
44. Верно ли, что Вы любитель поговорить, что никогда не упустите удобного случая побеседовать с незнакомым человеком?
45. Беспокоят ли Вас какие-нибудь боли?
46. Вы сильно бы огорчились, если бы долго не смогли видеться со своими друзьями?
47. Можете ли Вы назвать себя нервным человеком?
48. Есть ли среди Ваших знакомых такие, которые Вам явно не нравятся?
49. Могли бы Вы сказать, что Вы уверенный в себе человек?
50. Легко ли Вас задевает критика Ваших недостатков или недостатков Вашей работы?
51. Вы считаете, что трудно получить настоящее удовольствие от мероприятий, в которых много участников?
52. Беспокоит ли Вас чувство, что Вы чем-то хуже других?
53. Вы легко бы сумели внести оживление в скучную компанию?
54. Бывает ли, что Вы говорите о вещах, в которых не разбираетесь?
55. Беспокоитесь ли Вы о своем здоровье?
56. Вы любите подшучивать над другими?
57. Страдаете ли Вы от бессонницы?

Работа 20. Исследование свойств темперамента

Цель исследования: определить уровни эргичности, пластичности, темпа и эмоциональности как свойств темперамента.

Материал и оборудование: тест-опросник В.М. Русалова, состоящий из 105 вопросов, бланк для ответов, ручка.

Ход работы

Исследование свойств темперамента с помощью тест-опросника можно проводить как с одним испытуемым, так и с группой. При работе с группой каждый должен быть обеспечен текстом опросника (см. прил. 8) и бланком для ответов. В задачи экспериментатора входит обеспечение условий самостоятельности ответов испытуемых.

Инструкция испытуемому: «Вам предлагается ответить на 105 вопросов. Вопросы направлены на выявление Вашего обычного способа поведения. Постарайтесь представить типичные ситуации и дайте первый «естественный» ответ, который придет Вам в голову.

Отвечайте быстро и точно. Помните, нет «хороших» или «плохих» ответов. Если Вы выбрали ответ «да», поставьте крестик (или галочку) в графе «да» на бланке для ответов возле соответствующего номера вопроса. Если Вы выбрали ответ «нет», поставьте крестик (галочку) соответственно в графе «нет»».

Бланк для ответов на тест-опросник заготавливают на стандартных листах бумаги или на длинных полосах шириной 6–7 см. Ориентировочная структура может выглядеть следующим образом (таблица 14).

Таблица 14

№ вопроса	Ответы		№ вопроса	Ответы	
	Да	Нет		Да	Нет
1.			...		
2.			...		
3.			103		
...			104		
...			105		

Обработка результатов

Цель обработки результатов – получение ряда показателей свойств темперамента: эргичности, социальной эргичности, пластичности, социальной пластичности, темпа, социального темпа, эмоциональности, социальной эмоциональности и контроля по вопросам на социальную желательность. Величины вышеназванных показателей подсчитываются по количеству совпадений с ответами «да» и «нет», приведенными в ключе (см. ключ к работе в прил. 10).

Обработка и анализ результатов

Ответы на данный тест-опросник позволяют охарактеризовать темперамент как систему формальных поведенческих изменений, отражающих 4-блочную структуру функциональной системы человека:

- блок афферентного синтеза, которому соответствует эргичность;
- блок программирования, который представлен пластичностью;
- блок исполнений, которому соответствует темп;
- блок обратной связи, которому соответствует эмоциональная чувствительность.

В каждой шкале темперамента выделены две подшкалы: предметно-ориентированная и субъективно-ориентированная (или коммуникативная). Они отражают две сферы взаимосвязи человека со средой: предметный мир и общество, то есть деятельность и общение.

Показатель «Эр» – предметная эргичность характеризует уровень потребности человека в освоении предметного мира, жажду деятельности, стремление к умственному и физическому труду, степень вовлеченности в трудовую деятельность.

Показатель «СЭр» – социальная эргичность – отражает уровень потребности в социальных контактах, свидетельствует о направленности на освоение социальных форм деятельности, стремлении к лидерству, общительности и вовлеченности в социальную деятельность.

Показатель «П» – пластичность. Это показатель степени легкости или, наоборот, трудности переключения с одного предмета на другой, быстроты перехода с одних способов мышления на другие в процессе взаимодействия с предметной средой, стремления к разнообразию форм предметной деятельности.

Показатель «СП» – социальная пластичность помогает выяснять степень легкости или трудности переключения внимания в процессе общения с одного человека на другого, склонность к разнообразию коммуникативных программ и готовых форм социального контакта.

Показатель «Т» – темп представляет скоростные особенности человека. Он свидетельствует о скорости выполнения отдельных операций, быстроте моторно-двигательных актов при выполнении предметной деятельности.

Показатель «СТ» – социальный темп. С его помощью можно установить скоростные характеристики речедвигательных актов в процессе общения.

Показатель «Эм» – эмоциональность. Он предназначен для того, чтобы оценить эмоциональную чувствительность к несовпадению (расхождению) между задуманным, ожидаемым, планируемым и результатами реального предметного действия, чувствительность к неудачам в работе.

Показатель «СЭм» – социальная эмоциональность, эмоциональная чувствительность в коммуникативной сфере, например, к неудачам в общении, к оценкам окружающих людей.

Показатель контроля социальной желательности «К» – это показатель искренности ответов. Чем выше показатель «К», тем меньше искренности, и, наоборот, чем он ниже, тем более достоверными считаются другие показатели темперамента. Считается, что отвечающий был искренним и честным сам с собой, если «К» не превышает 5.

Уровень каждого из исследуемых свойств темперамента оценивается отдельно. При этом, если тот или иной показатель имеет величину в пределах 0–3, то это свидетельствует о низком уровне, если 4–8 – среднем, и если 9–12 – высоким.

Знание студентами свойств собственного темперамента поможет им лучше прогнозировать свое поведение, рассчитывать сроки выполнения взятых на себя заданий, понимать причины сложностей во взаимоотношениях с людьми. А желающие самосовершенствоваться смогут лучше сориентироваться в том, на какие стороны своего поведения им следует в первую очередь обратить внимание.

Исследование свойств темперамента может служить уточняющим средством, если возникли сомнения в диагностике типа темперамента предпринятые с помощью других методик. Если при этом уточняются данные исследования задания № 39, то на этот тест

опросник желательно отвечать не ранее, чем через неделю после заполнения опросника Г. Айзенка.

Тест-опросник В.М. Русалова
(к работе «Исследование свойств темперамента»)

1. Подвижный ли Вы человек?
2. Всегда ли Вы готовы с ходу, не раздумывая, включиться в разговор?
3. Предпочитаете ли Вы уединение большой компании?
4. Испытываете ли Вы постоянную жажду деятельности?
5. Ваша речь обычно медленна и нетороплива?
6. Ранимый ли Вы человек?
7. Часто ли Вам не спится из-за того, что Вы поспорили с друзьями?
8. В свободное время Вам всегда хочется заняться чем-либо?
9. В разговоре с другими людьми Ваша речь часто опережает Вашу мысль?
10. Раздражает ли Вас быстрая речь собеседника?
11. Чувствовали бы Вы себя несчастным человеком, если бы на длительное время были лишены возможности общения с людьми?
12. Вы когда-нибудь опаздывали на свидание или на работу?
13. Нравится ли Вам быстро бегать?
14. Сильно ли Вы переживаете неполадки в своей работе?
15. Легко ли Вам выполнять работу, требующую длительного внимания и большой сосредоточенности?
16. Трудно ли Вам говорить очень быстро?
17. Часто ли вы испытываете тревоги, что выполнили работу не так, как нужно?
18. Часто ли Ваши мысли перескакивают с одной на другую во время разговора?
19. Нравятся ли Вам игры, требующие быстроты и ловкости?
20. Легко ли Вы можете найти другие варианты решения известной задачи?
21. Испытываете ли Вы чувство беспокойства, что Вас неправильно поняли в разговоре?
22. Охотно ли Вы выполняете сложную, ответственную работу?
23. Бывает ли, что Вы говорите о вещах, в которых не разбираетесь?
24. Легко ли Вы воспринимаете быструю речь?
25. Легко ли Вам делать одновременно очень много дел?
26. Возникают ли у Вас конфликты с Вашими друзьями из-за того, что Вы сказали им что-то, не подумав заранее?
27. Вы предпочитаете делать несложные дела, не требующие от Вас большой энергии?
28. Легко ли Вы расстраиваетесь, когда обнаруживаете незначительные недостатки в своей работе?
29. Любите ли Вы сидячую работу?
30. Легко ли Вам общаться с разными людьми?

31. Вы обычно предпочитаете подумать, взвесить и, лишь потом, высказаться?
32. Все ли Ваши привычки хороши и желательны?
33. Быстры ли у Вас движения рук?
34. Вы обычно молчите и не вступаете в контакты, когда находитесь в обществе малознакомых людей?
35. Легко ли Вам переключиться от одного варианта решения задачи на другой?
36. Склонны ли Вы иногда преувеличивать в своем воображении негативное отношение близких Вам людей?
37. Разговорчивый ли Вы человек?
38. Вам обычно легко выполнять дело, требующее мгновенных реакций?
39. Вы обычно говорите свободно, без запинок?
40. Беспокоят ли Вас страхи, что Вы не справитесь с работой?
41. Легко ли Вы обижаетесь, когда близкие люди указывают на Ваши личные недостатки?
42. Испытываете ли Вы тягу к напряженной, ответственной деятельности?
43. Считаете ли Вы свои движения медленными и неторопливыми?
44. Бывают ли у Вас мысли, которые Вы хотели бы скрыть от других?
45. Можете ли Вы без долгих раздумий задать щекотливый вопрос другому человеку?
46. Доставляют ли Вам удовольствие быстрые движения?
47. Легко ли Вы «генерируете» новые идеи?
48. Сосет ли у Вас под ложечкой перед ответственным разговором?
49. Можно ли сказать, что Вы быстро выполняете порученное Вам дело?
50. Любите ли Вы браться за большие дела самостоятельно?
51. Богатая ли у Вас мимика в разговоре?
52. Если Вы обещали что-то сделать, всегда ли Вы выполняете свое обещание независимо от того, удобно Вам это или нет?
53. Испытываете ли Вы чувство обиды от того, что окружающие Вас люди обходятся с Вами хуже, чем следовало бы?
54. Вы обычно предпочитаете выполнять одновременно только одну операцию?
55. Любите ли Вы игры в быстром темпе?
56. Много ли в Вашей речи длительных пауз?
57. Легко ли Вам внести оживление в компанию?
58. Вы обычно чувствуете в себе избыток сил, и Вам хочется заняться каким-нибудь трудным делом?
59. Обычно Вам трудно переключить внимание с одного дела на другое?
60. Бывает ли, что у Вас надолго портится настроение от того, что сорвалось запланированное дело?

61. Часто ли Вам не спится из-за того, что не ладятся дела, связанные непосредственно с работой?
62. Любите ли Вы бывать в большой компании?
63. Волнуетесь ли Вы, выясняя отношения с друзьями?
64. Испытываете ли Вы потребность в работе, требующей полной отдачи сил?
65. Выходите ли Вы иногда из себя, злитесь?
66. Склонны ли Вы решать много задач одновременно?
67. Держитесь ли Вы свободно в большой компании?
68. Часто ли Вы высказываете свое первое впечатление, не подумав?
69. Беспокоит ли Вас чувство неуверенности в процессе выполнения работы?
70. Медленны ли Ваши движения, когда Вы что-то мастерите?
71. Легко ли Вы переключаетесь с одной работы на другую?
72. Быстро ли Вы читаете вслух?
73. Вы иногда сплетничаете?
74. Молчаливы ли Вы, находясь в кругу друзей?
75. Нуждаетесь ли Вы в людях, которые бы Вас ободрили и утешили?
76. Охотно ли Вы выполняете множество разных поручений одновременно?
77. Охотно ли Вы выполняете работу в быстром темпе?
78. В свободное время Вас обычно тянет пообщаться с людьми?
79. Часто ли у Вас бывает бессонница при неудачах на работе?
80. Дрожат ли у Вас иногда руки во время ссоры?
81. Долго ли Вы мысленно готовитесь перед тем, как высказать свое мнение?
82. Есть ли среди Ваших знакомых люди, которые Вам явно не нравятся?
83. Обычно Вы предпочитаете легкую работу?
84. Легко ли Вас обидеть в разговоре по пустякам?
85. Обычно Вы первым в компании решаетесь начать разговор?
86. Испытываете ли Вы тягу к людям?
87. Склонны ли Вы вначале поразмыслить, а потом говорить?
88. Часто ли Вы волнуетесь по поводу своей работы?
89. Всегда ли Вы платили бы за провоз багажа на транспорте, если бы не опасались проверки?
90. Держитесь ли Вы обычно обособленно на вечеринках или в компаниях?
91. Склонны ли Вы преувеличивать в своем воображении неудачи, связанные с работой?
92. Нравится ли Вам быстро говорить?
93. Легко ли Вам удержаться от высказывания неожиданно возникшей идеи?
94. Предпочитаете ли Вы работать медленно?
95. Переживаете ли Вы из-за малейших неполадок на работе?

96. Вы предпочитаете медленный? спокойный разговор?
97. Часто ли Вы волнуетесь из-за ошибок в работе, которые были Вами допущены?
98. Способны ли Вы успешно выполнять длительную трудовую работу?
99. Можете ли Вы, недолго думая, обратиться с просьбой к другому человеку?
100. Часто ли Вас беспокоит чувство неуверенное себе при общении с людьми?
101. Легко ли Вы беретесь за выполнение новых заданий?
102. Устаете ли Вы, когда Вам приходится говорить долго?
103. Вы предпочитаете работать с прохладцей, без особого напряжения?
104. Нравится ли Вам разнообразная работа, требующая переключения внимания?
105. Любите ли Вы подолгу бывать наедине с собой?

Работа 21. Исследование склонности к риску

Цель исследования: оценить склонность к риску.

Материал и оборудование: опросник А.Г. Шмелева, бланк для ответа и ручка.

Ход работы

При исследовании возможен как индивидуальный, так и групповой варианты работы. В последнем случае важно обеспечить независимость ответов испытуемых. Каждый получает текст опросника с инструкцией и бланк для ответов, состоящий из номеров вопросов и расположенной рядом графы для ответов (см. прил. 9).

Инструкция испытуемому: «Перед Вами набор утверждений. Внимательно прочитайте каждое утверждение и решите, верно ли оно по отношению к Вам. Если верно, то в листе ответов против номера этого утверждения поставьте знак «плюс» (+), а если неверно – «минус» (-).

Обработка и анализ результатов

Цель обработки результатов – получить показатель ве личины склонности к риску как черты характера. Показатель подсчитывают по числу совпадений ответов на утверждения с ключом шкалы склонности к риску (см. прил. 10).

Для оценки отношения испытуемого к исследованию в опроснике заданы утверждения, согласие с которыми сви детельствует об искренности отвечающего, а несогласие – о неискренности.

Показатель совпадений ответов по второй шкале, рав ный 8, 9 или 10, свидетельствует о недостоверности резуль татов тестирования. В этом случае тестирование нужно повторить, обратив дополнительное внимание испытуемого на инструкцию.

Анализ склонности к риску как черты характера имеет важное значение для психологического прогнозирования процессов принятия решения в ситуации неопределенности. В ходе анализа результатов следует ориентироваться на то, что показатель склонности к риску может варьировать от 0 до 40. Чем больше величина показателя, тем выше склонность к риску.

Если показатель склонности к риску составляет 30 и более единиц, то ее уровень является высоким, такого человека можно назвать рискующим при условии, что его ответы были достаточно искренними. Если показатель в границах от 11 до 29 – склонность к риску средняя, а если меньше, чем 11, то уровень риска низкий, такой человек не любит рисковать, и его можно назвать осмотрительным.

Во время интерпретации результатов следует принять во внимание, что большая склонность к риску свидетельствует не только о решительности, но может вести и к авантюризму.

Приложение 9

Тест-опросник А.Г. Шмелева (к работе «Исследование склонности к риску»)

1. Я часто говорю до того, как обдумать сказанное.
2. Мне нравится быстрая езда.
3. Я часто меняю свои интересы и увлечения.
4. Лучший способ приобрести настоящих друзей – говорить людям то, что о них думаешь.
5. Во множестве случаев вопрос на экзамене может быть поставлен так, что он оказывается совершенно не связанным с программой, и вся подготовка оказывается бесполезной.
6. Жизнь без опасностей мне не кажется слишком скучной.
7. Если хочешь занять высокое положение по службе, следуй пословице «Тише едешь – дальше будешь».
8. Азартные игры мешают развитию у человека чувства ответственности за то, чтобы принимать продуманные решения.
9. Я быстрее испытываю скуку от какого-либо занятия, чем большинство людей, делающих то же самое.
10. Я лучше пройду пешком две-три остановки, когда тороплюсь, а автобуса долго нет, хотя знаю, что автобус меня догонит, вместо того, чтобы ждать.
11. Мне интересно сделать так, чтобы подзадорить кого-нибудь.
12. Только неожиданные обстоятельства и некоторое чувство опасности позволяют мне мобилизовать свои силы.
13. Я не получаю удовольствия от ощущения риска.
14. Только по-настоящему смелые действия позволяют человеку получить известность и признание.
15. Мне неприятны те лица, которые из-за собственной прихоти превращают серьезные дела в легкомысленные игры.

16. Когда я вырабатываю конкретный план действий, я почти всегда уверен (уверена), что мне удастся его осуществить.
17. Когда на небе светит солнце, я никогда не беру с собой на прогулку зонт, даже если прогноз обещает дождь.
18. Я часто стремлюсь испытать возбуждение.
19. Мне неприятно, когда мне навязывают пари, даже если я полностью уверен (уверена) в своем мнении по дан ному вопросу.
20. В некоторых случаях я не остановлюсь перед тем, чтобы солгать, если мне нужно произвести хорошее впечатление.
21. По-настоящему умный человек избегает скороспелых решений – он умеет дождаться таких моментов, когда действовать можно наверняка.
22. Я не считаю, что трюки, выполняемые цирковыми акробатами, без страховочного пояса, выглядят более впечатляющими.
23. Я предпочитаю работу, включающую перемены к путешествиям, даже если она может быть небезопасной.
24. Я всегда плачу за провоз багажа на транспорте, даже если не опасаясь проверки.
25. Я думаю, что стоит верить в свой шанс, даже когда перевес не на моей стороне.
26. В творческом деле главное – это дерзкий замысел, пусть даже в результате нас ждет неудача из-за нелепых случайностей.
27. Я не пожалею денег ради того, чтобы в нужный момент выглядеть состоятельным и привлекательным человеком.
28. Когда при встрече мой знакомый на меня не смотрит, я не стану навязывать ему свое общение и здороваться первым.
29. Большинство людей не понимает, до какой степени их судьба зависит от случая.
30. Если при покупке автомобиля мне придется выбирать между скоростью и комфортом, с одной стороны, и безопасностью, с другой, я выберу безопасность.
31. Я чувствую себя лучше всего, когда испытываю острое увлечение какой-либо затеей.
32. Я предпочитаю приобретать такую одежду, про которую я твердо знаю, что она надежна и выглядит хорошо независимо от скачков моды.
33. Когда я играю в различные игры, я люблю взять инициативу на себя, даже зная, что противник только и ждет этого.
34. Во время путешествий я люблю отклоняться от известных маршрутов.
35. Я часто попадаю в такие ситуации, из которых мне хочется поскорее выбраться.
36. Если я даю обещание, то практически всегда сдерживаю его, независимо от того, удобно мне это или нет.
37. Если мой непосредственный начальник будет «зажимать» мои новаторские идеи, у меня хватит смелости довести их до сведения руководителя более высокого ранга.

38. Азартные игры развивают у человека способность принимать смелые решения в сложных жизненных ситуациях.
39. Когда я читаю остросюжетную книгу, я никогда не тороплюсь быстрее узнать, чем все кончится, и с удовольствием читаю по порядку.
40. Мне понравилось бы прыгать с парашютом.
41. Лучший способ вызвать искреннее отношение к себе – доверять людям.
42. Я чувствую себя лучше всего, когда испытываю ощущение покоя и комфорта.
43. Мне бывает гораздо труднее купить одну дорогую вещь, чем ряд дешевых вещей той же суммарной стоимости.
44. Если я играю, то я предпочитаю играть или спорить на что-нибудь.
45. Люди слишком часто безрассудно тратят собственное здоровье, переоценивая его запасы.
46. Если мне не грозит штраф, то я перехожу улицу, там, где удобно, а не там, где положено.
47. Я не рискую покупать одежду без примерки.
48. Только смелый человек способен на подлинно благородное отношение к людям, независимо от того, как они относятся к нему.
49. В командной игре важнее всего взаимная подстраховка.
50. В жизни людям на самом деле очень часто приходится играть в опасную игру «пан или пропал».

Работа 22. Исследование волевой саморегуляции

Цель исследования: определить уровень развития волевой саморегуляции.

Материал и оборудование: тест-опросник А.В. Зверькова и Е.В. Эйдмана, бланк для ответов и ручка.

Ход работы

Исследование волевой саморегуляции с помощью тестопросника проводится либо с одним испытуемым, либо с группой. Чтобы обеспечить независимость ответов испытуемых, каждый получает текст опросника, бланк для ответов, на котором напечатаны номера вопросов и графа для ответов (см. прил. 10).

Инструкция испытуемому: «Вам предлагается тест, содержащий 30 утверждений. Внимательно прочитайте каждое и решите, верно или неверно данное утверждение по отношению к Вам. Если верно, то в листе для ответов про тив номера данного утверждения поставьте знак плюс (+), а если сочтете, что оно по отношению к Вам неверно, то минус (-)».

Обработка и анализ результатов

Цель обработки результатов – определение величин индексов волевой саморегуляции по пунктам общей шкалы (В) и индексов по субшкалам

«настойчивость» (Н) и «само обладание» (С). Каждый индекс – это сумма баллов, полученная при подсчете совпадений ответов испытуемого с ключом общей шкалы или субшкал (см. ключ к методике в прил. 37). В вопроснике 6 маскированных утверждений. Поэтому общий суммарный балл по шкале «В» должен находиться в диапазоне от 0 до 24, по субшкале «настойчивость» – от 0 до 16 и по субшкале «самообладание» – от 0 до 13.

В самом общем виде под уровнем волевой саморегуляции понимается мера овладения собственным поведением в различных ситуациях, способность сознательно управлять своими действиями, состояниями и побуждениями.

Уровень развития волевой саморегуляции может быть охарактеризован в целом и отдельно по таким свойствам характера как настойчивость и самообладание.

Уровни волевой саморегуляции определяются в сопоставлении со средними значениями каждой из шкал. Если они составляют больше половины максимально возможной суммы совпадений, то данный показатель отражает высокий уровень развития общей саморегуляции, настойчивости или самообладания. Для шкалы «В» эта величина равна 12, для шкалы «Н» – 8, для шкалы «С» – 6.

Высокий балл по шкале «В» характерен для лиц эмоционально зрелых, активных, независимых, самостоятельных. Их отличает спокойствие, уверенность в себе, устойчивость намерений, реалистичность взглядов, развитое чувство собственного долга. Как правило, они хорошо рефлексируют личные мотивы, планомерно реализуют возникшие намерения, умеют распределять усилия и способны контролировать свои поступки, обладают выраженной социально-позитивной направленностью. В предельных случаях у них возможно нарастание внутренней напряженности, связанной со стремлением проконтролировать каждый нюанс собственного поведения и тревогой по поводу малейшей его спонтанности.

Низкий балл наблюдается у людей чувствительных, эмоционально неустойчивых, ранимых, неуверенных в себе. Рефлексивность у них невысока, а общий фон активности, как правило, снижен. Им свойственна импульсивность неустойчивость намерений. Это может быть связано как с незрелостью, так и с выраженной утонченностью натуры, не подкрепленной способностью к рефлексии и самоконтролю.

Субшкала «настойчивость» характеризует силу намерений человека – его стремление к завершению начатого дела. На положительном полюсе – деятельные, работоспособные люди, активно стремящиеся к выполнению намеченного, их мобилизуют преграды на пути к цели, не отвлекают альтернативы и соблазны. Таким людям свойственно уважение к социальным нормам, стремление полностью подчинить им свое поведение. В крайнем выражении возможна утрата гибкости поведения, появление маниакальных тенденций. Низкие значения по данной шкале свидетельствуют о повышенной лабильности, неуверенности, импульсивности, которые могут приводить к непоследовательности и даже разбросанности поведения.

Сниженный фон активности и работоспособности, как правило, компенсируется у таких лиц повышенной чувствительностью, гибкостью, изобретательностью, а также тенденцией к свободной трактовке социальных норм.

Субшкала «самообладание» отражает уровень произвольного контроля эмоциональных реакций и состояний. Высокий балл по субшкале набирают люди эмоционально устойчивые, хорошо владеющие собой в различных ситуациях. Свойственное им внутреннее спокойствие, уверенность в себе освобождает от страха перед неизвестностью, повышает готовность к восприятию нового, неожиданного и, как правило, сочетается со свободой взглядов, тенденцией к новаторству и радикализму. Вместе с тем стремление к постоянному самоконтролю, чрезмерное сознательное ограничение спонтанности может приводить к повышению внутренней напряженности, преобладанию постоянной озабоченности и утомляемости.

На другом полюсе данной субшкалы – спонтанность, импульсивность в сочетании с обидчивостью и предпочтением традиционных взглядов ограждают человека от интенсивных переживаний и внутренних конфликтов, способствуют невозмутимому фону настроения.

Высокие уровни развития волевой саморегуляции могут быть связаны с проблемами в организации жизнедеятельности и отношениях с людьми. Часто они отражают появление дезадаптивных черт и форм поведения. В отличие от них низкие уровни настойчивости и самообладания в ряде случаев выполняют компенсаторные функции. Но также свидетельствуют о нарушениях в развитии свойств личности и ее умении строить отношения с другими людьми и адекватно реагировать на те или иные ситуации.

Получив информацию об осознаваемых особенностях саморегуляции, можно разработать программу совершенствования, отметив те свойства, которые в первую очередь нуждаются в развитии или коррекции.

Приложение 10

Тест-опросник А.В. Зверькова и Е.В. Эйдмана (к работе «Исследование волевой саморегуляции»)

1. Если что-то не клеится, у меня нередко появляется желание бросить это дело.
2. Я не отказываюсь от своих планов и дел, даже если приходится выбирать между ними и приятной компанией.
3. При необходимости мне нетрудно сдержать вспышку гнева.
4. Обычно я сохраняю спокойствие в ожидании опазды вающего к назначенному времени приятеля.
5. Меня трудно отвлечь от начатой работы.
6. Меня сильно выбивает из колеи физическая боль.
7. Я всегда стараюсь выслушать собеседника, не перебивая, даже если не терпится ему возразить.
8. Я всегда «гну» свою линию.

9. Если надо, я могу не спать ночь напролет (например, работа, дежурство) и весь следующий день быть в «хорошей форме».

10. Мои планы слишком часто перечеркиваются внешними обстоятельствами.

11. Я считаю себя терпеливым человеком.

12. Не так-то просто мне заставить себя хладнокровно наблюдать волнующее зрелище.

13. Мне редко удается заставить себя продолжать работу после серии обидных неудач.

14. Если я отношусь кому-то плохо, мне трудно скрывать свою неприязнь к нему.

15. При необходимости и я могу заниматься своим делом в неудобной и неподходящей обстановке.

16. Мне сильно осложняет работу сознание того, что ее необходимо выполнить в определенный срок.

17. Считаю себя решительным человеком.

18. С физической усталостью я справляюсь легче, чем другие.

19. Лучше подождать только что ушедший лифт, чем подниматься по лестнице.

20. Испортить мне настроение не так-то просто.

21. Иногда какой-то пустяк овладевает моими мыслями, не дает покоя, и я никак не могу от него отделаться.

22. Мне труднее сосредоточиться на задании или работе, чем другим.

23. Переспорить меня трудно.

24. Я всегда стремлюсь довести начатое дело до конца.

25. Меня легко отвлечь от дел.

26. Я замечаю иногда, что пытаюсь добиться своего наперекор объективным обстоятельствам.

27. Люди порой завидуют моему терпению и дотошности.

28. Мне трудно сохранить спокойствие в стрессовой ситуации.

29. Я замечаю, что во время монотонной работы невольно начинаю изменять способ действия, даже если это порой приводит к ухудшению результатов.

30. Меня обычно сильно раздражает, когда «перед носом» захлопываются двери уходящего транспорта или лифта.

Домашнее задание

Ответьте на вопросы

1. Дайте определение понятия «темперамент».

2. В чем заключается суть учения Гиппократов о темпераменте?

3. Что вы знаете о типологии темперамента Э. Кречмера?

4. Расскажите о концепции типов телосложения и темперамента У. Шелдона.

5. Сравните типологию темпераментов Э. Кречмера и У. Шелдона.

6. Раскройте основные свойства темперамента.
7. Расскажите об исследовании проблем темперамента в трудах И.П. Павлова.
8. Каковы основные характеристики и свойства темперамента по Б.М. Теплову?
9. Расскажите о психологических характеристиках различных типов темперамента.
10. Какие параметры лежат в основе психофизиологической оценки темперамента?

ТЕСТОВЫЕ ЗАДАНИЯ

Вариант тест-билета 1

1. Кто впервые ввел термин «Дидактика»?
 1. Я. А. Коменский.
 2. В. Ратке.
 3. К. Д. Ушинский.
 4. Аристотель.
2. Основоположником теории воспитывающего обучения является:
 1. А. Дистервег.
 2. И. Гербарт.
 3. И. Песталотии.
 4. А. С. Макаренко.
3. Что называется дидактикой?
 1. Наука о закономерностях формирования личности ребенка.
 2. Раздел педагогики об образовании, воспитании подрастающего поколения.
 3. Отрасль педагогики, разрабатывающая теорию обучения и образования.
4. Установите соответствие.

1. Процесс обучения.	А. Целенаправленный процесс взаимодействия педагогов и детей, в ходе которого осуществляется воспитание и развитие детей.
2. Методы обучения.	Б. Многократное повторение одних и тех же действий, доведенных до автоматизма.
3. Навыки.	В. Способы взаимодействия детей и педагога по вооружению обучаемых ЗУН, их воспитание в процессе обучения.

5. Выберите правильный ответ. Совокупность идей человека, в которых выражается теоретическое овладение этим предметом.
 1. Знания.
 2. Мировоззрение.
 3. Образование.
 4. Умения.

6. Выделите задачи теории обучения:

1. Вскрытие, изучение закономерностей обучения.
2. Прогнозирование образования.
3. Разрешение конфликта «учитель–ученик».
4. Разработка новых методов, форм воспитания.

7. Установите соответствие:

1. Традиционная дидактическая система.	А. Занков, Эльконин.
2. Педагогическая дидактическая система.	Б. Я. А. Коменский.
3. Современная дидактическая система.	Ж. Ж. Руссо, Д. Дьюи.

8. Выберите правильный ответ:

1. Учебный процесс – это взаимодействие учителя и учащихся для решения образовательных задач.
2. Учебный процесс – это целостный процесс, протекающий в условиях учебно-воспитательного учреждения под руководством учителя.
3. Учебный процесс – это процесс формирования ЗУН.

9. Дополните понятия:

1. Направленность процесса обучения на организацию интенсивной, постоянно усложняющейся деятельности учащихся – это ... подход современной дидактики.

2. Учебный процесс основан на едином комплексном планировании с целью решения совокупности образовательных и развивающих задач – это ... подход современной дидактики.

3. Процесс обучения ориентирован на выявление и формирование уникальной личности – это ... подход современной дидактики.

10. Соотнесите понятия:

1. Знаниево – Ориентированное обучение.	А. Обучение, направленно ориентированное на реализацию поискового, творческого подхода к овладению знаниями путем самостоятельного решения проблемы.
2. Развивающее обучение.	Б. Внимание акцентируется на знаниях.
3. Проблемное обучение.	В. Ориентация процесса обучения на развитие потенциальных возможностей человека.

11. Функции учебного процесса – это ... Выберите правильный ответ:

1. Образовательная, воспитывающая, развивающая.
2. Образовательная, корректирующая, воспитательная.
3. Диагностирующая, образовательная, воспитательная.

12. Структура процесса обучения. Выберите правильный вариант.

1. Восприятие, закрепление, применение знаний на практике, повторение, обобщение.

2. Подготовка к восприятию, восприятие, осмысление (понимание, проникновение, умозаключение), применение знаний на практике, повторение, обобщение, систематизация.

3. Подготовка к восприятию, восприятие, осмысление (проникновение, умозаключение, понимание), применение знаний на практике, повторение, обобщение и систематизация.

13. Что такое законы процесса обучения? Выберите правильный ответ.

1. Строго зафиксированные закономерности.

2. Наиболее часто реализуемые закономерности в процессе обучения.

3. Свод правил, основных положений об использовании методов, форм обучения.

14. Соотнесите понятия:

1. Основные закономерности.	А. Проблемность обучения.
	Б. Направленность обучения на решение задач всестороннего развития личности.
2. Специфические закономерности.	В. Активность и сознательность обучения.
	Г. Активно-деятельностный характер обучения.

15. В чем отличие дидактического правила от дидактического принципа? Найдите правильный ответ.

1. Правила конкретизируют принцип. Принцип носит характер общей закономерности. Правило, вытекая из принципа, отражает действия, используемые в определенной дидактической ситуации.

2. Правило является выражением всеобщей закономерности. Дидактический принцип подчинен правилу и вытекает из него.

3. Принцип является продолжением правила, т.к. правило имеет субъективный характер.

16. К какому принципу вы отнесете правило: «Как можно чаще используйте вопрос «почему», чтобы научить учащихся мыслить причинно: понимание причинно-следственных связей – непременное условие развивающего обучения»?

1. Сознательности и активности.

2. Наглядности.

3. Доступности.

4. Научности.
5. Связи теории с практикой.

17. Что вы понимаете под содержанием образования?

1. Система знаний, умений, отобранных для изучения в школе, овладение которыми обеспечивает основу для всестороннего развития личности.
2. Перечень предметов, которые должны изучаться в школе.
3. Совокупность ЗУН, личностных качеств, которые должны сформировать учащиеся.

18. Какой компонент не входит в Государственный образовательный стандарт?

1. Федеральный.
2. Национально-региональный.
3. Школьный.
4. Культурный.

19. Выделите документы, определяющие содержание образования.

1. Учебный план.
2. Учебники.
3. Средства обучения.
4. Учебные программы.

20. В чем выражается гуманитаризация образования?

1. В увеличении доли гуманитарных дисциплин в учебных планах.
2. В повороте школы к ребенку, в уважении его личности, запросов, интересов.

21. Что следует понимать под методом обучения? Из предложенных ответов выберите правильный.

1. Это путь движения мысли от учителя к учащимся с целью передачи знаний последним.
2. Исходные закономерности, которые определяют организацию учебного процесса.
3. Упорядоченная деятельность педагога и учащихся, направленная на достижение цели обучения.

22. Можно ли считать, что функция управления присуща лишь отдельным методам?

1. Да, для этой цели разработаны специальные методы.
2. Нет, это общая функция всех методов.
3. Ничего определенного сказать нельзя: все зависит от обстоятельств.
4. Функция управления – побочная для всех методов.

23. Почему классно-урочная форма организации обучения является главной?

1. Потому, что есть и вспомогательные формы, все главными быть не могут.

2. Потому, что она возникла раньше других.

3. Потому, что на уроках изучается большой объем учебного материала.

24. Назовите основные типы уроков. Из приведенных ответов выберите правильный.

1. Выделяются следующие типы уроков: комбинированные, изучения новых знаний, обобщения и систематизации, контроля и коррекции знаний и умений, практического применения знаний и умений.

2. Уроки бывают таких типов: под контролем учителя и без контроля учителя.

3. Можно выделить следующие типы: индивидуальной и дифференцированной работы с учащимися, иллюстрации учебного материала, компьютерные уроки, тренировочные работы, контроля и коррекции.

25. Что такое диагностирование обученности? Из перечисленных альтернатив выберите правильную, обосновав ошибочность остальных.

1. Диагностирование обученности – это контроль и оценка знаний и умений обучаемых.

2. Диагностирование обученности включает в себя контроль, оценку, проверку, накопление статистических данных, их анализ, выявление динамики, тенденции, прогнозирование результатов.

3. Диагностирование – это правильное (по установленным критериям) оценивание знаний и умений.

Ответы и ключи

Ключ к методике «Исследование избирательности внимания»:

Солнце, район, новость, факт, экзамен, прокурор, теория, хоккей, трон, телевизор, память, восприятие, любовь, спектакль, радость, народ, репортаж, конкурс, личность, плавание, комедия, отчаяние, лаборатория, основание, психиатрия.

Ключ для обработки результатов задания «Числовые ряды» (работа «Исследование аналитичности мышления»):

1 ряд (16;18), 2 ряд (27;30), 3 ряд (384;768), 4 ряд (17;20), 5 ряд (4;2), 6 ряд (11;3), 7 ряд (1/8;1/16), 8 ряд (64;81), 9 ряд (6;4), 10 ряд (76;78), 11 ряд (1;4), 12 ряд (279;282), 13 ряд (30;23), 14 ряд (15;12), 15 ряд (30;33).

Ключ к решению анаграмм (работа «Исследование рефлексивности мышления»):

В скобках дан порядок переставленных букв: №№ 1–5 (2143), №№ 6–10 (214365), №№ 11–15 (21436587).

Ключ к методике «Словесный лабиринт» (работа «Определение лабильности–ригидности мыслительных процессов»)

докладывать, подвижность, эксперимент, управляющий, факультатив, выступление, предложение, пролетариат, содружество, языкознание.

Ответы к методике «Кораблекрушение»:

1. Зеркало для бритвы, т.к. оно необходимо для сигнализации днем (солнечные зайчики).
2. Двухлитровая канистра нефтегазовой смеси, которую можно зажечь и привлечь внимание в ночное время суток.
3. Пятилитровая канистра с водой – необходима для утоления жажды.
4. Коробка с армейским рационом.
5. 20 м² непрозрачного пластика: используется для сбора дождевой воды и обеспечивает защиту от стихии.
6. Две коробки шоколада.
7. Рыболовная снасть – на всякий случай, вероятность улова съедобной рыбы не 100 %.
8. 15 метров нейлонового каната – используется для связывания снаряжения.
9. Плавательная подушка в роли спасательного круга.
10. Репеллент, отпугивающий акул.
11. Бутылка рома для использования в качестве антисептика.
12. Маленький транзисторный радиоприемник для прослушивания передач и музыки.

13. Карты Тихого океана – без соответствующих навигаторских приборов в них не разобраться.

14. Противомоскитная сетка – в Тихом океане нет москитов.

15. Секстант – без таблиц и хронометра он бесполезен.

Ключ к работе «Исследование типа темперамента»:

Индекс искренности («И») представляет собой количество совпадений ответов испытуемых с ключом: Ответ «да» по вопросам № 6, 24, 36. Ответ «нет» на вопросы № 12, 18, 30, 42, 48, 54.

Показатель экстраверсии («Э») равен величине совпадений ответов со следующим ключом: Ответ «да» по вопросам № 1, 3, 8, 10, 13, 17, 22, 25, 27, 39, 44, 46, 49, 53, 56. Ответ «нет» на вопросы № 5, 15, 20, 29, 32, 34, 37, 41, 51.

Показатель нейротизма – это величина совпадений ответов «да» с такими вопросами соответствующей шкалы № 2, 4, 7, 9, 11, 14, 16, 19, 21, 23, 26, 28, 31, 33, 35, 38, 40, 43, 45, 47, 50, 52, 55, 57.

Ключ к методике «Исследование свойств темперамента»:

Эргичность (Эр): ответы «да» на вопросы № 4, 6, 15, 22, 42, 50, 58, 64, 98; ответы «нет» на вопросы № 27, 83, 103.

Социальная эргичность (СЭр): ответы «да» на вопросы № 11, 30, 57, 62, 67, 78; 86; ответы «нет» на вопросы № 3, 34, 74, 90, 105.

Пластичность (П): ответы «да» на вопросы № 20, 25, 35, 38, 47, 66, 71, 76, 101; ответы «нет» на вопросы № 54, 59.

Социальная пластичность (СП): ответы «да» на вопросы № 2, 9, 18, 26, 45, 68, 85, 99; ответы «нет» на вопросы № 31, 81, 87, 93.

Темп (Т): ответы «да» на вопросы № 1, 13, 19, 33, 46, 49, 55, 77; ответы «нет» на вопросы № 29, 43, 70, 94.

Социальный темп (СТ): ответы «да» на вопросы № 24, 37, 39, 51, 72, 92; ответы «нет» на вопросы № 5, 10, 16, 56, 96, 102.

Эмоциональность (Эм): ответы «да» на вопросы № 14, 17, 28, 40, 60, 61, 79, 88, 91, 95, 97.

Социальная эмоциональность (СЭм): ответы «да» на вопросы № 6, 7, 21, 36, 41, 48, 53, 63, 75, 80, 84, 100.

Контрольные вопросы на социальную желательность (К): ответы «да» на вопросы № 32, 52, 89; ответы «нет» на вопросы № 12, 23, 44, 65, 73, 82.

Ключ к методике «Исследование склонности к риску А.Г. Шмелева»:

Номер утверждения и знак ответа: 2+, 3+, 4+, 6-, 7-, 8-, 9+, 11+, 12+, 13-, 14+, 15-, 17+, 18+, 19-, 21-, 22-, 23+, 25+, 26+, 27+, 28-, 30-, 31+, 32-, 33+, 34+, 37+, 38+, 39+, 40+, 41+, 42-, 43-, 44+, 45-, 47-, 48+, 49-, 50+.

Шкала искренности: ответы «неверно» («-») по пунктам: 1, 5, 10, 16, 20, 24, 29, 35, 36, 46.

Ключ для подсчета индексов волевой саморегуляции:

Общая шкала: 1-, 2+, 3+, 4+, 5+, 6-, 7+, 9+, 10-, 11+, 13-, 14-, 16-, 14-, 16-, 17+, 18+, 20+, 21-, 22-, 24+, 25-, 27+, 28-, 29-, 30-.

Шкала «Настойчивость»: 1-, 2+ 5+, 6-, 9+, 10-, 11+, 13-, 16-, 17+, 18+, 20+, 22-, 24-, 24+, 25-, 27+.

Шкала «Самообладание»: 3+, 4+, 5+, 7+, 13-, 14-, 26-, 21-, 24+, 27+, 28-, 29-, 30-.

Ключ к методике Т.Лири («Исследование характерологических тенденций»)

Номера тенденций Номера перечня черт

I 3, 10, 11, 19, 20, 22, 24, 30, 33, 40, 50, 64, 83, 86, 105, 113

II 2, 12, 16, 28, 32, 47, 56, 69, 72, 74, 78, 79, 93, 104, 118, 123

III 5, 15, 17, 37, 52, 53, 54, 63, 66, 99, 106, 108, 115, 116, 120, 128

IV 4, 6, 34, 35, 38, 51, 57, 59, 60, 62, 88, 89, 90, 114, 119, 122

V 18, 27, 41, 44, 45, 48, 61, 65, 77, 96, 100, 101, 112, 117, 125, 127

VI 9, 7, 8, 14, 25, 31, 39, 58, 75, 82, 85, 87, 95, 110 111, 121

VII 1, 36, 43, 55, 68, 71, 73, 76, 81, 84, 94, 97, 102, 107, 109, 124

VIII 13, 21, 23, 26, 29, 42, 46, 49, 67, 70, 80, 91, 92, 98, 103, 126