

Лабораторна робота № 1

Тема: Дослідження «Я-концепції» в діяльності людини

Мета дослідження: визначити «Я-концепцію» особистості.

Матеріали і обладнання: тест на визначення «Я-концепції».

Процедура дослідження Ймовірно, у кожної людини є свій власний герой, що стосується того, що саме робить його унікальним, єдиним в своєму роді індивідом, відрізняє від 10 всіх інших людей. При цьому виникає запитання: чи поділяють оточуючі мою думку про самого себе, чи бачать інші мене таким, яким я вважаю себе? Якщо вони визначають мене інакше, то що ж лежить в основі їхнього сприймання та оцінки? Спробуємо з'ясувати ці аспекти під час виконання наступних завдань. Візьміть декілька листків чистого паперу і напишіть на одному із них в правому верхньому куті 10 із своїх імен, до яких Ви найбільше звикли (це можуть бути ім'я і по батькові, просто ім'я, прізвище, скорочене ім'я, кличка і т.д.).

Після цього:

А. Дайте 10 відповідей на запитання: Хто я такий? Зробіть це швидко, записуючи свої відповіді точно в такій формі, як вони одразу приходять в голову.

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____
6. _____
7. _____
8. _____
9. _____
10. _____

Б. Дайте відповідь на таке ж запитання так, як, на Вашу думку, відгукнувся про Вас батько або матір (виберіть когось одного).

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____
6. _____
7. _____
8. _____
9. _____
10. _____

В. Дайте відповідь на таке ж запитання так, як, на Вашу думку, відгукнувся би про Вас Ваш кращий друг (подруга).

1. _____
2. _____
3. _____

4. _____
5. _____
6. _____
7. _____
8. _____
9. _____
10. _____

Г. Тепер порівняйте ці три набори відповідей і в письмовій формі вкажіть наступне:

1. В чому полягає схожість? _____

2. Які відмінності? _____

3. Якщо є відмінності, то як Ви їх поясните по відношенню до самого себе? В якій мірі Ви бачите себе по-іншому, порівняно з близькими людьми і які ролі берете на себе при спілкуванні? _____

4. Вкажіть, котрі із 10 відповідей Вашої самохарактеристики (пункт 1) стосувались:

а) фізичних якостей (сила, здоров'я, зовнішній вигляд і т. д.) _____

б) психологічних особливостей (інтелект, емоційна сфера і т.д.) _____

в) соціальних ролей (професійна діяльність, сімейний стан і т. д.) _____

Д. Встановіть черговість, котру Ви вважаєте доцільною при перерахуванні цих трьох груп якостей. Чи залишаєтесь Ви на своїх початкових позиціях у складанні своєї самохарактеристики? Якщо ні, то запишіть новий порядок послідовності згадуваних Вами на самому початку якостей. Додалися чи замінилися які-небудь із них, і як Ви це поясните?

Якщо Ви виконали завдання, то написаний Вами підсумок можна визначити як словесне визначення Вашої Я-концепції, тобто відносно зафіксованого уявлення про самого себе. Тут можна й відмітити залежність Яконцепції від сприйняття Вас іншими людьми. Тепер спробуємо розібратися в тому, як на

погляди про інших людей впливає наше відношення до них, тобто з'ясуємо особливості «Я» як суб'єкта сприймання інших.

Завдання 2.

Взаємодіючи з оточуючими, ми зазвичай зауважуємо, що вони подобаються нам або не подобаються. Як правило, цю оцінку ми пов'язуємо з внутрішніми якостями людей, що сприймаються нами, а не з особливостями власного сприймання. Дане завдання ставить перед собою ціль продемонструвати існування змінних, що знаходяться в нас самих і не відносяться до оцінювання іншими людьми. Це наочно проявляється в нашому відношенні, часто суперечливому, до людей, котрих ми добре знаємо. А. Згадайте двох людей, котрі Вам дуже подобаються (для позначення використовуйте їх ініціали). Вкажіть п'ять якостей, котрі Вам в них подобаються.

Ініціали першого _____ Ініціали другого _____

ЯКОСТІ

- | | |
|----------|----------|
| 1. _____ | 1. _____ |
| 2. _____ | 2. _____ |
| 3. _____ | 3. _____ |
| 4. _____ | 4. _____ |
| 5. _____ | 5. _____ |

Б. Згадайте двох людей, котрі Вам зовсім не подобаються. Позначивши їх по тій самій схемі, запишіть їх якості, котрі Вам не подобаються.

Ініціали першого _____ Ініціали другого _____

ЯКОСТІ

- | | |
|----------|----------|
| 1. _____ | 1. _____ |
| 2. _____ | 2. _____ |
| 3. _____ | 3. _____ |
| 4. _____ | 4. _____ |
| 5. _____ | 5. _____ |

В. Вказавши всі ці якості, Ви можете побачити, в чому схожі двоє людей, котрі Вам подобаються і не подобаються. Наприклад, чи включають два перших списки одні і ті ж прикметники (припустимо «добрий», «щедрий»)? Виконуючи таке порівняння другої пари списків, Ви побачите схожість між людьми, що не подобаються Вам по відмічених Вами якостях (наприклад, «жорстокий», «пихатий»). Тепер порівняйте всі чотири списки і визначте, які особистісні параметри людей, за які Ви їх любите чи, навпаки, не терпите. Відзначте, які якості людей важливі для Вас, що Ви цінуєте в оточуючих і що Вас в них дратує і відштовхує. Запишіть свої висновки.

Висновок:

Лабораторна робота № 2

Тема: Вивчення особистості за допомогою психогеоетричного тесту

Мета дослідження: виявлення індивідуально-типологічних відмінностей.
Матеріали та обладнання: тест «Конструктивний малюнок людини з геометричних фігур» (взятий з книги «Графічні методи в психологічній діагностиці»).

Процедура дослідження

Інструкція: Вам необхідно намалювати фігуру із 10 елементів, серед яких можуть бути трикутники, круги і квадрати. Ви можете збільшувати або зменшувати ці елементи (геометричні фігури) за розмірами, накладати їх один на одного в разі необхідності. Важливо, щоб всі ці три елементи в зображенні обов'язково були, а сума загальної кількості використаних фігур дорівнювала 10. Якщо ж при малюванні Ви використали більше фігур, то зайве потрібно закреслити; якщо ж Ви використали менше фігур, ніж десять, то необхідно домалювати решту. Зробіть малюнок за даною інструкцією. Необхідний матеріал: три аркуші паперу розміром 10x10см, кожний аркуш пронумеровується і підписується. На аркуші №1 виконується перший пробний малюнок; далі, відповідно, на аркуші №2 – другий, на аркуші №3 – третій (див. приклад). Після виконання трьох малюнків дані опрацьовуються. При недотриманні інструкції матеріал не опрацьовується. №1 №2 №3 14

Обробка та аналіз результатів Опрацювання здійснюється так: підраховують кількість затрачених при зображенні людини трикутників, кругів і квадратів (для кожного малюнка окремо), і результат записують у вигляді тризначних чисел, де сотні означають кількість трикутників, десятки – кількість кругів, одиниці – кількість квадратів. Ці тризначні числа складають так звану «формулу малюнку», згідно з якою відбувається класифікація за відповідними типами і підтипами, які є в табл. Система індивідуально-психологічних відмінностей, які виявляються при виконанні конструктивних малюнків на основі кількісного переважання геометричних фігур

901	802	703	604	505	406	307	208	109	910	811	712	613	514	415	316	217	118	019	820	721	622	523	424	325	226	127	028	730	631	532	433	334	235	136	037	640	541	442	343	244	145	046	550	451	352	253	154	055	460	361	262	163	064	370	271	172	073	280	181	082	190	091
-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----

Емпіричні дослідження показують, що співвідношення різних елементів у конструктивних малюнках не випадкове. Аналіз дозволяє виділити 8 основних типів, яким відповідають певні типологічні характеристики. Примітка Типи – це характеристики індивідуальності, які дуже відрізняються між собою; підтипи, які входять до певного виду типу, в загальному співвідносяться з характеристиками типу, але мають і свої специфічні властивості. Характеристики типів і підтипів потребують постійного уточнення. Інтерпретація тесту основана на тому, що геометричні

фігури, які використовувалися в малюнках, розрізняються за семантикою. Трикутник переважно відносять до «гострої», «наступальної» фігури, пов'язаної з чоловічим началом. Круг – фігура обтічна, більше співзвучна зі співчуттям, м'якістю, округлістю, жіночістю. Із елементів квадратної форми будувати що-небудь легше, ніж з інших, тому квадрат, прямокутник інтерпретуються як специфічно технічна конструктивна фігура, технічний модуль. Типи I тип – «керівник». Переважно це люди, які мають схильність до керівної та організаторської діяльності. Орієнтовані на соціально значимі норми поведінки, можуть володіти даром хорошого оповідача, основанийому на високому рівні мовленевого розвитку. Добре адаптуються в соціальній сфері. Домінування над іншими утримують у певних межах. Переважно вибирають зелений колір (за М. Люшером).

Формули малюнків: 901, 910, 802, 811, 820, 703, 712, 721, 730, 604, 613, 622, 631, 640. 15 Найбільш жорстко домінування над іншими виражено у підтипах 901, 910, 802, 811, 820; ситуативно – у 703, 712, 721, 730; при дії мовленням на людей – вербальний керівник або «викладацький підтип» – 604, 613, 622, 631, 640. Слід пам'ятати, що виявлення таких рис залежить від рівня психічного розвитку. При високому рівні розвитку індивідуальні риси розвинуті, можуть реалізуватися, досить добре усвідомлюються. При низькому рівні розвитку можуть виявлятися не в професійній діяльності, а ситуативно, гірше, якщо неадекватно до ситуацій. Це стосується усіх характеристик. II тип – «відповідальний виконавець» – має багато рис типу «керівника», але у прийнятті відповідальних рішень часто можливі вагання, сумніви. Цей тип людей більше орієнтований на «уміння робити справу», високий професіоналізм, має високе почуття відповідальності і вимогливості до себе й інших, дуже цінує правоту, тобто характеризується підвищеною чутливістю до правдивості. Часто вони страждають на соматичні захворювання нервового походження як наслідок перевтоми.

Формули малюнків: 505, 514, 523, 532, 541, 550. III тип – «тривожно-недовірливий» – характеризується розмаїттям здібностей та обдарувань – від тонких ручних навиків до літературних здібностей. Людям цього типу здебільшого тісно у рамках однієї професії, вони можуть поміняти її на абсолютно протилежну і несподівану, мати також хобі, яке, по суті, є другою професією, фізично не переносять безладу і бруду, конфліктують через це з іншими людьми. Вирізняються підвищеною вразливістю і часто сумніваються в собі. Потребують м'якого підбадьорювання.

Формули малюнків: 406, 415, 424, 433, 442, 451, 460. Крім цього, 415 – «поетичний підтип» – в основному особи, які мають таку формулу малюнка, поетичний дар; 424 – підтип людей, для яких характерна фраза «Як це можна погано працювати? Я собі не уявляю, як це можна погано працювати». Люди старанні в роботі. IV тип – «вчений». Такі люди легко абстрагуються від реальності, мають «концептуальний розум», вирізняються здатністю розробляти «на все» свої теорії. В основному наділені душевною рівновагою, раціонально продумують свою поведінку.

Формули малюнків: 307, 316, 325, 334, 343, 352, 361, 370. Підтип 316 характеризується здібностями створювати теорії, переважно глобальні, або виконувати велику і складну координаційну роботу; 325 – підтип, що характеризується великим захопленням у пізнанні життя, здоров'я, біологічними дисциплінами, медициною. Представники цього типу часто зустрічаються серед осіб, які займаються синтетичними видами мистецтва: кіно, цирк, театральньо-видавнича режисура, мультиплікація і т.п. V тип – «інтуїтивний». Люди цього типу мають дуже чутливу нервову систему, високу її виснаженість. Легше працюють, переключаючись від однієї діяльності на іншу, часто є «адвокатами меншості», за якою – нові можливості. У них підвищена чутливість до новизни. Альтруїстичні, часто турбуються про інших, мають гарні ручні навички і образну уяву, що дає можливість займатися 16 технічними видами творчості. Виробляють свої норми моралі, здатні на внутрішній самоконтроль, негативно реагують на посягання на їх свободу.

Формули малюнків: 208, 217, 226, 235, 244, 253, 262, 271, 280. Підтип 235 – часто зустрічається серед професійних психологів або осіб з підвищеним інтересом до психології людей; 244 – має здібності до літературної творчості; 217 – здібний до винахідницької діяльності; 226 – велика тяга до новизни, ставить дуже високі критерії досягнень для себе. VI тип – «винахідник, конструктор, художник». Часто зустрічається серед осіб з технічною «жилкою». Це люди з багатою уявою, просторовим баченням, часто займаються найрізноманітнішими видами технічної, художньої та інтелектуальної творчості. Часто інтровертовані; так само, як і інтуїтивний тип, живуть власними моральними нормами, не сприймають ніяких впливів збоку, крім самоконтролю. Емоційні, одержимі власними оригінальними ідеями.

Формули малюнків: 109, 118, 127, 136, 145, 019, 028, 037, 046. Підтип 019 – зустрічається серед осіб, які добре володіють аудиторією; 118 – тип з найбільш сильно вираженими конструктивними можливостями і здібностями до винаходів. VII тип – «емотивний». Володіють підвищеним співпереживанням щодо інших людей, тяжко переживають «жорстокі кадри фільму», можуть бути надовго «вбитими з колії» і бути враженими жорстокими подіями. Проблеми і турботи інших людей знаходять у них співпереживання і співчуття, на які вони витрачають багато власної енергії, через те стає проблематичною реалізація їх власних здібностей.

Формули малюнків: 550, 451, 460, 352, 361, 370, 253, 262, 271, 280, 154, 163, 172, 181, 190, 055, 064, 073, 082, 091. VIII тип – для нього характерна тенденція, протилежна емотивному типові. Не відчуває переживань інших людей, ставиться до них неухважно, навіть посилюють тиск на цих людей. Якщо це добрий спеціаліст, то він може примусити інших робити те, що вважає потрібним. Інколи для нього характерна «черствість», яка виникає ситуативно, коли через якісь причини людина замикається у колі власних проблем.

Формули малюнків: 901, 802, 703, 604, 505, 406, 307, 208, 109. Складаючи індивідуально-типову характеристику, можна на основі особливостей побудови малюнка задати такі запитання: – при наявності шії: «Чи є Ви вразливою людиною, чи легко Вас образити?»; – вух: «Вас вважають людиною, яка вміє слухати?»; – кишеньки на тілі людинки: «У Вас є діти?»; – на голові «капелюха» у вигляді квадрата або трикутника на одному малюнку: «Ви, ймовірно, вимушено поступилися комусь і тепер страждаєте через те?»; при наявності «капелюха» у всіх трьох зображеннях: «Чи можна сказати, що зараз Ви переживаєте «смугу скованого становища»?» – повністю вималюваного обличчя: «Чи вважаєте Ви себе контактною людиною?»; – лише рота на обличчі: «Ви любите порозмовляти?»; – лише носа: «Ви чутливі до запахів, любите парфуми?»; 17 – малюнок кружечка на тілі людини: «Чи турбуєтесь Ви зараз про когось із старших?» – зображення трикутника на тілі людини: «Чи входить до Ваших турбот необхідність віддавати комусь розпорядження?»

Висновок: _____

Лабораторна робота № 3

Тема: Дослідження ролі відчуттів у пізнавальній діяльності людини

Мета дослідження: встановлення відмінності відчуттів від сприймання при тактильному розпізнаванні предметів.

Матеріали та обладнання: набір дрібних предметів для тактильного розпізнавання (ключ, вата, кнопка тощо), пов'язка для очей, секундомір. Процедура дослідження Дослідження тактильних відчуттів складається з двох серій і проводиться індивідуально. Завдання першої серії: встановлення особливості тактильних відчуттів (за словесним описом досліджуваного), викликаних предметами з набору під час почергового доторкання їх до нерухомої долоні. Перед першою серією досліджуваному зав'язують очі й дають відповідну інструкцію.

Інструкція досліджуваному в першій серії: «Поверніть руку долонею вгору. На долоні під час нашого дослідження Ви будете відчувати деякі впливи. Нічого не торкаючи рукою, дайте словесний звіт тих відчуттів, які будуть виникати. Все, що будете відчувати, говоріть вголос». Експериментатор послідовно пред'являє предмети для тактильного розпізнавання їх досліджуваним. Час пред'явлення кожного з них – 10 секунд. Після цього

предмет забирають з руки, а в протоколі робиться запис словесного звіту досліджуваного.

Завдання другої серії: встановлення особливості тактильних відчуттів за словесним описом досліджуваного, коли предмети почергово кладуться на його долоню і дозволяється обстеження їх цією ж рукою. Друга серія досліджень проводиться через дві – чотири хвилини після першої. У другій серії, як і в першій, досліджуваному зав'язують очі і перед тим, як показати предмети набору, дають інструкцію

Після виконання обох серій досліджуваний робить самозвіт про те, як він орієнтувався у впливах на долоню руки, коли було легше розпізнавати предмети і коли складніше. Інструкція досліджуваному в другій серії: «Покладіть руку долонею вгору. Під час нашого дослідження Ви будете відчувати деякі впливи. Вам дозволяється здійснювати рухи рукою. Дайте словесний звіт тих відчуттів, які будуть виникати при цих впливах і рухах долоні руки». У другій серії експериментатор пред'являє ті ж предмети із набору, зберігаючи послідовність та тривалість тактильного розпізнавання (10 секунд) і 20 записуючи словесний звіт досліджуваного у протокол. Протокол дослідження обох серій експерименту доцільно розмістити на одному загальному бланку.

Досліджуваний _____

Експериментатор _____

Дата _____

Час _____

№ п/п

Предмет

Словесний звіт

Мета обробки результатів – визначення кількості відчуттів, що дозволили адекватно розпізнати предмет. Кількість названих відчуттів у першій та у другій серіях буде вважатися показниками розпізнавання: П1 і П2. Аналізуючи результати, доцільно порівнювати величини показників тактильного розпізнавання в першій та у другій серіях (і звертати увагу на те, що розпізнавання впливів, котрі ідуть від предметів, якісно відрізняється. Як правило, в першій серії досліджувані роблять звіт про окремі властивості предмета, за якими намагаються його визначити і назвати. У другій серії, коли є можливість обстежувати рукою, діє тактильне сприймання, тому більшість досліджуваних спочатку визначають предмет, називають його (наприклад, ключ), а потім роблять словесний опис властивостей цього предмета. Тактильні відчуття в контактному орієнтуванні дуже важливі, бо вони дозволяють людині виживати і навіть навчатися, коли немає слуху і зору, розширюють пізнавальні можливості індивіда, який звук покладатися на свій зір. Дослід із закритими чи зав'язаними очима можуть використовувати зрячі як спосіб відпочинку після тривалого читання або перегляду фільмів. Свідоме застосування цього способу допоможе переключити увагу і в разі напруженого емоційного стану в ситуаціях майбутнього екзамену, очікування оцінки тощо.

Висновок: _____

Завдання на самостійну роботу:

1. Пізнавальна діяльність і її значення в житті людини.
2. Охарактеризуйте чуттєве пізнання. Які психічні процеси його забезпечують?
3. Поняття про чутливість.
4. Поняття про відчуття. Функції відчуття. Прості складні відчуття.
5. Класифікація відчуттів. Закон Вебера-Фехнера.
6. Поняття сенсibiliзація і синестезія.
7. Що таке поле зору? Будова зорового аналізатора.
8. Які три умовні ділянки можна виділити в полі зору? Охарактеризуйте їх.
9. Якими властивостями характеризується відчуття кольору?
10. Чи однакове поле зору для різних кольорів?
11. Будова і функції слухового аналізатора.

Лабораторна робота № 4

Тема Дослідження спостережливості

Мета дослідження: встановлення рівня розвитку спостережливості.
Матеріали та обладнання: два нескладних за сюжетом і кількістю деталей малюнки, однакові майже в усьому, крім заздалегідь передбачених малопомітних десяти відмінностей. Ці відмінності полягають у тому, що немає чи інакше розташовано деякі деталі на одному з малюнків порівняно з іншим. Крім малюнків, потрібні папір для записів, ручка і секундомір.
Процедура дослідження У дослідженні спостережливості може брати участь один досліджуваний або група за умови, що малюнки будуть достатніх для зорового сприймання розмірів і їх можна прикріплювати на дошці чи на стіні. Обидва малюнки демонструються досліджуваним одночасно протягом 60 с, тобто 1 хв. Після демонстрування малюнків та запису знайдених відмінностей досліджуваного просять зробити звіт. Він дозволяє визначити, чи добре було видно деталі малюнків і чи задоволений досліджуваний результатами своєї спостережливості. Після демонстрування малюнків та запису знайдених відмінностей досліджуваного просять зробити звіт. Він

дозволяє визначити, чи добре було видно деталі малюнків і чи задоволений Інструкція досліджуваному: «Вам буде показано два малюнки. Уважно роздивіться їх і знайдіть, чим вони відрізняються. Час сприймання малюнків обмежується однією хвилиною. Після команди «Стоп!» малюнки закриють, а Ви залишите на папері помічені Вами відмінності. Якщо все зрозуміло, то починаємо!» Після демонстрування малюнків та запису знайдених відмінностей досліджуваного просять зробити звіт. Він дозволяє визначити, чи добре було видно деталі малюнків і чи задоволений досліджуваний результатами своєї спостережливості. Обробка та аналіз результатів Мета обробки результатів – визначення коефіцієнта спостережливості. Для цього дослідник підраховує загальну кількість названих відмінностей, від якої віднімає кількість допущених помилок, тобто вигаданих відмінностей. Отримана різниця ділиться на кількість фактично наявних відмінностей, тобто на 10. Аналіз результатів здійснюється через зіставлення отриманого коефіцієнта спостережливості з максимально можливим, тобто з одиницею. Чим ближче коефіцієнт до 1,0, тим вищий рівень спостережливості досліджуваного. Коефіцієнт у межах 0,5–0,9 вказує на середній рівень спостережливості, менше 0,5 – спостережливість низька або слабка. Спостережливість піддається розвиткові через тренування. Можна скласти програму розвитку, підібравши спеціальні вправи для поліпшення спостережливості. Основним моментом у таких вправах є установка на відшукування якомога більшої кількості ознак предметів, явищ у ситуації короткотривалого сприймання.

Висновок:

Лабораторна робота № 5

Тема: Дослідження типу сприймання за роботою провідних аналізаторів
Мета дослідження: визначити домінуючий тип сприймання за роботою провідних аналізаторів.

Матеріали та обладнання: бланк тесту та ручка.

Процедура дослідження Інструкція. Відповідайте на запитання «згодні» (+) чи «не згодні» (-). У таблиці обведіть кружечком ті запитання, на які дали відповідь «згодний»/«згодна».

Опитувальник

1. Люблю спостерігати за хмарами і зірками.
2. Часто наспівую собі під ніс.
3. Не визнаю незручну моду.

4. Обожаю ходити в сауну.
5. В автомобілі для мене важливий колір.
6. Упізнаю по кроках, хто зайшов до кімнати.
7. Мене розважає копіювання діалектів.
8. Багато часу присвячую своїй зовнішності.
9. Люблю масаж.
10. Коли є вільна хвилина, люблю роздивлятися людей.
11. Погано себе почуваю, коли не насолоджуюся ходою.
12. Дивлячись на сукню (костюм) у вітрині магазину, я переконана, що мені в ній буде добре.
13. Коли почую стару мелодію, до мене повертається минуле.
14. Часто читаю, коли їм.
15. Дуже часто розмовляю по телефону.
16. Я схильний(а) до повноти.
17. Надаю перевагу прослуховуванню розповіді, ніж самостійному читанню.
18. Після поганого дня мій організм у напруженні.
19. Із задоволенням і дуже багато фотографую.
20. Довго пам'ятаю, що мені сказали друзі і знайомі.
21. З легкістю віддаю гроші за квіти, тому що вони прикрашають життя.
22. Увечері люблю приймати гарячу ванну.
23. Намагаюся записувати свої власні справи.
24. Часто розмовляю сам(а) з собою.
25. Після тривалої їзди в машині довго прихожу до тями.
26. Тембр голосу багато про що говорить мені про людину.
27. Дуже часто оцінюю людей за манерою одягатися.
28. Люблю потягатися, випрямляти кінцівки, розминатися.
29. Занадто тверде чи м'яке ліжко – це для мене мука.
30. Мені нелегко знайти зручне взуття.
31. Дуже люблю ходити в кіно.
32. Упізнаю обличчя навіть через роки.
33. Люблю ходити під дощем, коли краплини стукають по парасольці.
34. Умію слухати те, що мені говорять.
35. Люблю танцювати, а у вільний час займатися спортом чи гімнастикою.
36. Коли чую цокіт годинника, не можу заснути.
37. У мене якісна стереоапаратура.
38. Коли чую музику, починаю відбивати такт ногою.
39. На відпочинку не люблю оглядати пам'ятники архітектури.
40. Не можу терпіти розгардіяш.
41. Не люблю синтетичних тканин.
42. Вважаю, що атмосфера в кімнаті залежить від освітлення.
43. Часто ходжу на концерти.
44. Один потиск руки багато чого може сказати про особистість.
45. Охоче відвідую галереї і виставки.
46. Серйозна дискусія – це захоплююча справа.
47. Через дотик можна сказати значно більше, ніж словами.

48. У шумі не можу зосередитися.

Обробка та аналіз результатів: Тепер підрахуйте, використовуючи таблицю-ключ, в якому розділі у вас найбільше кружечків – це і є ваш домінуючий тип сприймання.

Ключ Тип А (зоровий аналізатор) 1, 5, 8, 10, 12, 14, 19, 21, 23, 27, 31, 32, 39, 40, 42, 45.

Тип В (дотик, смак, нюх) 3, 4, 9, 11, 16, 18, 22, 25, 28, 29, 30, 35, 38, 41, 44, 47.

Тип С (слуховий аналізатор) 2, 6, 7, 13, 15, 17, 20, 24, 26, 33, 34, 36, 37, 43, 46, 48.

Тип А (зоровий аналізатор): часто використовуються слова і речення, які пов'язані із зором, з образами і уявою. Наприклад – «не бачив цього», «це, звичайно, роз'яснює всю справу», «помітила чудову особливість». Малюнки, образні описи, світлини говорять типу А більше, ніж слова. Люди, які належать до цього типу, миттєво схоплюють те, що можна побачити: кольори, форми, лінії, гармонію і безлад.

Тип В (дотик, нюх, смак): у даному випадку частіше використовуються слова «не можу цього зрозуміти», «атмосфера тут нестерпна», «її слова глибоко мене вразили», «подарунок для мене був чимось схожий на теплий дощ». Сприйняття і враження людей даного типу стосуються головним чином того, що пов'язане з дотиком, інтуїцією, здогадами. У розмові їх цікавлять внутрішні переживання.

Тип С (слуховий аналізатор): переважно вживаються такі звороти, як «не розумію, що ти мені говориш», «це звістка для мене погана», «не можу терпіти таких голосних мелодій» – це характерні вислови для людей такого типу. Велике значення для людей цього типу сприйняття має все акустичне: звуки, слова, музика, шумові ефекти.

Висновок: _____

Завдання на самостійну роботу:

1. Поняття про сприймання.
2. Фізіологічні основи сприймання.
3. Що таке гаптична чутливість? Що є органом гаптичної чутливості?
4. Поняття про сприймання часу.
5. Фізіологічні основи сприймання часу.
6. Роль і значення ритмів у сприйманні часу.
7. Які фактори впливають на точність сприймання часу?
8. Індивідуальні особливості сприймання часу.
9. Тренування точності сприймання часу.
10. Поняття про спостереження.
11. Якими умовами характеризується спостереження?

12. Що таке акомодация?
13. Що таке конвергенція?
14. Який механізми сприймання розміру предмета?
15. Поняття про сприймання простору.
16. Які аналізатори відіграють провідну роль у просторовому орієнтуванні?
17. Поняття про просторову локалізацію відчуттів.
18. У чому полягає парадокс локалізації відчуттів?
19. Що складає основу диференціювання напрямку звуку?
20. Які ще аналізаторні системи беруть участь у механізмі локалізації звуку?

Лабораторна робота № 9

Тема: Дослідження переважаючого типу запам'ятовування

Мета дослідження: виявлення переважаючого обсягу пам'яті за допомогою різних типів пред'явлення словесного матеріалу.

Матеріали та обладнання: чотири набори слів, які виражають конкретні поняття, один з наборів, виконаний на окремих картках, чотири невеликих аркуші паперу для записів, ручка, секундомір.

Процедура досліду Переважаючий тип пам'яті встановлюють шляхом пред'явлення слів кількома способами. Дослідження складається з чотирьох серій.

У першій серії зачитують слова для запам'ятовування (слухове сприймання).

У другій показують слова для зорового сприймання, причому кожне слово має бути чітко написано на окремій картці.

У третій серії використовують моторно-слухову форму подання слів і в четвертій – комбіновану, яка поєднує в собі слухове, зорове та моторне сприймання матеріалу Щоб не було перенавантаження під час визначення типу пам'яті, для кожної серії досить підготувати ряд із 10 слів.

Серія № 1 Експериментатор виразно з інтервалом 3 секунди читає слова для запам'ятовування. Перед зачитуванням слів дається інструкція. Інструкція досліджуваному: «Я буду читати Вам слова. Слухайте їх уважно і запам'ятовуйте. Після паузи, коли я скажу: «Пишіть!», на аркуші паперу запишете ті слова, які ви запам'ятали. Якщо все зрозуміло, приготуйтеся слухати і запам'ятовувати». Слова для запам'ятовування першої серії: машина, яблуко, олівець, весна, лампа, ліс, дощ, квітка, каструля, горобець Після паузи на десять секунд подається команда: «Пишіть!»

Серія № 2 Другу серію можна проводити через 5 хвилин після закінчення першої. У цій серії експериментатор послідовно показує слова, написані на окремих картках. Показування кожного слова має відповідати тривалості читання слова в першій серії, інтервал між словами такий самий, тобто 3 секунди. Інструкція досліджуваному: «Я буду показувати Вам картки з написаними на них словами. Уважно читайте і запам'ятовуйте їх. За сигналом «Пишіть!» на аркуші паперу запишете те, що запам'ятали. Якщо все зрозуміло, приготуйтеся читати і запам'ятовувати». Слова для

запам'ятовування в другій серії літак, груша, рука, зима, свічка, поле, горіх, сковорідка, качка, блискавка Після прочитування слів і паузи на десять секунд подається команда: «Пишіть!»

Серія №3 Третя серія, аналогічно другій, проводиться після 5-хвилинної перерви. Експериментатор пропонує слухати слова і «записувати» їх ручкою в повітрі, щоб забезпечити моторну форму сприймання матеріалу. Інтервал між зачитуванням слів 3 секунди, а швидкість читання така сама, як і в першій серії Інструкція досліджуваному: «Я буду читати Вам слова. Слухайте їх уважно і «записуйте» в повітрі ручкою. За сигналом «Пишіть!» на аркуші паперу запишіть те, що запам'ятали. Якщо все зрозуміло, приготуйтеся слухати, «писати» слова і запам'ятовувати». Слова для запам'ятовування в третій серії: корабель, слива, лінійка, літо, ліхтар, річка, грім, ягода, тарілка, гусак Пауза перед сигналом «Пишіть!» у третій серії триває 10 секунд.

Серія №4 Після 10-хвилинної перерви, коли закінчено третю серію, проводять четверту серію. Темп читання експериментатором слів та паузи між словами залишаються такими самими, як і в попередніх серіях. Щоб забезпечити комбінований тип сприймання матеріалу, досліджуваному не тільки зачитують слова, а й пропонують відразу записувати їх на окремому аркуші, а після записування останнього, десятого, слова аркуші перевертають, і за команди дою «Пишіть!» піддослідний на звороті відтворює запам'ятоване. Інструкція досліджуваному: «Я буду читати Вам слова, и Ви їх записуйте й запам'ятовуйте. Після того, як я прочитаю останнє слово, аркуші переверніть і за сигналом «Пишіть!» запишіть на зворотній стороні те, що запам'ятали. Приготуйтеся слухати, записувати та запам'ятовувати». Слова для запам'ятовування в четвертій серії поїзд, вишня, зошит, осінь, абажур, галявина, злива, гриб, чашка, курка Сигнал «Пишіть!» подається, як і в усіх попередніх серіях, через 10 секунд.

Обробка та аналіз результатів Показником обсягу пам'яті в цих серіях є кількість правильно відтворених слів. Результати заносяться в таблицю. Кількість правильно відтворених слів ТИП ПАМ'ЯТІ Слуховий Зоровий Моторнослуховий Комбінований Переважаючий тип пам'яті при різних типах подання словесного матеріалу визначають шляхом порівняння кількості правильно відтворених слів у кожній з чотирьох серій. Нормальним обсягом безпосередньої пам'яті слід вважати запам'ятовування 5–9 слів. Якщо в якій-небудь серії той, кого досліджували, запам'ятав 10 слів, він використав якусь систему засобів, про яку бажано дізнатися із самозвіту та зі спостережень. Провідний тип пам'яті пов'язаний із відповідною репрезентативною системою уявлень особистості. Її виявлення допоможе зробити багатопланові рекомендації досліджуваному, особливо в плані запам'ятовування ним найбільш цінної інформації.

Висновок:
