**Практическое занятие 2. Методы и методики общей психологии: отработка умения создавать социально-психологическую сеть для психологической поддержки клиентов**

**Продолжительность: 2 акад. часа**

В начале занятия обсуждаются вопросы по теме лекции:

1. «Взаимосвязь психики и мозга человека».

2. «Понятие о раздражимости и чувствительности. Их свойства и основные различия».

3. «Развитие психики животных».

4. «Понятие о высших психических функциях в концепции Л.С. Выготского».

5. «Общее понятие об ощущениях». Адаптация. Компенсация.

6. «Основные психофизические законы».

7. «Свойства и виды ощущений».

8. «Основные свойства образов восприятия и их классификация».

9. «Понятие памяти. Функции и виды памяти».

10. «Законы и эффекты памяти».

11. «Определения мышления, круг феноменов, мыслительные операции».

12. «Виды, типы и стили мышления».

13. «Понятие о речи и языке: общее и различное».

14. Представление и воображение: общее и различное.

Затем обучающиеся выполняют любые два задания из ниже представленных с последующим обсуждением в группе.

**Задание 1. Ощущения**

**Цель:** сравнительное исследование чувствительности различных участков кожи. **Метод**: субъективное шкалирование силы ощущений. **Материал**: куски пенопласта (тестируется давление); игла, закрепленная на спичечном коробке (тестируется боль); металлические предметы (тестируется холод); теплый предмет (тестируется тепло).

**Задание**: объединитесь в пары. Один из вас будет испытуемым, а другой – экспериментатором. После завершения задания вы поменяетесь ролями и вновь проведете эксперимент. Эксперимент состоит из четырех серий, в которых исследуется чувствительность к давлению, холоду, теплу и боли соответственно. Экспериментатор помещает один из предметов поочередно на различные участки кожи испытуемого: 1) ладонь; 2) кончики пальцев; 3) ладонную поверхность предплечья; 4) тыл кисти; 5) тыльную поверхность предплечья. Испытуемому предлагается сравнить ощущения на разных участках кожи и, используя пятибалльную шкалу, оценить относительную силу ощущения на каждом тестируемом участке. При этом 5 баллов получает участок кожи, на котором возникает наиболее отчетливое ощущение соответствующего качества; 1 балл – где ощущение минимально (или совсем отсутствует); остальные участки получают промежуточные оценки в зависимости от силы возникающих ощущений. Для надежности оценки (перед тем, как вывести окончательный балл) допускается повторение опыта с каждым предметом несколько раз. Испытуемый сообщает свою оценку экспериментатору, который заносит ее в табл.1.

*Таблица 1*

**Результаты сравнительного исследования чувствительности**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Тестируемый  участок кожи | Серия 1  (давление) | Серия 2  (холод) | Серия 3 (тепло) | Серия 4 (боль) |
| Ладонь |  |  |  |  |
| Кончик пальца |  |  |  |  |
| Ладонная поверхность предплечья |  |  |  |  |
| Тыл кисти |  |  |  |  |
| Тыльная поверхность предплечья |  |  |  |  |

Обработка результатов и выводы: после завершения исследования необходимо вычислить средние показатели по группе, а затем построить гистограмму для каждого вида чувствительности: на оси *Х* располагаются 5 тестируемых участков кожи, а на оси *Y* – среднее групповое значение. В завершение определите наиболее и наименее чувствительные участки кожи для каждого раздражителя (давление, холод, тепло, боль). Совпадают они или различаются в сравнении со среднегрупповыми значениями?

**Задание 2. Восприятие**

*Влияние деятельности на точность восприятия времени*

**Цель**: изучение точности восприятия времени в условиях различной деятельности.

**Материал**: секундомер, бумага, карандаш, арифметические задачи, стихотворения, бланки с несогласованными предложениями.

**Ход работы**

Студенты разбиваются на пары. Экспериментатор дает четыре задания (серия А) испытуемому, замеряя реальное время его выполнения и отмечая в регистрационном бланке (табл. 2) время, которое называет испытуемый (воспринимаемый отрезок времени). После того как испытуемый и экспериментатор меняются местами, новый испытуемый получает аналогичные задания серии Б.

№ 1. Рисование (время рисования замеряется с момента начала рисования).

Серия А. Испытуемому предлагается на листке в клетку нарисовать квадрат размером 8 × 8 и раскрасить его в шахматном порядке.

Серия Б. Испытуемому предлагается на листке в клетку нарисовать квадрат размером 10 × 10 и пронумеровать все клетки квадрата от 1 до 100.

№ 2. Заучивание стихотворения (Время заучивания замеряется с момента предъявления напечатанного стихотворения).

№ 3. Составить предложения из набора слов, записав их в тетрадь.

№ 4. Арифметические задачи.

*Таблица 2*

**Регистрационный бланк**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Задание | *t*1 (время  реальное) | *t*2 (время  воспринимаемое) | Ошибка *t*2 – *t*1 |
| 1. Рисование |  |  |  |
| 2. Заучивание |  |  |  |
| 3. Предложения |  |  |  |
| 4. Задачи |  |  |  |

**Обработка результатов и выводы**

1. Определить количество людей, переоценивающих и недооценивающих временные промежутки в каждом из четырех заданий. Построить гистограммы, где на оси *Х* располагаются группы заданий, а на оси *Y* – частота переоценки или недооценки.

2. Вычислить средние групповые значения временной ошибки (*t*2 – *t*1) (по модулю) для каждого вида заданий.

3. Определить: а) какая деятельность оценивается наименее и наиболее точно; б) для каких видов деятельности характерна переоценка, а для каких – недооценка времени.

**Задание 3. Память**

*Методика изучения объема кратковременной памяти*

**Цель исследования**: определение объема кратковременного запоминания по методике Джекобсона.

**Задание**: экспериментатор зачитывает студентам набор цифровых рядов. После команды «Записывайте» студенты должны записать запомнившиеся числа в том же порядке, как они были предъявлены.

**Стимульный материал**

Набор цифровых рядов:

2 7 3

7 1 9 6

4 6 1 7 3

2 5 4 8 6 1

7 2 8 1 5 4 9

8 2 7 4 6 3 7 5

6 1 5 8 4 2 4 9 3

4 7 5 9 3 1 8 4 2 9

**Обработка результатов**

В процессе обработки результатов начисляют баллы: за каждую правильно воспроизведенную цифру на правильном месте присуждается по 1баллу, за пропущенную или неверную цифру – штраф в 1 балл, за перестановку места правильно воспроизведенной цифры – штраф в 0,5 балла. Определяются баллы по каждому ряду. Находится максимально высокий показатель в каждом из предъявленных рядов. Объем кратковременной памяти равен максимальному баллу. В среднем объем памяти составляет 5–9 единиц информации.

**Задание 4. Память**

*Методика изучения опосредованного запоминания*

*отвлеченных понятий*

**Цель исследования**: определить объем памяти студентов на отвлеченные понятия методом пиктограмм.

**Задание**: «Я буду читать вам 30 слов и словосочетаний. Слушайте их внимательно и, чтобы лучше запомнить, зарисуйте каждое в соответствующей клеточке бланка. Писать слова, буквы и цифры в клеточках не разрешается. Когда будут прочитаны и зарисованы все 20 слов, переверните лист, чтобы не видеть свои рисунки. После паузы я скажу: «Пишите!» Тогда вы перевернете бланк на лицевую сторону и в каждой клеточке запишите те понятия, которые в соответствии с рисунком запомнили. Приготовьтесь слушать, рисовать и запоминать!»

**Слова для запоминания:**

1. Веселый праздник.

2. Радость.

3. Гнев.

4. Богатство.

5. Тяжелая работа.

6. Хороший руководитель.

7. Ядовитый вопрос.

8. Быстрый человек.

9. Сила воли.

10. Печаль.

11. Любовь.

12. Глухая старуха.

13. Мысль.

14. Теплый ветер.

15. Справедливость.

16. Энергичность.

17. Легкость речи.

18. Скорость.

19. Власть.

20. Дар предвидения.

**Обработка и анализ результатов**

Показателем объема памяти на отвлеченные понятия и словосочетания является количество правильно воспроизведенных слов. Какие зарисовки вы использовали для запоминания слов? Какие слова было запомнить легче, какие – труднее?

Для анализа процесса опосредованного запоминания используются и правильно, и ошибочно воспроизведенные слова. В ходе анализа важно показать целесообразность зарисовок как средств для запоминания материала. Использование зарисовок для запоминания абстрактного материала возможно при развитом мышлении. Испытуемые с преобладающим абстрактным мышлением рисуют символы: знаки, точки, линии и т. д. Те, у кого преобладает образное мышление, рисуют что-либо конкретное: людей, цветы, деревья и т. д.

**Вывод**: для успешности запоминания материала необходимо использовать вспомогательные средства – смысловые связи и рисунки.

**Задание 5. Мышление**

*Исследование аналитичности мышления*

**Цель исследования**: определить уровень развития аналитичности индуктивного мышления в условиях ограниченнoro времени.

**Материал и оборудование**: бланк с 15 рядами чисел, составленными по определенной закономерности (табл. 3) (вариант VI субтеста шкалы Р. Амтхауэра), ручка и секундомер.

*Таблица 3*

**Стимульный материал**

|  |  |
| --- | --- |
| №  п/п | Числовые ряды |
| 1 | 2 4 6 8 10 12 14 ... ... |
| 2 | 6 9 12 15 18 21 24 ... ... |
| 3 | 3 6 12 24 48 96 192 ... ... |
| 4 | 4 5 8 9 12 13 16 ... ... |
| 5 | 22 19 17 14 12 9 7 ... ... |
| 6 | 39 38 36 33 29 24 18 ... ... |
| 7 | 16 8 4 2 1 1/2 1/4 ... ... |
| 8 | 1 4 9 16 25 36 49 ... ... |
| 9 | 21 18 16 15 12 10 9 ... ... |
| 10 | 3 6 8 16 18 36 38 ... ... |
| 11 | 12 7 10 5 8 3 6 ... ... |
| 12 | 2 8 9 27 30 90 93 ... ... |
| 13 | 8 16 9 18 11 22 15 ... ... |
| 14 | 7 21 18 6 18 15 5 ... ... |
| 15 | 10 6 9 18 14 17 34 ... ... |

**Инструкция испытуемому***:* «На бланках, что находятся перед вами, напечатаны ряды чисел. Попытайтесь определить, по какой закономерности составлен каждый из 15 предлагаемых рядов чисел. В соответствии с этой закономерностью продолжите каждый ряд, дописав в нем еще два числа. На работу отводится 7 минут. Не задерживайтесь долго на одном ряду, если не можете правильно определить закономерность, переходите к следующему ряду, а останется время – вновь вернетесь к трудному для вас ряду чисел. Продолжать ряд нужно по отношению к последнему числу, имеющемуся в данном ряду. Все ли вам понятно? Если нет вопросов, переверните листки. Начали!»

По истечении 7 минут дается команда: «Стоп! Решение прекратить!»

**Обработка результатов**

Обработка результатов проводится с помощью ключа – таблицы с готовыми ответами. В ходе обработки результатов подсчитывается количество правильно решенных испытуемым рядов. Если испытуемый записал в каком-то ряду только одно число, хотя оно и правильное, ряд считается нерешенным.

**Анализ результатов**

Уровень развития аналитичности мышления определяется по количеству правильно решенных рядов чисел.

Если испытуемый решил 14–15 рядов, то его аналитичность очень высокая или отличная; если 11–13 – высокая или хорошая; если 8–10 – аналитичность средняя или удовлетворительная; если 6–7 – аналитичность низкая или плохая; если 5 и менее, то аналитичность очень низкая или очень плохая.

Аналитичность является важной характеристикой мышления. В данном задании определяется индуктивность мышления и способность оперировать числами. Они представляют собой главные компоненты способности теоретизировать, находить причинно-следственные связи между явлениями, составляют основу общих способностей и необходимы для успешного овладения человеком разными видами деятельности.

**Задание 6. Мышление**

Методика изучения понимания сложных логических

отношений

**Цель работы**: изучение способности устанавливать абстрактные связи.

**Задание**: «Перед вами 20 пар, состоящих из слов, которые находятся между собой в логической связи. Вы должны определить отношение между словами в паре. Затем подобрать наиболее близкую к ним по аналогии (ассоциации) пару слов из образца. Указать номер аналогичного образца, например, «День – ночь» (4), так как эта пара аналогична паре «Свет – темнота». Время выполнения задания – 3 минуты».

**Образец:**

1. Овца – стадо.

2. Малина – ягода.

3. Море – океан.

4. Свет – темнота.

5. Отравление – смерть.

6. Враг – неприятель.

**Материал**

1. Испуг – бегство.

2. Физика – наука.

3. Правильно–верно.

4. Грядка – огород.

5. Пара – два.

6. Слово – фраза.

7. Бодрый – вялый.

8. Свобода – воля.

9. Страна – город.

10. Похвала – брань.

11. Месть – поджог.

12. Десять – число.

13. Плакать – реветь.

14. Глава – роман.

15. Покой – движение.

16. Смелость – геройство.

17. Прохлада – мороз.

18. Обман – недоверие.

19. Пение – искусство.

20. Тумбочка – шкаф.

**Обработка результатов**

Определив отношение между словами в паре, экспериментатор сверяет полученные результаты с ключом.

Уровень развития понятийного мышления определяется по количеству ошибок, допущенных испытуемым:

0 – очень высокий уровень;

1 – высокий;

2 – хорошая норма;

3–4 – средняя норма;

5–6 – низкая норма;

7 и более – ниже среднего.

**Анализ результатов**

Очень высокий уровень развития логически понятийного мышления свидетельствует о том, что испытуемый безошибочно «улавливает» логику понятий в рассуждениях. Высокий уровень показывает, что испытуемый умеет логически четко выражать свои мысли в понятиях. Показатель «2 ошибки» является хорошей нормой большинства людей, однако могут допускаться неточности в использовании понятий. Испытуемые, имеющие среднюю норму, могут допускать ошибки, неточность в использовании понятий. Низкая норма свидетельствует о том, что человек неточно выражает свои мысли и неверно понимает чужие сложные рассуждения.

**Задание 7. Воображение**

*Методика изучения творческого воображения*

**Цель работы**: оценить особенности творческого воображения. Творческое воображение предполагает создание образов, признаков, не имеющих аналогов. Точность и яркость образов зависят от знаний человека, умения извлекать их из памяти и связывать с задачей и исходными данными.

**Задание**: Вы получили бланк с напечатанными на нем тремя словами (например, море, горы, солнце). Ваша задача: прочитать слова, написанные на бланке и составить из них возможно большее количество предложений так, чтобы в каждое входили все три слова. Составленные предложения записывайте на листе бумаги. На работу вам отводится 10 минут».

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

**Обработка и анализ результатов**

Показателем творческого воображения являются величина баллов за самое остроумное и оригинальное предложение, а также сумма баллов за все придуманные предложения. Оценить эти показатели можно с помощью шкалы (табл. 4).

*Таблица 4*

**Шкала**

|  |  |
| --- | --- |
| Характеристика составленного предложения | Баллы |
| В предложении использованы все три слова в остроумной и оригинальной форме | 6 |
| Использованы все три слова без особого остроумия, но в оригинальной комбинации | 5 |
| В предложении использованы все три слова в обычной комбинации | 4 |
| Три слова использованы в менее необходимой, но логически допустимой комбинации | 3 |
| Правильно использованы лишь два слова, а третье – с натяжкой в силу чисто словесной связи | 2,5 |
| Правильно использованы только два слова, а третье искусственно введено в предложение | 1 |
| Задание правильно понято испытуемым, но он дает формальное объяснение всех трех слов или использует их с искажениями | 0,5 |
| Предложение представляет собой бессмысленное объединение всех трех слов | 0 |

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

Уровень творчества оценивается при помощи шкалы: 6 баллов – высокий уровень, оригинальность; 4–5 – средний; 1–2 – низкий. Испытуемый, набравший наибольшую сумму баллов, отличается высокой продуктивностью творческой вербальной деятельности.

**Задание 8. Воображение**

*Понимание невербальной внутренней речи*

Приготовьте карандаш и лист бумаги. Сядьте, расслабьтесь. Вспомните наиболее значимое событие вчерашнее дня, которое заставило вас волноваться, переживать, попробуйте прожить его еще раз. В процессе воспоминания водите карандашом по листу, иллюстрируя свои чувства, свою внутреннюю речь. Когда работа будет закончена, поменяйтесь листами, и попытайтесь объяснить, что происходило с вашим партнером, какие чувства он или она испытывали.

Методы обучения – учебная дискуссия, метод иллюстраций.

Средства обучения – вербальные, визуальные, символические.

Интерактивные формы обучения – дебаты.

Для подготовки преподавателю рекомендуется следующая основная и дополнительная литература, нормативно-правовая документация и другие издания:

1. Грацианова, Л. И. Основы психологии: учебное пособие. – 3-е изд., перераб. и доп. / Л.И. Грацианова. – Москва : Синергия, 2020. – 224 с. – ISBN 978-5-4257-0506-8. – URL: https://ibooks.ru/bookshelf/373140/reading (дата обращения: 01.03.2023). – Текст: электронный.
2. Иванников, В. А.  Общая психология : учебник для вузов / В. А. Иванников. – Москва : Издательство Юрайт, 2021. – 480 с. – (Высшее образование). – ISBN 978-5-534-03357-1. – Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. – URL: https://urait.ru/bcode/469080 (дата обращения: 01.03.2023).
3. Кузьмина, Е.Г. Деловая культура и психология управления . – 3-е изд., стер.. Учебное пособие / Е.Г. Кузьмина, Н.В. Бубчикова. – Москва : Флинта, 2020. – 250 с. – ISBN 978-5-9765-2436-1. – URL: https://ibooks.ru/bookshelf/352471/reading (дата обращения: 01.03.2023). – Текст: электронный.
4. Немов, Р. С.  Общая психология в 3 т. Том I. Введение в психологию : учебник и практикум для вузов / Р. С. Немов. – 6-е изд. – Москва : Издательство Юрайт, 2021. – 726 с. – (Высшее образование). – ISBN 978-5-534-14603-5. – Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. – URL: https://urait.ru/bcode/477985 (дата обращения: 01.03.2023).
5. Нуркова, В. В.  Общая психология : учебник для вузов / В. В. Нуркова, Н. Б. Березанская. – 3-е изд., перераб. и доп. – Москва : Издательство Юрайт, 2021. – 524 с. – (Высшее образование). – ISBN 978-5-534-02583-5. – Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. – URL: https://urait.ru/bcode/468313 (дата обращения: 01.03.2023).
6. Овсянникова Е.А. Основы психологии. – 3-е изд., стер.. Учебное пособие / Е.А. Овсянникова, А.А. Серебрякова. – Москва : Флинта, 2020. – 271 с. – ISBN 978-5-9765-2219-0. – URL: https://ibooks.ru/bookshelf/352114/reading (дата обращения: 01.03.2023). – Текст: электронный.
7. Столяренко, Л. Д.  Общая психология : учебник для вузов / Л. Д. Столяренко, В. Е. Столяренко. – Москва : Издательство Юрайт, 2021. – 355 с. – (Высшее образование). – ISBN 978-5-534-00094-8. – Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. – URL: https://urait.ru/bcode/469789 (дата обращения: 01.03.2023).
8. Столярова, В. А. Психология функциональных состояний : учебное пособие для вузов / В. А. Столярова. – 2-е изд., стер. – Санкт-Петербург : Лань, 2021. – 108 с. – ISBN 978-5-8114-7370-0. – Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. – URL: https://e.lanbook.com/book/159499 (дата обращения: 01.03.2023). – Режим доступа: для авториз. пользователей.
9. Шадриков, В. Д.  Общая психология : учебник для вузов / В. Д. Шадриков, В. А. Мазилов. – Москва : Издательство Юрайт, 2021. – 411 с. – (Высшее образование). – ISBN 978-5-534-03023-5. – Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. – URL: https://urait.ru/bcode/468719 (дата обращения: 01.03.2023).