

Методика 1 Определение ведущей репрезентативной системы

Назначение исследования. У каждого человека есть своя ведущая репрезентативная система, с помощью которой он получает наибольшее количество информации, ориентируется в окружающем мире, проявляет свое отношение к происходящему в мыслях, словах, чувствах, поступках. Общение происходит успешно, если собеседники могут согласовать свои репрезентативные системы, вести общение на «одном языке». Этот тест позволяет более четко определить, какая репрезентативная система является для вас ведущей.

Инструкция: Перед Вами шесть незаконченных утверждений, в каждом из которых четыре варианта ответа. Проранжируйте каждое из предложенных утверждений и поставьте **цифру «4»** рядом с тем вариантом ответа, который больше всего подходит именно Вам, **цифру «3»** напротив того варианта ответа, который немного хуже подходит Вам – и т. д. Отметьте **цифрой «1»** тот вариант ответа, который меньше всего подходит Вам.

Тест-опросник

1. Вы принимаете важные решения опираясь на...

- чувства и интуицию; (К)
- то, что лучше звучит; (А)
- то, что лучше выглядит и более красиво; (В)
- точное и педантичное изучение всех обстоятельств и перспектив. (Д)

2. Во время конфликта с человеком на вас сильнее всего влияет:

- тон и интонации голоса; (А)
- могу ли я или нет, ясно видеть точку зрения другого человека; (В)
- логика его аргументации; (Д)
- насколько вы находитесь в контакте с его чувствами, делится ли он своими переживаниями.

(К)

3. Вы проще всего понимаете, что происходит с вами, когда...

- смотрите на себя внимательно в зеркало и решаете, что надеть; (В)
- ловите свои ощущения; (К)
- выражаете это словами; (Д) прислушиваетесь к тону своего голоса. (А)

4. Для вас самое простое...

- подобрать идеальные громкость и звучание на стереосистеме; (А)
- работать с текстом, выбирая наиболее удачные места, относящиеся к изучаемому предмету;

(Д)

- выбрать чрезвычайно удобную мебель; (К)
- подобрать идеальные сочетания цветов. (В)

5. Лучше всего вы запоминаете...

- мелодии и звуки; (А)
- логические построения; (Д)
- ароматы и вкус; (К)
- лица, цвета, картины. (В)

6. Вы...

- настраиваетесь на звуки в своем окружении; (А)
- хорошо умеете осмысливать новые факты и данные; (Д)
- очень чувствительны к тому, как ткань, из которой сшита ваша одежда, воздействует на вашу

кожу; (К)

- всегда обращаете внимание на цвет помещения, в котором оказываетесь. (В)

Обработка и интерпретация результатов теста.

Подсчитайте общую сумму набранных баллов по каждой репрезентативной системе и сравните их. Наибольшее количество баллов соответствует ведущей системе восприятия. Чуть меньше – вспомогательной системе, то есть той, которая тоже довольно активно участвует у Вас в сборе информации. На третьем и четвертом местах окажутся менее приоритетные для Вас системы восприятия информации. Но если суммы баллов по всем буквам приблизительно равны, Вы умело переключаетесь с одной системы на другую, гармонично сочетаете их и в результате извлекаете максимальный объем нужной информации, что позволяет Вам более верно строить

поведение в общении и понимать других.

А – аудиальная репрезентативная система;

В – визуальная репрезентативная система;

К – кинестетическая репрезентативная система;

Д – «думающий, анализирующий, логический, компьютерный тип».

Визуалы – это люди, которые «видят» окружающий мир. У них обычно высокий голос, зоркий взгляд, жесты горизонтальны, направлены от себя. При общении визуал смотрит в глаза и требует этого от собеседника. Его принцип: «он меня не слушает, потому что не смотрит на меня». Визуалы очень хорошо чувствуют окружающее их личное пространство, и, если вы вдруг вторгаетесь в него, сразу

«закрываются», скрещивая руки и ноги. Не терпят прикосновений и тем более объятий. Часто производят впечатление снобов, хотя это далеко не всегда так...

Визуалы не могут работать без заранее разработанных схем. Приступая к работе, они четко должны представлять себе стратегию. Визуалы любят наглядные пособия и грамотно оформленные отчеты. Талантливо систематизируя работу, эти люди умеют правильно распределять задачи между сотрудниками. Визуалы, как правило, не только лучшие специалисты в своем деле, они наиболее активны и лучше многих умеют использовать свою память, но им нельзя говорить «нет» и воздействовать на них криком.

Аудиалы – это очень редкий тип людей. Они обладают удивительно острым слухом и великолепной памятью. При общении им не обязательно смотреть на собеседника или прикасаться к нему, главное – слышать его. Аудиалы – это люди-магнитофоны. Могут запомнить и воспроизвести любой ваш рассказ до мельчайших подробностей. Но ни в коем случае нельзя прерывать их, т. к. они тотчас замолчат и более не будут с вами беседовать. Внешне аудиал может показаться человеком упрямым и надменным. Но это впечатление обманчиво, аудиалы, как правило, люди очень душевные и внимательные, готовые вас всегда выслушать и помочь советом. Из аудиалов получаются отличные психологи, прекрасные музыканты и лекторы.

Кинестетики – «чувствуют» окружающий мир. Люди этой категории не умеют скрывать свои чувства, их выдают глаза, поэтому они часто их опускают. Ответы на вопросы просты, прямолинейны. Решения они принимают, опираясь на свои чувства. Кинестетики любят посещать сауны, принимать горячие ванны и просто обожают, когда им делают массаж. После неприятного дня долго находятся в состоянии

«выжатого лимона». Кинестетики ненавидят неудобную одежду, во всем предпочитают комфорт. Прикосновения они воспринимают лучше, чем слова, и обожают серьезные дискуссии. В свой внутренний мир они пускают только «избранных».

Дискрететы – это своеобразный тип людей. Они более ориентированы на смысл, содержание, важность и функциональность. Как сказал один мальчик: «Я полюбил чеснок после того, как узнал, какой он полезный».

Дискрететы, как бы оторваны от реального опыта – они более думают самими словами, а не тем, что за словами стоит. Для них написанное или проговоренное как бы и является реальностью. Если для всех остальных слова – это доступ к опыту, то для дискрететов весь опыт состоит из слов. Проблема дискрететной системы в том, что она сама по себе, без обращения к другим каналам, не способна менять информацию. Слова переходят только в слова, и все возвращается к исходной точке.

Методика 2 «Ведущий орган чувств» (ВОЧ)

Назначение исследования. Для практической работы с людьми очень важно определение ведущей сенсорной системы человека, так как это указывает на предпочитаемый канал восприятия информации (зрительный, слуховой, кинестетический), что имеет большое значение при определении индивидуальных методов и средств подачи информации в процессе общения (в том числе терапевтического), обучения, совместной деятельности, в семейном взаимодействии и пр.

Оборудование. Испытуемому предлагается стандартный бланк с вопросами.

Инструкция испытуемому. Внимательно прочитайте вопросы и в опроснике обведите кружком номера тех из них, с которыми Вы согласны.

Опросник

1. Люблю наблюдать за облаками и звездами.
2. Часто напеваю себе потихоньку.
3. Не признаю моду, которая неудобна.
4. Люблю ходить в сауну.
5. В автомашине цвет для меня имеет значение.
6. Узнаю по шагам, кто вошел в помещение.
7. Меня развлекает подражание диалектам.
8. Внешнему виду придаю серьезное значение.
9. Мне нравится принимать массаж.
10. Когда есть свободное время, люблю наблюдать за людьми.
11. Плохо себя чувствую, когда не наслаждаюсь движением.
12. Видя одежду в витрине, знаю, что мне будет в ней хорошо.
13. Когда услышу старую мелодию, ко мне возвращается прошлое.
14. Люблю читать во время еды.
15. Люблю поговорить по телефону.
16. У меня есть склонность к полноте.
17. Предпочитаю слушать рассказ, который кто-то читает, чем читать самому.
18. После плохого дня мой организм в напряжении.
19. Охотно и много фотографирую.
20. Долго помню, что мне сказали приятели или знакомые.
21. Легко отдать деньги за цветы, потому что они украшают жизнь.
22. Вечером люблю принять горячую ванну.
23. Стараюсь записывать свои личные дела.
24. Часто разговариваю с собой.
25. После длительной езды на машине долго прихожу в себя.
26. Тембр голоса многое мне говорит о человеке.
27. Придаю значение манере одеваться у других.
28. Люблю потягиваться, расправлять конечности, разминаться.
29. Слишком твердая или слишком мягкая постель для меня мука.
30. Мне нелегко найти удобную обувь.
31. Люблю смотреть теле- и видеофильмы.
32. Узнаю когда-либо виденные лица даже через годы.
33. Люблю ходить под дождем, когда капли стучат по зонтику.
34. Люблю слушать, когда говорят.
35. Люблю заниматься подвижным видом спорта или выполнять какие-либо двигательные упражнения, иногда и потанцевать.
36. Когда близко тикает будильник, не могу уснуть.
37. У меня неплохая стереоаппаратура.
38. Когда слушаю музыку, отбиваю такт ногой.
39. На отдыхе люблю осматривать памятники архитектуры.
40. Не выношу беспорядок.
41. Не люблю синтетических тканей.
42. Считаю, что атмосфера в помещении зависит от освещения.

43. Часто хожу на концерты.
44. Само пожатие руки много мне говорит о данной личности.
45. Охотно посещаю галереи и выставки.
46. Серьезная дискуссия – это интересно.
47. Через прикосновение можно сказать значительно больше, чем словами.
48. В шуме не могу сосредоточиться.

Бланк

1	13	25	37
2	14	26	38
3	15	27	39
4	16	28	40
5	17	29	41
6	18	30	42
7	19	31	43
8	20	32	44
9	21	33	45
10	22	34	46
11	23	35	47
12	24	36	48

Обработка и интерпретация данных. Подсчитайте результаты, начисляя по **1 баллу** за совпадение с ключом каждого из утверждений. Раздел, в котором испытуемый набрал наибольшее количество баллов, определяет ведущую сенсорную систему.

Ключ для обработки результатов.

Визуальный: 1, 5, 8, 10, 12, 14, 19, 21, 23, 27, 31, 32, 39, 40, 42, 45.

Аудиальный: 2, 6, 7, 13, 15, 17, 20, 24, 26, 33, 34, 36, 37, 43, 46, 48.

Кинестетический: 3, 4, 9, 11, 16, 18, 22, 25, 28, 29, 30, 35, 38, 41, 44, 47.

Бланк

1	13	25	37
2	14	26	38
3	15	27	39
4	16	28	40
5	17	29	41
6	18	30	42
7	19	31	43
8	20	32	44
9	21	33	45
10	22	34	46
11	23	35	47
12	24	36	48

Обработка и интерпретация данных. Подсчитайте результаты, начисляя по **1 баллу** за совпадение с ключом каждого из утверждений. Раздел, в котором испытуемый набрал наибольшее количество баллов, определяет ведущую сенсорную систему.

Ключ для обработки результатов.

Визуальный: 1, 5, 8, 10, 12, 14, 19, 21, 23, 27, 31, 32, 39, 40, 42, 45.

Аудиальный: 2, 6, 7, 13, 15, 17, 20, 24, 26, 33, 34, 36, 37, 43, 46, 48.

Кинестетический: 3, 4, 9, 11, 16, 18, 22, 25, 28, 29, 30, 35, 38, 41, 44, 47.

Методика 3 Изучение линейного глазомера

Оснащение. Стандартный лист бумаги, на котором нарисованы два отрезка 1-ый отрезок – 108 мм; 2-ой отрезок – 150 мм; 3-ий отрезок – 150 мм; 4 – прямоугольная ось ординат длиной 126 мм и отрезок – 21 мм; 5 – окружность диаметром 30 мм (размеры испытуемому не сообщаются). Объекты расположены таким образом, чтобы начало каждого отрезка находилось в различных точках листа (рисунок 8). Линейка.

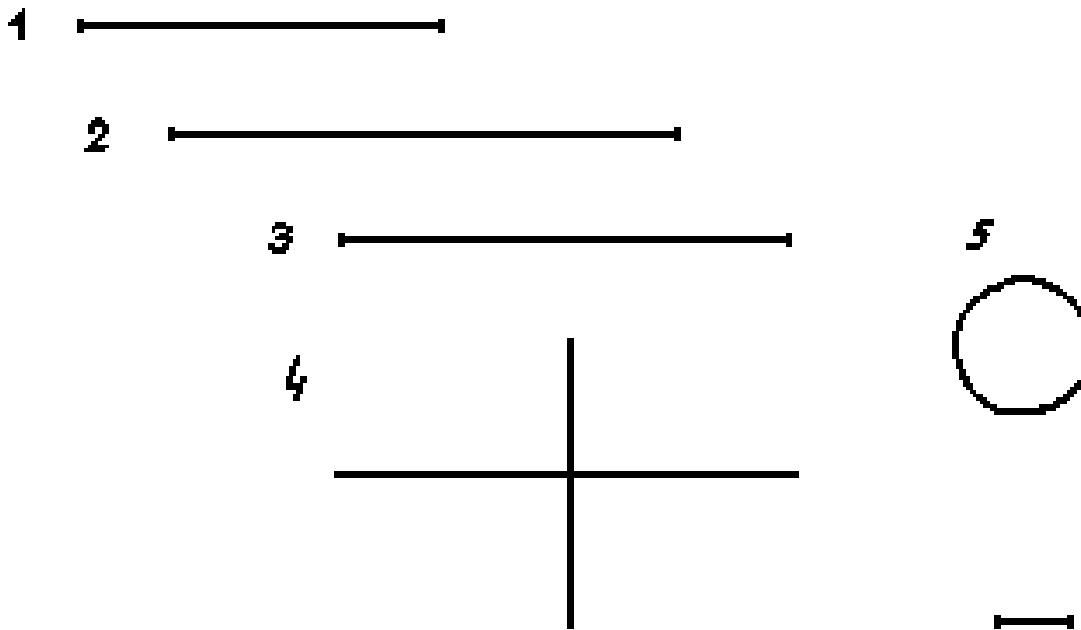


Рисунок 8 – Материал для определения линейного глазомера

Инструкция испытуемому. Вам необходимо выполнить, не используя линейку, следующие задания:

1. Разделить первый отрезок на 4 равные части.
2. Разделить второй отрезок на 3 равные части.
3. Отметить на третьем отрезке от точки вправо отрезок длиной 25 мм.
4. Отложить по осям ординат отрезки, равные по длине расположенному в правой нижней части листа.
5. Поставить точку в центре круга.

Обработка результатов. Измерьте величину ошибок (отклонений от заданных параметров в мм.). Вычислите суммарную величину ошибок в мм., которая является показателем успешности. Проведите сравнительный анализ успешности (точности линейного глазомера) у студентов группы. Для этого необходимо составить таблицу всех показателей, вычислить среднее значение по группе.

Методика 4 Изучение наблюдательности

Назначение исследования. Перцептивное внимание заключается в умении быстро и точно заметить, выделить существенные детали объекта, окружения, внешнего облика человека. Это свойство является очень важным для всех работающих с людьми. В специальных исследованиях была установлена прямая корреляционная зависимость успешности перцептивного внимания и успешности профессиональной деятельности. Как правило, для изучения перцептивного внимания испытуемым предлагают иллюстрации с недостающими деталями и просят в ограниченное время определить, каких деталей не хватает; либо предъявляют два одинаковых рисунка, отличающихся отдельными элементами. Мы предлагаем второй вариант.

Оснащение. Две иллюстрации, отличающиеся в деталях (рисунок 9), секундомер.

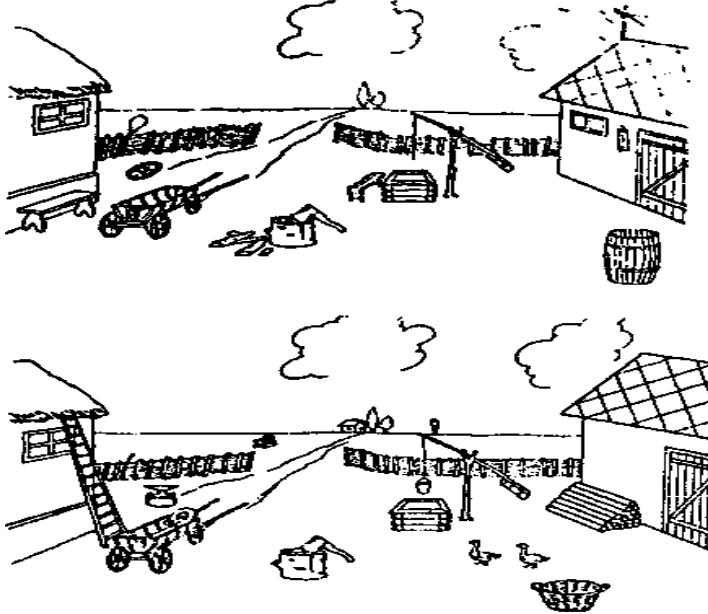


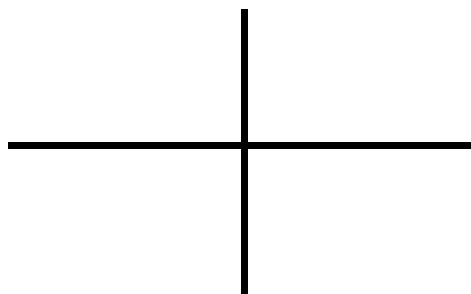
Рисунок 9 – Иллюстрация для изучения наблюдательности

Инструкция испытуемому. Внимательно рассмотрите картинки и назовите все замеченные несоответствия. Для того чтобы сделать работу более динамичной, можно ограничить время, например – 20 или 30 секунд.

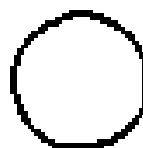
Обработка результатов. Показателем наблюдательности является количество элементов, правильно названных испытуемым.



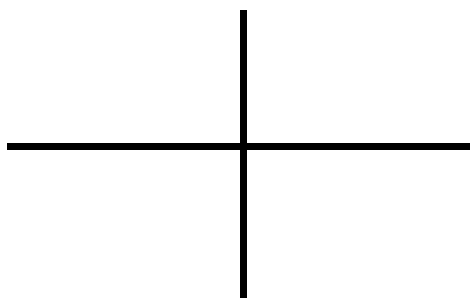
4



5



4



5

