# ПРАКТИЧЕСКИЕ ЗАНЯТИЯ по дисциплине ИНТЕГРАТИВНЫЕ ФУНКЦИИ ЦНС

Специальность Лечебное дело

Тема: **Биоэлектрические явления в мембранах клеток**

# Цели занятия

1. Изучить структуру и функции биологических мембран, роли белков, липидов, углеводов.
2. Изучить биоэлектрические процессы в возбудимых тканях: биопотенциалы и их ионные механизмы.
3. Ознакомиться с методами регистрации биоэлектрических процессов.

**Работа 1**. **Расчет параметров потенциала действия**

1. По прилагаемым осциллограммам рассчитать следующие параметры внутриклеточно отводимого потенциала действия портняжной мышцы лягушки:

а) мембранный потенциал (мВ):

б) амплитуда потенциала действия (мВ):

в) амплитуда реверсии потенциала действия (мВ):

г) длительность спайка потенциала действия (мс):

д) длительность следовой электронегативности (мс):

1. По прилагаемым осциллограммам рассчитать следующие параметры внеклеточно отводимого потенциала действия портняжной мышцы лягушки:

а) амплитуда 1-ой фазы потенциала действия (мВ):

б) длительность 1-ой фазы потенциала действия (мс):

# Видеоматериалы по теме занятия:

# 1. Потенциал покоя

# 2. Генерация потенциала действия



# Вопросы для подготовки по теме:

1. Состав, строение и функции плазматических мембран. Ионные каналы, насосы, переносчики, рецепторы.

2. Понятие о возбудимых тканях. Свойства живых и возбудимых тканей: раздражимость, возбудимость, проводимость, лабильность, их количественные характеристики. Автоматия.

3. Классификация раздражителей по силе, природе и биологическому значению.

4. Биопотенциалы. Потенциал покоя (мембранный потенциал), его ионные механизмы. Локальный ответ, критический уровень деполяризации. Потенциал действия и его фазы: деполяризация, реполяризация, следовые потенциалы.

5. Изменение возбудимости клетки в процессе развития потенциала действия. Соотношение фаз потенциала действия с периодами изменения возбудимости: абсолютная и относительная рефрактерность, экзальтация (супернормальный период), субнормальный период.

6. Законы раздражения: закон силы и правило «все или ничего», закон соотношения силы и длительности действия раздражителя, закон градиента.

Тема: **Проведение возбуждения по нервам. Нервно-мышечный синапс. Физиология мышц.**

# Цели занятия

1. Изучить особенности проведения возбуждения по нервным волокнам.
2. Изучить механизм передачи возбуждения в периферических химических синапсах

# Работа 1. Электромиография

# В проекции двуглавой мышцы на кожу плеча испытуемого накладываются два пластинчатых электрода на расстоянии 3-5 см друг от друга. Заземляющий электрод накладывается на правую голень. Испытуемому предлагают производить сгибание пальцев рук с легким, средним и максимальным усилием при одновременной регистрации ЭМГ-сигнала. Записать электромиограмму на электрокардиографе (I отведение). Отметить зависимость между силой напряжения мышцы и амплитудой внеклеточно-отводимых потенциалов действия. Зарисовать электромиограмму.

# Работа 2. Динамометрия.

# Цель работы: определить максимальную величину силы мышц рук и динамометрический индекс (относительную силу мышц) у человека с помощью динамометра.

А) Определение максимальной силы мышц кисти (Р)

В положении стоя или сидя руку с динамометром отводится в сторону под прямым углом к туловищу, вторая рука при этом опущена вниз и расслаблена. По сигналу экспериментатора дважды выполняется максимальное давление на динамометр (в расчет берется лучший результат).

Б) Определение динамометрического индекса

Динамометрический индекс (ДИ) характеризует относительную силу мышц кисти. Он представляет собой отношение показателя силы к величине массы тела:

ДИ = Р/М,

где Р – максимальная величина силы мышц кисти; М – масса тела испытуемого в кг.

Критерии оценки динамометрического индекса

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | Мужчины | Женщины |
| Отлично | Более 0,8 | Более 0,6 |
| Хорошо | 0,7-0,8 | 0,56-0,60 |
| Удовлетворительно | 0,60-0,69 | 0,40-0,55 |
| Плохо | Менее 0,6 | Менее 0,4 |

# Видеоматериалы по теме занятия:

# 1. Явления в нервно-мышечном синапсе

# 2. Электромеханическое сопряжение в мышечных клетках

# E:\Универ\Методичка 2025\photo_2025-08-13_22-26-49.jpg

**Вопросы для подготовки по теме**

1. Анатомо-гистологическая и функциональная классификации нервных волокон.

2. Особенности проведения возбуждения по миелиновым и безмиелиновым нервным волокнам.

3. Законы проведения возбуждения по нервным волокнам.

4. Строение нервно-мышечного синапса. Формирование потенциала концевой пластинки. Отличия механизма возникновения потенциала концевой пластинки от механизма формирования потенциала действия.

5. Морфофункциональные характеристики скелетной мышцы: саркомер, саркоплазматический ретикулум, сократительные и регуляторные белки.

6. Механизм электромеханического сопряжения, теория скольжения: роль ионов кальция, регуля-торных белков, сократительных белков, головок миозина и АТФ.

7. Режимы сокращения изолированных скелетных мышц: одиночное сокращение, зубчатый и гладкий тетанус.

8. Типы мышечного сокращения: изотоническое, изометрическое, ауксотоническое.

**Вопросы по теме для самостоятельного изучения обучающимися**

1. Физиологические особенности гладких мышц.

Тема: **Центральные синапсы. Торможение в центральной нервной системе. Свойства нервных центров Координация рефлекторной деятельности.**

# Цели занятия

1. Изучить особенности центральных синапсов и молекулярно-клеточные механизмы возбуждения и торможения, свойства нервных центров.
2. Выработать у студентов представление о рефлекторных механизмах регуляции функций.

**Ситуационные задачи:**

1. У работников часового завода определяли функциональное состояние зрительного анализатора по пороговой силе светового раздражителя. После 3-х часов работы порог раздражителя увеличился. Что можно сказать о возбудимости фоторецепторов?

2. Если днем пристально смотреть на окно, а затем закрыть глаза, то на протяжении некоторого времени всё ещё видишь переплёт рамы. Каким свойством нервных центров объясняется это явление и каков его механизм?

3. Почему при утомлении у человека сначала нарушается точность движений, а потом сила мышечных сокращений?

4. Ребенок, который учится играть на пианино, первое время играет не только руками, но помогает себе головой, ногами и даже языком. Объясните механизм этого явления.

5. Известный физиолог академик А.А. Ухтомский писал в одной из работ: «Возбуждение – это дикий камень, ожидающий скульптора». Как вы думаете, что А.А. Ухтомский подразумевал под «скульптором, шлифующим процесс возбуждения»?

# Видеоматериалы по теме занятия:

# Опыт И.М. Сеченова – демонстрация центрального торможения.

# E:\Универ\Методичка 2025\photo_2025-08-13_22-26-43.jpg

**Вопросы для подготовки по теме**

1. Возбуждающие и тормозные синапсы, и их медиаторы. Формирование возбуждающего постсинаптического потенциала (ВПСП) и тормозного постсинаптического потенциала (ТПСП).
2. Функциональная роль процессов торможения. Виды торможения в центральной нервной системе: центральное (сеченовское) торможение, постсинаптическое, пресинаптическое, возвратное и реципрокное торможение.
3. Свойства нервных центров: а) односторонность, б) задержка проведения возбуждения, в) последействие, г) трансформация ритма, д) пространственная и последовательная суммация, е) посттетаническая потенциация.
4. Принципы координации рефлекторной деятельности: а) реципрокные взаимоотношения нервных центров, б) принцип доминанты, в) принцип общего конечного пути, г) принцип субординации.

Тема: **Обзорное занятие по общей физиологии нервной системы**

# Цель занятия

1. Сформулировать и систематизировать общие представления о молекулярно-клеточных взаимодействиях в нервной системе, механизмах рефлекторной регуляции физиологических функций.

**Вопросы для подготовки по теме:**

1. Понятие о возбудимых тканях. Свойства живых и возбудимых тканей: раздражимость, возбудимость, проводимость, лабильность и их количественные характеристики. Автоматия.
2. Потенциал покоя, его ионные механизмы. Потенциал действия и его фазы.
3. Изменение возбудимости клетки в процессе развития потенциала действия: соотношение фаз потенциала действия с периодами изменения возбудимости.
4. Законы раздражения.
5. Строение нервно-мышечного синапса. Формирование потенциала концевой пластинки.
6. Морфофункциональные характеристики скелетной мышцы и механизм электромеханического сопряжения, теория скольжения.
7. Возбуждающие и тормозные синапсы, и их медиаторы. Формирование возбуждающего постсинаптического потенциала и тормозного постсинаптического потенциала.
8. Виды торможения в центральной нервной системе.
9. Свойства нервных центров.
10. Принципы координации рефлекторной деятельности.

Тема: **Сенсорные функции центральной нервной системы. Анализаторы**

Цели занятия

1. Изучить структурно-функциональные особенности сенсорных систем.
2. Изучить природу возникновения рецепторного и генераторного потенциалов, принципы кодирования сенсорной информации на уровне рецепторов, пути проведения возбуждения в сенсорных системах.
3. Овладеть методами исследования и оценки функций сенсорных систем.

**Работа 1. Тактильная чувствительность**

Сравнить ощущения, которые возникают: если слегка провести кусочком ваты по тыльной стороне кисти и по ладони (то есть по покрытому волосами и лишенному волос участку кожи). В выводе связать различные ощущения с типом рецепторов кожи.

**Работа 2. Эстезиометрия** (измерение пространственного порога тактильной чувствительности) Испытуемый закрывает глаза, экспериментатор без нажима, легко приставляет к его коже циркуль с разведенными ножками (или препаровальные иглы). Начинать следует с максимального расстояния между ножками (10-20 мм), менять это расстояние следует без всякой системы.

Требуется найти наименьшее расстояние между ножками циркуля, которое испытуемый ощутит как два прикосновения. Результаты внести в таблицу.

Пространственные пороги тактильной чувствительности

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | Пространственный порог | |
| слева | справа |
| Тыльная поверхность кисти |  |  |
| Внутренняя поверхность дистальной фаланги большого пальца |  |  |
| Тыльная поверхность предплечья |  |  |
| Внутренняя поверхность предплечья |  |  |

**Работа 3. Вибрационная чувствительность**

Основание вибрирующего камертона приставляют к выступающему под кожей участку кости (шиловидный отросток, лодыжка). Испытуемый указывает, сколько времени продолжается ощущение вибрации. Сравнивают результаты, полученные у разных испытуемых.

**Работа 4. Точность ощущения мышечного напряжения**

Испытуемый несколько раз сжимает динамометр, наблюдая за его показаниями, после этого он закрывает глаза, сжимает динамометр и дает оценку силы сжатия. Оценить точность ощущения мышечного напряжения у разных испытуемых.

**Работа 5. Исследование вкусового анализатора**

Приготовить рабочие растворы:

глюкозы – 1%, 0,1%, 0,01%

поваренной соли – 0,1%, 0,01%, 0,001%

лимонной кислоты – 1%, 0,1%, 0,001%

сульфата хинина – 0,1%, 0,01%, 0,001%

1. Определение порога вкусовой чувствительности:

2-3 мл рабочего раствора дают подержать во рту 20-30 секунд, после чего испытуемый должен оценить вкус. Начинать следует с наименьшей концентрации растворов, испытуемый не должен знать, какой раствор ему дают.

2. Определение времени адаптации вкусовых рецепторов

Испытуемому предлагают подержать во рту по 2 мл каждого раствора (в пороговых концентрациях) и отметить время от момента попадания раствора в ротовую полость до исчезновения ощущения вкуса. Результаты внести в таблицу.

Пороги вкусовой чувствительности

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Вещество | Пороговая концентрация | Время адаптации |
| Раствор глюкозы |  |  |
| Раствор поваренной соли |  |  |
| Раствор лимонной кислоты |  |  |
| Раствор сульфата хинина |  |  |

**Работа 6. Цветовое зрение**

Цветоощущение определяется на основании способности человека правильно читать цифры или узнавать фигуры, изображенные окрашенными в разные цвета кружочками в поле, состоящем из таких же по размерам кружочков, но отличающихся по цвету или тону. Если у испытуемого имеются те или иные аномалии цветового зрения, то при определенных сочетаниях окраски поля и вписанных в него цифр или фигур он их не различает.

**Работа 7. Определение остроты зрения**

Острота зрения человека определяется способностью его глаза различать две близко расположенные друг от друга точки как раздельные.

Для определения остроты зрения используется таблица Сивцева. Таблица состоит из нескольких рядов букв или незамкнутых окружностей, по-разному расположенных. В каждой строке знаки одинаковы по размеру, в каждой нижней строке они меньше, чем в верхней, т.е. величина знаков уменьшается сверху вниз. У каждой строки стоит число, обозначающее расстояние (в метрах), на котором нормальный глаз должен видеть детали знаков данной строки. Справа от каждой строки указана острота зрения, которая рассчитывается по формуле V = d/D, где V - острота зрения, d - расстояние исследуемого глаза от таблиц, D - расстояние, с которого данная строка правильно читается нормальным глазом.

**Работа 8. Ближайшая точка ясного видения**

Держа открытую книгу перед глазами, постепенно приближать ее до тех пор, пока глаза не перестанут различать буквы. Измерить это расстояние между книгой и глазом.

**Работа 9. Проба на косоглазие**

Пусть испытуемый пристально смотрит на Ваш правый указательный палец, который находится на расстоянии около 0,5м от его глаз. Прикройте левой рукой его правый глаз, так чтобы он мог видеть Ваш палец только левым глазом. Отнимите левую руку от правого глаза испытуемого и прикройте его левый глаз. Если в этот момент правый глаз совершит движение вправо или влево, то это свидетельствует о косоглазии, если же глаз остается неподвижным, то косоглазие отсутствует.

**Работа 10. Сравнение воздушной и костной проводимости (опыт Ринне)**

Звучащий низкочастотный (С 128) камертон приставляют ножкой к сосцевидному отростку. Когда звук от него перестает восприниматься исследуемым, камертон подносят к наружному слуховому проходу.

При нормальном слухе или при поражении звуковоспринимающего аппарата камертон будет слышен еще в течение некоторого времени (воздушная проводимость преобладает над костной проводимостью, положительная проба Ринне). При поражении звукопроводящего аппарата бывает наоборот (костная проводимость преобладает над воздушной проводимостью, это отрицательная проба Ринне).

**Работа 11. Определение латерализации звука (опыт Вебера)**

Ножку звучащего басового (с 128) камертона приставляют к середине темени.

При нормальном слухе звучание камертона определяется посередине головы или в обоих ушах. При одностороннем заболевании звукопроводящего аппарата или различной выраженности тугоухости на оба уха звук воспринимается больным или хуже слышащим ухом — латерализация слуха в больное ухо. При заболеваниях звуковоспринимающего аппарата наблюдается латерализация звука в здоровое (лучше слышащее) ухо.

Вопросы для подготовки по теме

1. Понятие о сенсорных системах. Классификация рецепторов и их функции. Рецепторный и генераторный потенциалы. Виды сенсорного кодирования.
2. Специфические и неспецифические сенсорные системы.
3. Диоптрический аппарат глаза, механизмы рефракции. Понятие об остроте зрения. Механизмы аккомодации глаза.
4. Молекулярный механизм трансдукции в фоторецепторах (роль родопсина, трансдуцина, фосфодиэстеразы, цГМФ и ионов кальция). Теории восприятия цвета (трехкомпонентная теория и теория оппонентных цветов).
5. Подкорковые центры зрительной системы, зрительная кора и их функции.
6. Функции звукоулавливающего, звукопроводящего и рецепторного отделов слуховой системы. Механизм трансдукции во внутреннем ухе (роль пери- и эндолимфы, волосковых клеток кортиева органа, формирование рецепторного потенциала волосковых клеток).
7. Анализ высоты и силы звука, адаптация органа слуха к звукам разной интенсивности. Подкорковые центры слуховой системы, слуховая кора и их функции.

Вопросы по теме для самостоятельного изучения обучающимися

1. Вестибулярная сенсорная система.
2. Соматосенсорная система (механорецепция, проприоцепция, терморецепция, ноцицепция, висцероцепция).

Ситуационные задачи:

1. У больного с повреждением специфических ядер таламуса проводили исследование чувствительности на действие различных раздражителей: звуковых, световых, тактильных и обонятельных. Укажите, к какому из перечисленных раздражителей у больного будет сохранена чувствительность и почему.
2. Для изучения особенностей функционирования соматосенсорной системы на ладонную поверхность кисти руки испытуемого, сидящего с закрытыми глазами, положили гирю массой 200 г, а затем добавляли к ней гири меньшей массы и спрашивали о его ощущениях. Выяснилось, что если к гире массой 200 г добавляли гирю массой 3 г, прирост массы испытуемый не ощущал. Ощущение прироста массы возникло лишь когда дополнительный груз достиг 6 г. Объясните выявленное различие в ощущениях испытуемого.
3. Исследуя соматосенсорную чувствительность у пациента, невропатолог пришел к выводу, что у больного имеет место повреждение спинного мозга справа. Какие нарушения чувствительности и двигательной активности справа и слева позволили врачу прийти к этому заключению? Объясните причину этих нарушений.
4. Во время нейрохирургической операции больной сообщал об ощущениях, возникающих при раздражении коры большого мозга. Так, при раздражении коры одной из областей пациент ощутил прикосновение к кисти. Какая область коры большого мозга подвергалась раздражению?
5. В офтальмологической практике для выключения зрачкового рефлекса на свет и механизма аккомодации глаза используют раствор атропина, являющегося блокатором М-холинорецепторов.

На какие именно мышцы действует атропин?

Почему атропин не влияет на движения глазных яблок?

1. Если ощупывать предмет, лежащий на ладони, то он лучше воспринимается, чем когда он лежит в неподвижной ладони. Почему?
2. «Ночью все кошки серы». Это не только поговорка, но известный факт. Объясните явление с точки зрения физиологических особенностей зрительной системы.
3. Человек не слышит звук камертона. Что необходимо предпринять для уточнения причины его тугоухости, т.е. как определить, звукопроводящий или звуковоспринимающий аппарат у него нарушен?

Тема: **Двигательные функции центральной нервной системы**

Цели занятия

1. Выработать у студентов представление о механизмах рефлекторных, запрограммированных и произвольных движений; о роли различных отделов центральной нервной системы в управлении позными и целенаправленными двигательными функциями.
2. Научить студентов воспроизводить сухожильные рефлексы и анализировать их рефлекторные дуги.

**Работа 1. Воспроизведение сухожильных рефлексов у человека**

Цель работы: ознакомиться с методикой исследования некоторых рефлексов у человека.

А) Коленный рефлекс.

Испытуемый сидит на стуле, несколько отставив вперед обе ноги так, чтобы голень была под тупым углом к бедру и подошвы полностью касались пола. Рефлекс вызывается ударом молоточка по сухожилию четырехглавой мышцы бедра ниже коленной чашечки.

Б) Ахиллов рефлекс.

Испытуемый становится коленями на стул, стопы свободно свисают. Рефлекс вызывается ударом молоточка по ахиллову сухожилию.

По результатам исследования коленного и ахиллова рефлексов оцените:

а) выраженность (силу) рефлекса: гипо-, гипер- и норморефлексия

б) симметричность рефлекса (сравните его выраженность слева и справа)

Зарисуйте схемы рефлекторных дуг исследованных рефлексов. Обозначьте на схеме:

а) сегмент спинного мозга

б) передние рога спинного мозга

в) задние рога спинного мозга

г) альфа-мотонейрон и его аксон (эфферентный путь)

д) тело чувствительного нейрона и его акон (афферентный путь)

е) синапс между чувствительным и двигательным нейроном (обратите внимание на то, что это моносинаптическая рефлекторная дуга);

ж) интра- и экстрафузальные мышечные волокна;

з) сухожилие четырехглавой мышцы бедра.

**Работа 2. Воспроизведение зрачкового рефлекса**

Усадить испытуемого против умеренного освещения, предложить ему фиксировать отдаленную, несколько приподнятую точку. Прикрыть глаза испытуемого ладонями. Наблюдать за изменением диаметра зрачка при засвете сначала одного глаза (прямая реакция), затем другого (содружественная реакция).

Зарисуйте в тетради рефлекторные дуги зрачковых рефлексов и подпишите их элементы.

Вопросы для подготовки по теме:

1. Основные виды двигательных актов: рефлекторные, запрограммированные (автоматические), произвольные, позные и целенаправленные движения. Иерархическая организация и субординация двигательных центров.
2. Роль спинного мозга в сенсомоторной интеграции. Рефлексы регуляции длины и напряжения мышц и их рефлекторные дуги. Сгибательные, разгибательные, перекрестные сгибательные и перекрестные разгибательные рефлексы. Роль проприоспинальной системы и локомоторных центров спинного мозга в осуществлении автоматических двигательных программ.
3. Двигательные центры ствола мозга. Познотонические, выпрямительные, статокинетические рефлексы.
4. Базальные ганглии, их место в организации двигательных функций. Роль черной субстанции и дофамина. Симптомы поражений базальных ядер.
5. Роль мозжечка в регуляции движений.
6. Первичная моторная, премоторная и дополнительная моторная области коры головного мозга и их функции. Соматотопическая организация моторной коры.

Вопросы по теме для самостоятельного изучения обучающимися

1. Нейрофизиологические механизмы регуляции взора
2. Базальные ганглии. Скелетомоторная, окуломоторная и сложная функциональные петли
3. Кора и ядра мозжечка и их взаимодействиев ходе регуляции движений. Основные связи и функции клеток коры мозжечка. Функциональные зоны мозжечка (клочково-узелковая доля, червь, промежуточные и латеральные зоны полушарий), их функциональная специализация и симптомы повреждений.

Ситуационные задачи:

1. Пациент жалуется на шаткость походки. При обследовании обнаружены пониженный тонус мышц, асинергия при движениях рук, дрожание кистей, усиливающееся при целенаправленных движениях (интенционный тремор). Нарушение функций какой структуры мозга можно предположить у пациента?
2. Два студента решили проверить в эксперименте, действительно ли тонус скелетных мышц поддерживается рефлекторно. Двух спинальных лягушек зафиксировали на штативе с помощью крючков. Нижние лапки у них были слегка согнуты, что свидетельствовало о наличии тонуса. Затем первый студент перерезал передние корешки спинного мозга, а второй — задние. У обеих лягушек лапки повисли, стали атоничными. Какой из студентов поставил опыт правильно? Обоснуйте ответ.
3. У больного травма позвоночника с полным разрывом спинного мозга в области нижнего грудного сегмента. При этом наблюдается отсутствие тонуса мышц обеих ног и их рефлекторной деятельности. а) Следствием чего являются описанные изменения сразу после травмы?

б) Что и почему произойдет с этими изменениями через 2 месяца после травмы?

1. Больной при закрытии глаз не удерживает равновесие в положении стоя и не может прикоснуться указательным пальцем к кончику носа. Поражение какого отдела ЦНС и почему может привести к такой патологии?
2. Если животное положить на бок, оно вернется в естественное для него положение. Объясните механизм.
3. У животного произведено одностороннее выключение вестибулярных рецепторов введением в наружный слуховой проход хлороформа. Какие нарушения укажут на изменение функции вестибулярного аппарата?
4. У ребенка с детским церебральным параличом имеются гиперкинезы — непроизвольные движения в виде хореи (внезапных быстрых неритмичных движений) и атетоза (медленных выворачивающих скручивающих движений). При поражении какого отдела головного мозга могут возникать эти симптомы?
5. С целью оценки рефлекторной функции спинного мозга у новорожденного ребенка был исследован подошвенный рефлекс. При этом штриховое раздражение кожи наружного края подошвы приводило к разгибанию ножки, разгибанию пальцев и их веерообразному расхождению. В процессе неврологического обследования у юноши на военной комиссии такое же раздражение кожи стопы привело к подошвенному сгибанию стопы и пальцев. Сделайте заключение, есть ли у испытуемых отклонение от нормы. Ответ обоснуйте.

Тема: **Обзорное занятие по частной физиологии центральной нервной системы**

Цель занятия

* 1. Обобщить и закрепить знания о функциях двигательной и сенсорной систем.

Вопросы для подготовки по теме

1. Понятие о сенсорных системах, их отличия от анализаторов. Классификация рецепторов и их функции. Рецепторный и генераторный потенциалы. Виды сенсорного кодирования.
2. Соматосенсорная система (механорецепция, проприоцепция, терморецепция, ноцицепция, висцероцепция). Специфические и неспецифические сенсорные системы. Функции проводящих путей спинного мозга, ретикулярной формации, таламуса, первичной, вторичной и интегративных областей соматосенсорной коры больших полушарий головного мозга.
3. Диоптрический аппарат глаза, механизмы рефракции. Понятие об остроте зрения. Механизмы аккомодации глаза.
4. Молекулярный механизм трансдукции в фоторецепторах (роль родопсина, трансдуцина, фосфодиэстеразы, цГМФ и ионов кальция). Теории восприятия цвета (трехкомпонентная теория и теория оппонентных цветов).
5. Подкорковые центры зрительной системы, зрительная кора и их функции.
6. Функции звукоулавливающего, звукопроводящего и рецепторного отделов слуховой системы. Механизм трансдукции во внутреннем ухе (роль пери- и эндолимфы, волосковых клеток кортиева органа, формирование рецепторного потенциала волосковых клеток).
7. Анализ высоты и силы звука, адаптация органа слуха к звукам разной интенсивности. Подкорковые центры слуховой системы, слуховая кора и их функции.
8. Основные виды двигательных актов: рефлекторные, запрограммированные (автоматические), произвольные, позные и целенаправленные движения. Иерархическая организация и субординация двигательных центров.
9. Роль спинного мозга в сенсомоторной интеграции. Рефлексы регуляции длины и напряжения мышц и их рефлекторные дуги. Сгибательные и перекрестные разгибательные рефлексы. Рольпроприоспинальной системы и локомоторных центров спинного мозга в осуществлении автоматических двигательных программ.
10. Двигательные центры ствола мозга, их взаимосвязь с корой мозга, базальными ганглиями, мозжечком, спинным мозгом и роль в регуляции равновесия, позы и запрограммированных движений. Познотонические, выпрямительные, статокинетические рефлексы.
11. Базальные ганглии, их место в организации двигательных функций. Скелетомоторная, окуломоторная и сложная функциональные петли. Роль черной субстанции и дофамина. Симптомы поражений базальных ядер.
12. Роль мозжечка в регуляции движений. Кора и ядра мозжечка и их взаимодействие в ходе регуляции движений. Основные связи и функции клеток коры мозжечка. Функциональные зоны мозжечка (клочково-узелковая доля, червь, промежуточные и латеральные зоны полушарий), их функциональная специализация и симптомы повреждений.
13. Первичная моторная, премоторная и дополнительная моторная области коры головного мозга и их функции. Соматотопическая организация моторной коры.

Тема: **Условные рефлексы, научение, память.**

Цели занятия

1. Сформировать представления о формах научения, видах памяти, их механизмах
2. Ознакомить студентов с некоторыми методами исследования внимания, памяти

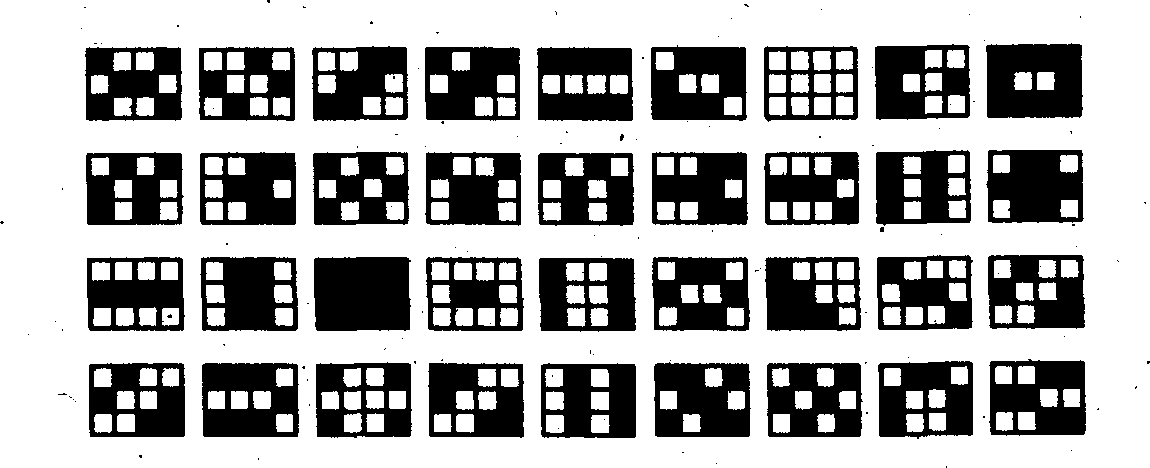
**Работа1. Методы оценки внимания**

* + 1. **Тест «Устойчивость внимания»**

Посмотрите внимательно на рисунок. Вы заметите, что изображенные на нем фигуры кажутся то выпуклыми, то вогнутыми. Представьте себе, что это крыша дома или коридор. Постарайтесь зрительно удержать одну из представляемых структур в течение 1 минуты. Попросите кого-либо зафиксировать время и сосчитайте, сколько раз удерживаемая фигура «уплывает», меняет свою форму. Если это произошло не более 11 раз за минуту, то результат говорит о повышенной устойчивости вашего внимания, 12-20 раз – о его нормальной устойчивости, более 20 – о недостаточной устойчивости.

* + 1. **Тест «Интенсивность внимания»**

Интенсивность внимания можно проверить, выполнив следующее задание. Из 36 изображенных на рисунке фигур необходимо как можно быстрее (за 2 минуты!) найти абсолютно одинаковые. При выполнении этой работы решающую роль будет играть не только ваше внимание, но и память (в данном случае зрительная).



Чем больше признаков вы сможете запомнить и оперировать ими, не глядя на фигуры, тем быстрее справитесь с заданием. Учтите, что фигуры должны быть одинаково ориентированы. Если вы справились с заданием, у вас хорошие интенсивность внимания и работоспособность.

* + 1. **Тест Мюнстерберга**

Направлен на определение избирательности внимания. Рекомендуется для использования при профотборе на специальности, требующие хорошей избирательности и концентрации внимания, а также высокой помехоустойчивости. В строках беспорядочно написанных букв имеются слова. Ваша задача – как можно быстрее просмотреть текст и выписать на лист эти слова. Время работы – 2 минуты.

бсолнцевтрпцрцэрайонзгучновостъъхэьгчяфактьузкзамстрочяпц шщкпрокуроргурсеабетеориямтоджебьамхоккейтроицафц телевизорбоАджзхюэлщьбпамятьшогхещиздвосприятие йцукендшизхьвафыпролдблюбовьабфыплослдспектакльячс бюерадостьвуфтиеждрлоррпнародшарикуыфйшрепортаж ждорлафывюфбьконкурсйфнаприличностьзжэьеюлоджия эрпплаваниеедтлжэзбьтрдшжнпркывкомедияшлдкуйфотчая джэхьгфтасенлабораториягшдшнруцтргпгатлроснованиехж шдэркентаопрукгвсмтрпсихиатриябплмстчьйфясмтщзайэъ

* + 1. **Определение объема внимания (тест Шульте).**

Испытуемый указывает и называет цифры от 1 до 25 в порядке нарастающей последовательности в заранее подготовленной таблице со случайным расположением. Определяется время и число ошибок при проведении теста. *Средняя норма 40-42 сек.*

* + 1. **Тест на переключение внимания. (Таблицы Горбова-Шульте)**

Испытуемый пишет числа от 1 до 20 и одновременно считает вслух в обратном порядке от 20 до 1. Определяется время проведения пробы и число ошибок. То же можно проделать, пользуясь двухцветными цифровыми таблицами. *Средняя норма 90 сек.*

* + 1. **Определение устойчивости внимания.**

Испытуемый последовательно отнимает от цифры 100 какое-либо число (17, 13, 7) и вслух называет остаток. Определяется равномерность темпа работы, число и характер ошибок, суммарное время, потраченное на работу. Замедление темпа к концу исследования, ошибки с пропуском десятков – показатель ослабления внимания.

Примечание. Все исследования проводятся на нескольких испытуемых.

Результаты оформить в таблице.

Характеристика внимания

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Характеристика внимания | | | | | |
| Объем внимания | | Переключение внимания | | Устойчивость внимания | |
| время | число ошибок | время | число ошибок | время | число ошибок, снижение скорости счета |
|  |  |  |  |  |  |  |

**Работа 2. Оценка объема кратковременной памяти**

Групповое исследование проводится в двух вариантах:

а) при слуховом; б) при зрительном предъявлении задания. При том и другом вариантах предъявляются возрастающие по количеству знаков 7 рядов однозначных цифр, начиная с четырех в первом ряду. Испытуемые воспроизводят эти ряды путем записи и по команде «пишите».

Результаты внести в таблицу.

Объем кратковременной памяти

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Испытуемые | Число правильно воспроизведенных знаков | |
| при слуховом предъявлении | при зрительном предъявлении |
| 1. |  |  |
| 2. |  |  |
| 3. |  |  |

**Работа 3. Образование у человека условного зрачкового рефлекса**

Цель работы: показать возможность выработки условного рефлекса на гладкую мышцу (сфинктер)

зрачка и одновременное образование условного рефлекса на слова.

1. В качестве испытуемого выберите человека со светлой окраской радужной оболочки глаз и хорошей, четкой зрачковой реакцией на свет.
2. Испытуемый и экспериментатор садятся напротив друг друга. При этом испытуемый сидит лицом к окну или к настольной лампе, закрыв один глаз ладонью.
3. Экспериментатор попеременно, то закрывая другой глаз испытуемого, то открывая его, убеждается в наличии зрачкового рефлекса (при закрытии глаза – зрачок расширяется, на свету зрачок суживается).
4. Убедитесь, что звук звонка не вызывает зрачкового рефлекса, то есть является индифферентным раздражителем для глаза.
5. Включите звонок и закройте глаз испытуемого ладонью. В этот момент на испытуемого будут действовать два раздражителя – звуковой, не вызывающего расширения зрачка (будущий условный раздражитель), и затемнение глаза (безусловный раздражитель).
6. Повторите эти действия 10-12 раз с интервалом 30-40 секунд.
7. Включите звонок, не затемняя глаза. Если условный рефлекс сформировался, то, несмотря на яркое освещение глаза светом, зрачок расширяется. Следовательно, звонок стал условным раздражителем.
8. Выработанный условный зрачковый рефлекс на звонок закрепите, повторяя сочетания двух раздражителей еще несколько раз (8–10 раз).
9. Вместо включения звонка громко произнесите слово «звонок», не затемняя глаза. Обычно при этом можно увидеть расширение зрачка.

Вопросы для подготовки по теме

1. Характеристика сенсорной, кратковременной и долговременной памяти. Процедурная и декларативная (эпизодическая и семантическая) память.
2. Простые (неассоциативные) формы научения: габитуация и сенситизация и их механизмы.
3. Ассоциативное научение. Классическое (павловское) обусловливание и оперантное

(инструментальное) научение и их механизмы.

1. Синаптическая пластичность. Клеточные и молекулярные механизмы сенсорной, кратковременной и долговременной памяти.
2. Роль разных отделов мозга (височной доли, гиппокампа, базальных ганглиев, мозжечка) в функциях памяти и научения.

Вопросы по теме для самостоятельного изучения обучающимися

1. Нейрофизиологические механизмы внимания

Ситуационные задачи:

1. На опыты по изучению пищевых условных рефлексов привели двух собак. Перед началом опыта одна из них выпила большое количество воды. Вначале у обеих собак пищевые условные рефлексы протекали нормально, но через некоторое время у собаки, пившей воду, пищевые условные рефлексы исчезли, хотя никаких отвлекающих внешних воздействий не было.

а) Какой процесс в ЦНС вызвал исчезновение пищевых условных рефлексов?

б) Какой фактор вызвал исчезновение условных рефлексов?

1. Для проверки предположения о наличии у животного цветного зрения провели следующий эксперимент. Выработали пищевой условный рефлекс на включение зеленой лампочки. При включении красной лампочки первый условный рефлекс сохранялся. Затем на включение зеленой лампочки условный рефлекс подкрепляли порцией пищи, а при включении красной лампочки пищу животному не давали. Через несколько повторений этих действий пищевой условный рефлекс затормозился при включении красной лампочки, но сохранялся при включении зеленой лампочки.

а) К какому виду торможения относится дифференцировочное торможение?

б) Можно ли утверждать о наличии у животного цветового зрения?

1. У собаки выработали условный пищевой рефлекс (выделение слюны) на условный раздражитель в виде светящегося круга. При включении раздражителя в виде светящегося эллипса также выделялась слюна (пища не предъявлялась). После нескольких включений светящегося эллипса слюна перестала выделяться.

а) Что произошло с условным рефлексом при включении светящегося эллипса?

б) Можно ли восстановить условный рефлекс при включении светящегося эллипса?

в) Как изменится поведение собаки, если постепенно светящийся эллипс приближать по форме к светящемуся кругу?

1. У собаки выработан пищевой условный рефлекс на световой раздражитель в камере с двусторонним подкреплением: с одной стороны в камеру подавалась вода, а с другой стороны подавалась пища.

а) В какую сторону и в зависимости от чего побежит собака при включении условного раздражителя?

б) Как называется состояние мозга, которое формирует соответствующее поведение?

в) Как изменится поведение экспериментальной собаки при появлении рядом другой собаки?

Тема: Развитие интегративных функций ЦНС у человека

**Цель занятия**

1. Изучить формирование интегративных функций мозга в процессе индивидуального развития человека.

**Вопросы для подготовки по теме:**

1. Развитие механизмов восприятия и передачи сигналов в нервной системе (образование нейронных сетей, синаптогенез, миелинизация нервных волокон, передача сигналов в нервных центрах, развитие медиаторных систем).

2. Развитие специфических и неспецифической сенсорных систем.

3. Лимбическая система и формирование эмоциональных реакций.

4. Развитие механизмов памяти.

5. Этапы и механизмы возникновения речи. Функциональные системы понимания речи и управления голосом. Особенности развития речи у носителей тоновых языков.

6. Физиологические основы формирования разных видов мышления (пространственного, вербального, логико-математического, музыкального).

**Вопросы по теме для самостоятельного изучения обучающимися**

1. Лимбическая система. Эмоции.

2. Сон как физиологическое состояние.

Тема: **Методы оценки интеллектуальной деятельности мозга**

Цели занятия

1. Сформировать представления о физиологических механизмах речи и сознания.
2. Изучить связь ритмов электроэнцефалограммы с функциональным состоянием мозга.
3. Ознакомить студентов с методикой типирования личности по Айзенку, определением уровня тревожности и определением основных типов нервных процессов.

**Работа 1. Типирование личности по Айзенку**

Цель работы: определить степень невротизма (эмоциональной лабильности) и экстраверсии при тестировании по Айзенку.

В основе метода определения экстраверсии – интроверсии лежит понимание механизма психической деятельности по К.Юнгу. Для экстравертов наибольшей значимостью обладают объективные предметы и события; для интровертов – внутренние психические процессы и собственная личность. Основа этой классификации по Айзенку – взаимодействие между активирующим влиянием ретикулярной формации и тормозным влиянием на нее коры больших полушарий.

**Личностный опросник Айзенка:**

1. Часто ли Вы испытываете тягу к новым впечатлениям, к тому, чтобы «встряхнуться» испытать возбуждение?
2. Часто ли Вы нуждаетесь в друзьях, которые Вас понимают, могут ободрить или утешить?
3. Вы человек беспечный?
4. Не находите ли Вы, что Вам очень трудно отвечать «нет»?
5. Задумываетесь ли Вы перед тем, как что-нибудь предпринять?
6. Если Вы обещаете что-то сделать, всегда ли Вы сдерживаете свои обещания (независимо от того, удобно это Вам или нет)?
7. Часто ли у Вас бывают спады и подъемы настроения?
8. Обычно Вы поступаете и говорите быстро, не раздумывая?
9. Часто ли Вы чувствуете себя несчастным человеком без достаточных на то причин?
10. Сделали бы Вы почти все, что угодно, на спор?
11. Возникает ли у Вас чувство робости и смущения, когда Вы хотите завести разговор с симпатичным (ной) незнакомцем (кой)?
12. Выходите ли Вы иногда из себя, злитесь?
13. Часто ли Вы действуете под влиянием минутного настроения?
14. Часто ли Вы беспокоитесь из-за того, что сделали или сказали что-нибудь такое, чего не следовало бы делать или говорить?
15. Предпочитаете ли Вы обычно книги, встречам с людьми?
16. Легко ли Вас обидеть?
17. Любите ли Вы часто бывать в компании?
18. Бывают ли у Вас иногда мысли, которые Вы хотели бы скрыть от других?
19. Верно ли, что Вы иногда полны энергии так, что все горит в руках, а иногда совсем вялы?
20. Предпочитаете ли Вы иметь поменьше друзей, но зато особенно близких Вам?
21. Часто ли Вы мечтаете?
22. Когда на Вас кричат, Вы отвечаете тем же?
23. Часто ли Вас беспокоит чувство вины?
24. Все ли Ваши привычки хороши и желательны?
25. Способны ли Вы дать волю своим чувствам и вовсю повеселиться в компании?
26. Считаете ли Вы себя человеком возбудимым и чувствительным?
27. Считают ли Вас человеком живым и веселым?
28. Часто ли сделав какое-нибудь важное дело, Вы испытываете чувство, что могли бы сделать его лучше?
29. Вы больше молчите, когда находитесь в обществе других?
30. Вы иногда сплетничаете?
31. Бывает ли, что Вам не спится из-за того, что разные мысли лезут в голову?
32. Если Вы хотите узнать о чем-нибудь, то Вы предпочитаете прочитать об этом в книге, нежели спросить?
33. Бывают ли у Вас сердцебиения?
34. Нравится ли Вам работа, которая требует от Вас постоянного внимания?
35. Бывают ли у Вас приступы дрожи?
36. Всегда ли бы Вы платили на провоз багажа на транспорте, если бы не опасались проверки?
37. Вам неприятно находиться в обществе, где подшучивают друг над другом?
38. Раздражительны ли Вы?
39. Нравится ли Вам работа, которая требует быстроты действия?
40. Волнуетесь ли Вы по поводу каких-то неприятных событий, которые могли бы произойти?
41. Вы ходите медленно и неторопливо?
42. Вы когда ни будь опаздывали на свидание или работу?
43. Часто ли Вам снятся кошмары?
44. Верно ли что Вы так любите поговорить, что никогда не упустите возможность побеседовать с незнакомым человеком?
45. Беспокоят ли Вас какие-нибудь боли?
46. Вы бы почувствовали себя несчастным, если бы длительное время были лишены широкого общения с людьми?
47. Можете ли Вы назвать себя нервным человеком?
48. Есть ли среди Ваших знакомых люди, которые Вам явно не нравятся?
49. Можете ли Вы сказать, что Вы весьма уверенный в себе человек?
50. Легко ли Вы обижаетесь, когда люди указывают на Ваши ошибки в работе или на Ваши личные промахи?
51. Вы считаете, что трудно получить настоящее удовольствие от вечеринки?
52. Беспокоит ли Вас чувство, что Вы чем-то хуже других?
53. Легко ли Вам внести оживление в довольно скучную компанию?
54. Бывает ли, что Вы говорите о вещах, в которых не разбираетесь?
55. Беспокоитесь ли Вы о своем здоровье?
56. Любите ли Вы подшучивать над другими?
57. Страдаете ли Вы от бессонницы?

Испытуемый отвечает на поставленные вопросы в форме «да», «нет». Отметки ставятся в регистрационном бланке по номеру теста по трем шкалам: а) Э – экстраверсия, б) Н – невротизм, в) Л – ложь. Результат оценивается с использованием специального ключа.

Ключ к оценке теста Айзенка

Э – экстраверсия:

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 3 | 5 | 8 | 10 | 13 | 15 | 17 | 20 | 22 | 25 | 27 | 29 | 32 | 34 | 37 | 39 | 41 | 44 | 46 | 49 | 51 | 53 | 56 |
| + | + | - | + | + | + | - | + | - | + | + | + | - | - | - | - | + | - | + | + | + | - | + | + |

Н – невротизм (все номера со знаком +):

2 4 7 9 11 14 16 19 21 23 26 28 31 33 35 38 40 43 45 47 50 52 55 57

Л – ложь

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 6 | 12 | 18 | 24 | 30 | 36 | 42 | 48 | 54 |
| + | - | - | + | - | + | - | - | - |

Отметить число совпадений знаков ответов с ключом: а) Э –...; б) Н –...; в) Л –....

Если в шкале «Л» совпали пять знаков и более, то оценка теста Айзенка не производится (испытуемый лгал).

Оценка уровня невротизма по числу совпадений знаков ответов по шкале Н:

 14 – высокий, 10-13 – средний, ≤ 9 – низкий.

Оценка экстраверсии-интроверсии по числу совпадений знаков ответов по шкале Э:

 13 – экстраверт, ≤ 12 – интроверт.

Оценка по шкале «Н» и «Э» в совокупности:

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  | Тип личности по Айзенку | Тип личности по Гиппократу |
| Н≤12 | Э≤12 | Интроверт стабильный | Флегматик |
| Э>13 | Экстраверт стабильный | Сангвиник |
| Н>13 | Э≤12 | Интроверт нестабильный | Меланхолик |
| Э>13 | Экстраверт нестабильный | Холерик |

Работа 2. Тест Ч.Д. Спилбергера (в модификации Ю.Л. Ханина)

Методика Ч.Д. Спилбергера на выявление личностной и ситуативной тревожности адаптирована на русский язык Ю.Л. Ханиным.

Большинство из известных методов измерения тревожности позволяет оценивать личностную тревожность, либо само наличие состояние тревожности. Единственной методикой, позволяющей дифференцированно измерять тревожность и как личное свойство, и как состояние, является методика, предложенная Ч.Д. Спилбергером и адаптированная на русском языке Ю.Л. Ханиным. Бланк шкал самооценки Спилбергера включает в себя 40 вопросов – рассуждений, 20 из которых предназначены для оценки уровня ситуативной и 20 – для оценки личностной тревожности.

Тестирование по методике Спилбергера - Ханина проводится с применением двух бланков: один бланк для измерения показателей ситуативной тревожности, а второй – для измерения уровня личностной тревожности.

Исследование может проводиться индивидуально или в группе.

Прочитайте каждое из предложений и зачеркните цифру в соответствующей графе справа в зависимости от того, как вы себя чувствуете **в данный момент**.

Над вопросами долго не задумывайтесь, поскольку правильных или неправильных ответов нет.

Шкала ситуативной тревожности

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Суждение | **Нет,**  **это не так** | **Пожалуй,**  **так** | **Верно** | **Совершенно верно** |
| 1 | Я спокоен | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 2 | Мне ничто не угрожает | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 3 | Я нахожусь в напряжении | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 4 | Я внутренне скован | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 5 | Я чувствую себя свободно | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 6 | Я расстроен | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 7 | Меня волнуют возможные неудачи | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 8 | Я ощущаю душевный покой | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 9 | Я встревожен | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 10 | Я испытываю чувство внутреннего удовлетворения | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 11 | Я уверен в себе | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 12 | Я нервничаю | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 13 | Я не нахожу себе места | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 14 | Я взвинчен | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 15 | Я не чувствую скованности, напряжённости | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 16 | Я доволен | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 17 | Я озабочен | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 18 | Я слишком возбуждён,  и мне не по себе | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 19 | Мне радостно | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 20 | Мне приятно | 1 | 2 | 3 | 4 |

Шкала личностной тревожности

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Суждение | **Никогда** | **Почти никогда** | **Часто** | **Почти всегда** |
| 1 | У меня бывает приподнятое настроение | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 2 | Я бываю раздражительным | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 3 | Я легко могу расстроиться | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 4 | Я хотел бы быть таким же удачливым,  как и другие | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 5 | Я сильно переживаю неприятности  и долго не могу о них забыть | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 6 | Я чувствую прилив сил, желание работать | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 7 | Я спокоен, хладнокровен и собран | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 8 | Меня тревожат возможные трудности | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 9 | Я слишком переживаю из-за пустяков | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 10 | Я бываю вполне счастлив | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 11 | Я всё принимаю близко к сердцу | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 12 | Мне не хватает уверенности в себе | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 13 | Я чувствую себя беззащитным | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 14 | Я стараюсь избегать критических ситуаций и трудностей | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 15 | У меня бывает хандра | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 16 | Я бываю доволен | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 17 | Всякие пустяки отвлекают и волнуют меня | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 18 | Бывает, что я чувствую себя неудачником | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 19 | Я уравновешенный человек | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 20 | Меня охватывает беспокойство, когда я думаю о своих делах и заботах | 1 | 2 | 3 | 4 |

Ключ к тесту Ч.Д. Спилбергера (в модификации Ю.Л. Ханина)

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Ситуативная тревожность** | | | | | **Личностная тревожность** | | | | |
|  | **Ответы** | | | |  | **Ответы** | | | |
| **№** | **1** | **2** | **3** | **4** | **№** | **1** | **2** | **3** | **4** |
| **1** | 4 | 3 | 2 | 1 | **1** | 4 | 3 | 2 | 1 |
| **2** | 4 | 3 | 2 | 1 | **2** | 1 | 2 | 3 | 4 |
| **3** | 1 | 2 | 3 | 4 | **3** | 1 | 2 | 3 | 4 |
| **4** | 1 | 2 | 3 | 4 | **4** | 1 | 2 | 3 | 4 |
| **5** | 4 | 3 | 2 | 1 | **5** | 1 | 2 | 3 | 4 |
| **6** | 1 | 2 | 3 | 4 | **6** | 4 | 3 | 2 | 1 |
| **7** | 1 | 2 | 3 | 4 | **7** | 4 | 3 | 2 | 1 |
| **8** | 4 | 3 | 2 | 1 | **8** | 1 | 2 | 3 | 4 |
| **9** | 1 | 2 | 3 | 4 | **9** | 1 | 2 | 3 | 4 |
| **10** | 4 | 3 | 2 | 1 | **10** | 4 | 3 | 2 | 1 |
| **11** | 4 | 3 | 2 | 1 | **11** | 1 | 2 | 3 | 4 |
| **12** | 1 | 2 | 3 | 4 | **12** | 1 | 2 | 3 | 4 |
| **13** | 1 | 2 | 3 | 4 | **13** | 1 | 2 | 3 | 4 |
| **14** | 1 | 2 | 3 | 4 | **14** | 1 | 2 | 3 | 4 |
| **15** | 4 | 3 | 2 | 1 | **15** | 1 | 2 | 3 | 4 |
| **16** | 4 | 3 | 2 | 1 | **16** | 4 | 3 | 2 | 1 |
| **17** | 1 | 2 | 3 | 4 | **17** | 1 | 2 | 3 | 4 |
| **18** | 1 | 2 | 3 | 4 | **18** | 1 | 2 | 3 | 4 |
| **19** | 4 | 3 | 2 | 1 | **19** | 4 | 3 | 2 | 1 |
| **20** | 4 | 3 | 2 | 1 | **20** | 1 | 2 | 3 | 4 |

*Интерпретация результатов*

При анализе результатов надо иметь в виду, что общий итоговый показатель по каждой из шкал может находиться в диапазоне от 20 до 80 баллов. При этом, чем выше итоговый показатель, тем выше уровень тревожности (ситуативной или личностной).

При интерпретации показателей можно использовать следующие ориентировочные оценки тревожности:

до 30 баллов – низкая,

31 – 44 балла – умеренная;

45 и более - высокая.

Личности, относимые к категории высокотревожных, склонны воспринимать угрозу своей самооценке и жизнедеятельности в обширном диапазоне ситуаций и реагировать весьма выраженным состоянием тревожности. Если психологический тест выражает у испытуемого высокий показатель личностной тревожности, то это дает основание предполагать у него появление состояния тревожности в разнообразных ситуациях, особенно когда они касаются оценки его компетенции и престижа.

Лицам с высокой оценкой тревожности следует формировать чувство уверенности и успеха. Им необходимо смещать акцент с внешней требовательности, категоричности, высокой значимости в постановке задач на содержательное осмысление деятельности и конкретное планирование по подзадачам.

Для низкотревожных людей, напротив, требуется пробуждение активности, подчеркивание мотивационных компонентов деятельности, возбуждение заинтересованности, высвечивание чувства ответственности в решении тех или иных задач.

Состояние реактивной (ситуационной) тревоги возникает при попадании в стрессовую ситуацию и характеризуется субъективным дискомфортом, напряженностью, беспокойством и вегетативным возбуждением. Естественно, это состояние отличается неустойчивостью во времени и различной интенсивностью в зависимости от силы воздействия стрессовой ситуации. Таким образом, значение итогового показателя по данной подшкале позволяет оценить не только уровень актуальной тревоги испытуемого, но и определить, находится ли он под воздействием стрессовой ситуации и какова интенсивность этого воздействия на него.

Личностная тревожность представляет собой конституциональную черту, обусловливающую склонность воспринимать угрозу в широком диапазоне ситуаций. При высокой личностной тревожности каждая из этих ситуаций будет обладать стрессовым воздействием на субъекта и вызывать у него выраженную тревогу. Очень высокая личностная тревожность прямо коррелирует с наличием невротического конфликта, с эмоциональными и невротическими срывами и психосоматическими заболеваниями.

Сопоставление результатов по обеим подшкалам дает возможность оценить индивидуальную значимость стрессовой ситуации для испытуемого. Шкала Спилбергера в силу своей относительной простоты и эффективности широко применяется в клинике с различными целями: определение выраженности тревожных переживаний, оценка состояния в динамике и др.

**Работа 3. Определение индивидуально-типологических особенностей высшей нервной деятельности человека**

Цель работы: методом самопознания научиться выявлять особенности своих нервных процессов.

**1. Определение силы нервных процессов**

Сила нервных процессов обусловливает работоспособность нервных клеток мозга, их выносливость к нагрузкам. Проявляется она в определенных качествах человека. Качеств этих много, здесь приводится 10 качеств.

Для определения силы нервных процессов оцените по пятибалльной системе следующие качества:

1. Работоспособность
2. Решительность
3. Выносливость
4. Активность
5. Целеустремленность
6. Храбрость
7. Выраженность аппетита
8. Глубина сна
9. Настойчивость
10. Выдержка

Подсчитайте количество баллов, и выведите средний показатель. Если средний балл превышает 3,5 – человек является обладателем сильного типа ВНД, если меньше 3,5 – слабого.

**2. Определение уравновешенности нервных процессов**

Уравновешенность нервных процессов зависит от степени соответствия силы возбуждения силе торможения, от их баланса.

Для проверки силы возбудимости оцените по пятибалльной системе степень проявления следующих качеств:

1. Смелость.
2. Инициативность.
3. Склонность к риску.
4. Склонность «выкладываться» в работе.
5. Непокорность.
6. Горячность.
7. Готовность идти на встречу трудностям.
8. Уверенность в себе.
9. Внутренняя собранность.
10. Настроение.

Из полученных данных выведите средний балл.

Затем по той же методике определите силу торможения, оценивая следующие качества:

1. Осторожность.
2. Настроение.
3. Самообладание.
4. Предусмотрительность.
5. Умение выслушивать обвинения.
6. Собранность в ожидании опасности.
7. Склонность к недоверчивости.
8. Умение хранить тайну.
9. Умение сдерживаться.
10. Умение соблюдать установленные правила.

Выведите средний балл и сравните полученные данные. Если сила возбуждения превышает силу торможения на 0,3 и более – тип возбудимый, если наоборот – тормозной. Если полученные значения равны в пределах тех же трех десятых – тип уравновешенный.

**3. Определение подвижности нервных процессов**

Определите подвижность возбуждения, оценив по пятибалльной шкале следующие качества:

1. Быстрота перехода от деятельности к покою.
2. Склонность разнообразить выполнение одного и того же дела.
3. Не злопамятность.
4. Вспыльчивость.
5. Нетерпение, желание перебивать во время беседы.
6. Быстрота перехода от одной работы к другой.
7. Быстрота реакции.
8. Находчивость.
9. Сообразительность.
10. Несдержанность в высказываниях и поступках.

Определите средний балл.

Затем проверьте инертность возбуждения по тем же критериям, что и сила, но только со знаком минус (инертность возбуждения означает его устойчивость, медленный переход к покою).

Здесь оценивается:

1. Умение довести до конца начатое.
2. Переход от деятельности к покою.
3. Терпеливость и способность не реагировать на «мелочи жизни».
4. Постоянство в привычках, привязанностях.
5. Склонность думать и говорить об одном и том же слишком долго и подробно.
6. Засыпание после сильного волнения.
7. Несдержанность в высказываниях и поступках.
8. Неуступчивость, когда требуют изменить привычное.
9. Привыкание к новым условиям.
10. Склонность к медленному темпу и однообразным делам.

Выведите средний балл. Сравните два полученных значения. Сравнение двух средних баллов покажет, каким является возбуждение – подвижным или инертным.

Затем исследуйте **подвижность тормозных процессов**. Оценке подлежат следующие особенности:

1. Быстрота двигательных и речевых реакций
2. Быстрота возбуждения (в ситуациях, когда нужно сохранить способность к спокойствию)
3. Готовность к действиям
4. Склонность к подвижному образу жизни (к переездам, экскурсиям и т. д.)
5. Умение быстро осваиваться с новой обстановкой
6. Умение оправдываться, изворачиваться
7. Общительность
8. Вспыльчивость
9. Быстрота вхождения в трудовой ритм после отдыха
10. Мнение окружающих о том, насколько деятелен, расторопен человек.

Как и в других случаях, вычислите средний балл, а далее произведите определение инертности торможения. Она проявляется по тем же показателям, только теперь, чем медленнее и труднее

«снимаются тормоза», тем выше оценка. Вновь вычислите средний балл. Сравнением двух абсолютных цифр (средних показателей подвижности и инертности тормозного процесса) определяется характеристика торможения: является ли оно подвижным (легко преодолеваемым) или инертным.

Из перечисленных выше характеристик образуются 4 основных типа ВНД, общие для человека и животных.

**4. Определение дополнительного типа ВНД**

В отличие от животных для человека характерны 3 дополнительных типа ВНД, в основе которых лежит соотношение сигнальных систем действительности: художественный тип, мыслительный тип, средний тип. Определить свою принадлежность к тому или иному типу можно следующим образом.

Оцените по пятибалльной системе следующие качества, определяющие проявления **художественного типа**. Выведите средний балл:

1. Эмоциональность восприятия природы.
2. Образность мышления.
3. Мечтательность.
4. Выразительность мимики и пантомимики.
5. Склонность к артистической деятельности.
6. Склонность к импульсивным, предварительно необдуманным поступкам.
7. Склонность к конкретным наукам.
8. Простота и непосредственность.
9. Любовь к животным, сценическому искусству.
10. Любовь к красивой и оригинальной одежде.

**Мыслительный тип** определяется по следующим качествам:

1. Обдумывание своих поступков.
2. Склонность к сомнениям, стремление самому разобраться во всем, не доверяя чужим заключениям.
3. Склонность к абстрактным наукам.
4. Склонность к анализу и обобщениям.
5. Предусмотрительность.
6. Полнота волевого акта (осознанность желаний, способность принимать решение, исполнять его).
7. Хорошая память на факты.
8. Степень самокритичности.
9. Склонность к обсуждению сложных вопросов; размышлениям, теоретизированию.
10. Выбор друзей, избирательность отношений с другими людьми.

Снова выведите средний балл. Далее сравните полученные средние значения. Если показатели художественного типа преобладают над мыслительными на 0,3 и более баллов – тип художественный, если наоборот – мыслительный. Если же эти цифры равны в пределах тех же трех десятых – тип средний.

Вопросы для подготовки по теме

1. Ритмы электроэнцефалограммы, их связь с функциональным состоянием мозга.
2. Функциональная асимметрия головного мозга.
3. Механизмы речевой функции. Центры речи, роль зон Брока и Вернике. Виды афазий.
4. Нейрофизиологические механизмы сознания.

Вопросы по теме для самостоятельного изучения обучающимися

1. Функции ассоциативных областей неокортекса. Фронтальная ассоциативная кора и контроль поведения. Теменная ассоциативная кора и функции восприятия.