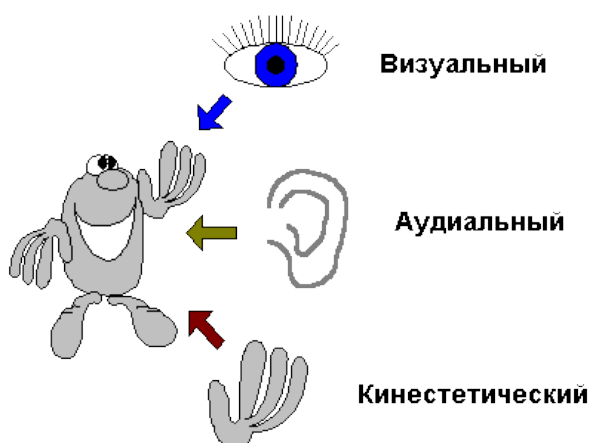


Тест аудиал, визуал, кинестетик. Диагностика доминирующей перцептивной модальности С. Ефремцева. (Методика ведущий канал восприятия)



Диагностика доминирующей перцептивной модальности С. Ефремцева служит для определения ведущего типа восприятия: аудиального, визуального или кинестетического.

А какие органы чувств скорее “откликаются” у вас при контактах с окружающим миром? К какому типу людей относятся ваши близкие? Как они воспринимают окружающий мир: визуально, на слух, или на ощупь? Методика канала восприятия поможет вам лучше понять себя и других.

У каждого из нас среди органов чувств есть ведущий, который быстрее и чаще остальных реагирует на сигналы и раздражители внешней среды. Сходство типов может способствовать любви, несовпадение порождает конфликты и недоразумения. Если вы знаете к какому типу относятся дорогие вам люди и просто знакомые, вам будет легче донести до них информацию и понять, что хотят сказать вам. Например, как люди с определенным видом восприятия узнают, что их кто-то любит?

- Визуал (зрительное восприятие) – по тому, как на него смотрят.
- Кинестетик (тактильное восприятие) – по тому, как его касаются.
- Аудиал (слуховое восприятие) – по тому, что ему говорят.
- Дискрет (дигитальное восприятие) - по тому, что подсказывает логика.

(Кто такие дискреты - смотрите далее).

Тест аудиал, визуал, кинестетик (диагностика доминирующей перцептивной модальности С. Ефремцева / методика на восприятие):

Инструкция к тесту.

Прочитайте предлагаемые утверждения. Поставьте знак "+", если Вы согласны с данным утверждением, и знак "-", если не согласны.

Тестовый материал (вопросы).

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 время, люблю наблюдать за людьми.
11. Плохо себя чувствую, когда не наслаждаюсь движением.
12. Видя одежду в витрине, знаю, что мне будет хорошо в ней.
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 могу 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, свойственной другим.
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. Даже спустя годы могу узнать лица, которые когда-либо видел.
33. Люблю ходить под дождем, когда капли стучат по зонтику.
34. Люблю слушать, когда говорят.
35. Люблю заниматься подвижным спортом 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 не 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. Пожатие руки много говорит мне 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.

Ключ к тесту аудиал, визуал, кинестетик.

- **Визуальный канал восприятия:** 1, 5, 8, 10, 12, 14, 19, 21, 23, 27, 31, 32, 39, 40, 42, 45.
- **Аудиальный канал восприятия:** 2, 6, 7, 13, 15, 17, 20, 24, 26, 33, 34, 36, 37, 43, 46, 48.

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

Уровни перцептивной модальности (ведущего типа восприятия) :

- 13 и более – высокий;
- 8-12 – средний;
- 7 и менее – низкий.

Интерпретация результатов:

Подсчитайте, количество положительных ответов в каждом разделе ключа. Определите, в каком разделе больше ответов "да" ("+"). Это Ваш тип ведущей модальности. Это ваш главный тип восприятия.

Визуал. Часто употребляются слова и фразы, которые связаны со зрением, с образами и воображением. Например: “не видел этого”, “это, конечно, проясняет все дело”, “заметил прекрасную особенность”. Рисунки, образные описания, фотографии значат для данного типа больше, чем слова. Принадлежащие к этому типу люди моментально схватывают то, что можно увидеть: цвета, формы, линии, гармонию и беспорядок.

Кинестетик. Тут чаще в ходу другие слова и определения, например: “не могу этого понять”, “атмосфера в квартире невыносимая”, “ее слова глубоко меня тронули”, “подарок был для меня чем-то похожим на теплый дождь”. Чувства и впечатления людей этого типа касаются, главным образом, того, что относится к прикосновению, интуиции, догадке. В разговоре их интересуют внутренние переживания.

Аудуал. “Не понимаю что мне говоришь”, “это известие для меня...”, “не выношу таких громких мелодий” – вот характерные высказывания для людей этого типа; огромное значение для них имеет все, что акустично: звуки, слова, музыка, шумовые эффекты.

Несмотря на то, что основных каналов восприятия существует три, человек обрабатывает свой жизненный опыт четырьмя способами. Ведь существует еще и дигитальный канал – некий внутренний монолог, связанный со словами и числами. **Дигитал** (он же **дискрет**) – весьма своеобразный и достаточно редко встречающийся типаж, которому свойственно особое восприятие мира. Выражения эмоций, разговоров о чувствах, красочного описаний картин природы и т.п. от дискретов дождаться сложно. Этот тип ориентирован, прежде всего, на логику, смысл и функциональность. В разговоре с дискретом складывается впечатление, что он как будто ничего не чувствует, но много знает, и еще больше – стремится узнать, осмыслить, понять и разложить по полочкам. Но это совсем не так! Люди с дигитальным каналом восприятия как раз невероятно чувствительны и ранимы

Среди представителей этого типа особенно много шахматистов, программистов, а также всевозможных исследователей и ученых. В их лексиконе часто встречаются выражения: “где тут логика?”, “надо проанализировать ситуацию”, “итак, методом исключения мы выясняем...” Поскольку дискреды воспринимают мир через логическое осмысление, общаться с ними стоит именно с помощью логических доводов, желательно еще и подкрепленных статистическими данными.

Отличительные признаки	Визуальный тип
Способ получения информации	Посредством зрения – благодаря использованию наглядных пособий или непосредственно наблюдая за тем, как выполняются соответствующие действия
Восприятие окружающего мира	Восприимчивы к видимой стороне окружающего мира; испытывают жгучую потребность в том, чтобы мир вокруг них выглядел красиво; легко отвлекаются и впадают в беспокойство при виде беспорядка
На что обращают внимание при общении с людьми	На лицо человека, его одежду и внешность
Речь	Описывают видимые детали обстановки – цвет, форму, размер и внешний облик вещей
Движения глаз	Когда о чем-нибудь размышляют, обычно смотрят в потолок; когда слушают, испытывают потребность смотреть в глаза говорящему и хотят, чтобы те, кто их слушают, также смотрели им в глаза
Память	Хорошо запоминают зримые детали обстановки, а также тексты и учебные пособия, представленные в печатном или графическом виде
Отличительные признаки	Аудиальный тип
Способ получения информации	Посредством слуха – в процессе разговора, чтения вслух, спора или обмена мнениями со своими собеседниками
Восприятие окружающего мира	Испытывают потребность в непрерывной слуховой стимуляции, а когда вокруг тихо, начинают издавать различные звуки – мурлычат себе под нос, свистят или сами с собой разговаривают, но только не тогда, когда они заняты учебой, потому что в эти минуты им необходима тишина; в противном случае им приходится отключаться от раздражающего шума, который исходит от других людей
На что обращают внимание при общении с людьми	На имя и фамилию человека, звук его голоса, манеру его речи и сказанные им слова
Речь	Описывают звуки и голоса, музыку, звуковые эффекты и шумы, которые можно услышать в окружающей их обстановке, а также пересказывают то, что говорят другие люди
Движения глаз	Обычно смотрят то влево, то вправо и лишь изредка и ненадолго заглядывают в глаза говорящему
Память	Хорошо запоминают разговоры, музыку и звуки
Отличительные признаки	Кинестетический тип
Способ получения информации	Посредством активных движений скелетных мышц – участвуя в подвижных играх и занятиях, экспериментируя, исследуя окружающий мир, при условии, что тело постоянно находится в движении
Восприятие	Привыкли к тому, что вокруг них кипит деятельность; им

окружающего мира	необходим простор для движения; их внимание всегда приковано к движущимся объектам; зачастую их отвлекает и раздражает, когда другие люди не могут усидеть на месте, однако им самим необходимо постоянно двигаться
На что обращают внимание при общении с людьми	На то, как другой себя ведет; что он делает и чем занимается
Речь	Широко применяют слова, обозначающие движения и действия; говорят в основном о делах, победах и достижениях; как правило, немногословны и быстро переходят к сути дела; часто используют в разговоре свое тело, жесты, пантомимику
Движения глаз	Им удобнее всего слушать и размышлять, когда их глаза опущены вниз и в сторону; они практически не смотрят в глаза собеседнику, поскольку именно такое положение глаз позволяет им учиться и одновременно действовать; но если поблизости от них происходит суэта, их взгляд неизменно направляется в ту сторону
Память	Хорошо запоминают свои и чужие поступки, движения и жесты

-
-

Методы диагностики сенсорной и моторной асимметрии

Диагностика ведущего уха:

Испытуемому предлагается определить, у какого уха прозвучал хлопок в ладоши (его производят за спиной испытуемого, на одинаковом расстоянии от обеих ушей). Названное испытуемым ухо ведущее (предположительно).

Испытуемому предлагается оценить громкость тиканья часов тем и другим ухом. При этом отмечается, к какому уху он подносит часы в первый раз и одинаково ли слышит тиканье разными ушами.

° Испытуемому что-то говорится шепотом. Испытуемый обычно подставляет ведущее ухо, которым легче и быстрее осознает услышанное.

Диагностика ведущего глаза:

- Испытуемого просят моргнуть одним глазом. Обычно закрывается неведущий глаз.

° Рассматривание предмета в «подзорную трубу». Оно обычно осуществляется ведущим глазом.

- В листе плотной бумаги размером 5х10 см в центре вырезается отверстие 1х1 см; держа лист на расстоянии 30—40см, испытуемый фиксирует через отверстие предмет,

находящийся в 2—3 см от него. При закрывании ведущего глаза предмет смещается.

- В темной комнате испытуемого просят зафиксировать взглядом зажженную свечу, а затем прикрыть язычок пламени указательным пальцем вытянутой руки. Находясь сбоку, экспериментатор видит глаза испытуемого и определяет, на какой из них падает тень от пальца (она падает на ведущий глаз). Тестом можно пользоваться при определении ведущего глаза у детей дошкольного возраста.

Диагностика ведущей **ноги**:

Испытуемому предлагается выполнить подпрыгивание на одной ноге, шаг вперед и шаг назад, вставание на стуле на колени — нога, выполняющая движение первой, считается ведущей.

При прыжке в длину ведущая нога является толчковой.

При закидывании ноги на ногу сверху оказывается функционально преобладающая нога.

Испытуемому предлагается сделать несколько прыжков через скакалку. Ведущая нога будет первой и становится впереди неведущей.

Измерить длину 5—10 шагов каждой ноги, вычислить среднеарифметическую величину шага каждой ноги. Шаги ведущей ноги длиннее, чем неведущей.

Диагностика ведущей **руки**:

Для оценки степени праворукости и леворукости используются несложные тесты:

- Ребенку вручается несколько спичечных коробков. Задание: «Найди спичку в одном из коробков». Ведущей считается та рука, которая открывает и закрывает коробок.

Ребенку предлагается открыть и закрыть несколько пузырьков с отвинчивающимися крышками. Ведущая рука выполняет активные действия, неведущая - держит пузырек.

Ребенка просят развязать несколько узлов на шнурке средней толщины. Ведущей считается та рука, которая развязывает узел (другая держит).

Ребенок должен протереть классную доску (стол, шкаф и т.д.) тряпкой. Активные действия выполняет ведущая рука.

Ребенка просят поймать мяч одной рукой. Активные действия выполняет ведущая рука.

При раздаче карт их раскладывают ведущей рукой.

При хлопках в ладоши ведущая рука — сверху.

Ребенка просят погладить игрушку, держа ее в руке, гладит ведущая рука.

Нарисовать пальцем одной руки круги на ладони другой — рисует ведущая рука.

Неведущая рука держит часы, ведущая рука выполняет активные, точно дозируемые движения, заводящие часы.

Ведущая рука держит нитку и вдевает ее в ушко, а неведущая рука держит иголку.

При переплетении пальцев рук сверху оказывается большой палец ведущей руки.

Ребенка просят поднять лежащий на полу предмет. Это действие очень редко выполняется неведущей рукой.

- Ребенку предлагают скрестить руки («поза Наполеона»). Кисть ведущей руки оказывается на предплечье другой руки, кисть неведущей руки оказывается под предплечьем ведущей.

Детям предлагается на листе бумаги нарисовать два квадрата 2х2 см. Далее следует заполнить их вертикальными линиями на расстоянии 1—1,5 см друг от друга: сначала правой рукой — правый квадрат, затем левой рукой — левый квадрат за определенное время. Ведущая рука проводит больше линий, и они получаются более прямыми (пробу проводят с детьми старше 10 лет).

Детям предлагается взять два чистых листа бумаги и поставить жирную точку в центре каждого из них. Затем сначала одной рукой на одном листе, а затем другой на втором листе с закрытыми глазами попасть карандашом в эти точки 15—20 раз подряд. У праворукого ребенка точность попадания выше при работе правой рукой (точки ближе к цели, распределены вокруг нее равномерно, форма разброса приближается кovalу). Левая же рука чаще всего попадает в левую половину листа и дальше от цели, чем правая. У леворуких детей наблюдается обратная картина. (Проба Е.П. Ильина на точность попадания.)

- Детям предлагается на чистом листе бумаги с закрытыми глазами и зафиксированным (прикушенным) языком одновременно рисовать двумя руками: правой рукой — квадрат, а левой — круг. Затем под первой парой рисунков предлагается нарисовать треугольник — квадрат, круг — квадрат и т.д. до восьми пар фигур. Рисунки выполняются в быстром темпе. Неведущая рука будет повторять движение ведущей или запаздывать с выполнением задания. (Проба Чернашека, ее проводят не ранее 7 лет.)

- Для определения профиля латеральной организации моторных функций (праворукости и леворукости) можно использовать диагностическое устройство в виде подставки с двумя рядами отверстий по 10 штук. Испытуемый должен пятькратно переставлять деревянные палочки из отверстий одного ряда в другой правой рукой и столько же левой. Учитывается время в секундах. Далее определяются средние арифметические значения полученных результатов для левой и правой руки и коэффициент мануальной асимметрии по формуле:

$$КМА = T_{ср. П} / T_{ср. Л},$$

где $T_{ср. П}$ — среднее значение времени для правой руки; $T_{ср. Л}$ — среднее значение времени для левой руки. (Проба Аннет.)

Предлагаемый тест позволяет выявить ведущее полушарие с помощью простых, объективных методов. Ведущее полушарие является признаком врожденным и, как правило, не меняется до конца жизни. Но нужно учитывать, что при сильном волнении ведущие полушария могут меняться: левое на правое и наоборот.

Вопрос N 1.

Переплетите пальцы рук и вы заметите, что сверху всегда оказывается один и тот же палец, если левый - вы человек эмоциональный, правый - у вас преобладает аналитический склад ума.

Вопрос N 2.

Попробуйте "прицелиться", выбрав себе мишень и глядя на нее через своеобразную мушку - карандаш или ручку. Попробуйте попеременно закрывать глаза. Ведущим является тот глаз, при *закрывании* которого картинка *смещается*. Правый ведущий глаз говорит о твердом, настойчивом, более агрессивном характере, левый - о мягком и уступчивом.

Вопрос N 3.

Если при переплетении рук на груди наверху оказывается левая рука, то вы способны к кокетству, правая - склонны к простоте и простодушию.

Вопрос N 4.

Когда Вы аплодируете, то одна рука сверху хлопает по другой. Если удобнее хлопать правой рукой, можно говорить о решительном характере, левой - вы часто колеблетесь, прежде чем принять решение.

Результаты отдельных Тестов можно объединить в общую формулу, где П будет означать правое полушарие, Л - левое.

ПППП - для вас характерен консерватизм, ориентация на общепринятое мнение (на стереотип). Вы не любите конфликтовать, спорить и ссориться.

ПППЛ - определяющая черта вашего характера - нерешительность.

ППЛП - для вас характерны кокетство, решительность, чувство юмора, артистизм. При общении с вами необходимы юмор и решительность. Очень контактный тип характера. Этот тип у женщин встречается наиболее часто.

ППЛЛ - редкий тип характера. Мягкий. Наблюдается некоторое противоречие между нерешительностью (левое аплодирование) и твердостью характера (правый ведущий глаз).

ЛППП - тип характера, сочетающий аналитический склад ума и мягкость. Чаще встречается у женщин - тип "деловой женщины". Медленное привыкание, осторожность, в отношениях терпимость и некоторая холодность.

ЛПЛЛ - слабый и самый редкий тип характера. Обладатели такого характера беззащитны, подвержены различному влиянию. Встречается, как правило, у женщин.

ЛППЛ - такое сочетание встречается очень часто. Основная черта - эмоциональность, сочетающаяся с недостаточной настойчивостью.

ЛППЛ - для вас характерны мягкость, наивность. Требуете особого, внимательного отношения к себе - тип "маленькой королевы".

ЛЛПП - вам присущи дружелюбие и простота, некоторая разбросанность интересов, склонность к самоанализу.

ЛЛЛП - в вашем характере преобладают простодушие, мягкость, доверчивость. Очень редкий тип характера, практически не встречается у мужчин.

ЛЛЛЛ - вы эмоциональный, энергичный и решительный человек, но часто наспех принимаете решения, которые приносят серьезные осложнения. Очень важен дополнительный тормозной механизм. Мужчины с таким характером менее эмоциональны.

ЛЛЛЛ - у вас антиконсервативный тип характера. Способны на старые вещи взглянуть по-новому. Характерны эмоциональность, эгоизм, упрямство, иногда переходящее в замкнутость.

ЛПЛП - самый сильный тип характера. Вас трудно в чем-либо убедить. Вы с трудом меняете свою точку зрения. Но в то же время вы энергичны, упорно добиваетесь поставленных целей.

ЛПЛЛ - вы настойчивы в достижении поставленных целей. Обладатели такого характера - люди неуступчивые, переубедить их порой оказывается невозможно. Они склонны к самоанализу, с трудом находят себе новых друзей.

ПЛЛП - у вас легкий характер. Вы счастливо умеете избегать конфликтов, любите путешествовать. Легко находите друзей. Однако вы часто меняете свои увлечения.

ПЛЛЛ - вам присущи непостоянство и независимость, желание все сделать самому. Способность анализировать помогает вам успешно решать сложные задачи. Обычно вы кажетесь мягким, но становитесь требовательным и даже жестоким, когда доходит до дела.