

Міністерство освіти і науки України  
Харківський національний педагогічний університет імені Г. С. Сковороди  
Інститут підвищення кваліфікації, перепідготовки  
Кафедра наукових основ управління і психології

# Модернізація освітнього процесу в Інституті підвищення кваліфікації, перепідготовки



Харків  
2016

## Формування практичної компетентності на заняттях з курсу «Психофізіологія»

Тадіян С. В.

Психофізіологія є навчальною дисципліною, що становить окремий модуль в курсі природничо-наукових основ психології, що є фундаментальною для опанування психологічних дисциплін в підготовці психолога.

Психофізіологія - наукова дисципліна, що виникла на перетині психології й фізіології, предметом її вивчення є фізіологічні основи психічної діяльності та поведінки людини.

Її опанування передбачає оволодіння знаннями на рівні здатності до інтерпретації:

- мозкова діяльність та її нейрофізіологічні механізми;
- рефлекторна діяльність нервової системи
- функціонально-системна організація нервової та психічної діяльності
- психофізіологічні основи психічних процесів
- особливості психофізіологічних функцій
- оцінка та корекція робочих станів
- визначати психофізіологічні механізми детермінації психічних явищ (когнітивних, емоційних, мотиваційних процесів та станів);
- виділяти психофізіологічні показники прояву психічних процесів та станів;
- оцінювати (в загальних рисах) за психофізіологічними показниками особливості психічної діяльності (ЕЕГ, ЕКГ).

Практичне опанування психофізіології ми розглядаємо як **2 групи компетентностей – інтерпретаційну та корекційно-психофізіологічну**. Інтерпретаційна практична компетентність визначається у здатності фахівця пояснювати психологічні явища з позиції психофізіології. Корекційно-психофізіологічна компетентність визначається у здатності фахівця впливати на психофізіологічний стан особистості у різних психологічних ситуаціях.

Для формування *інтерпретаційної компетентності* в практиці

опанування психофізіології ми визначили наступні «інтерпретаційні схеми»:

- загальне співвідношення мозку й психіки
- загальне співвідношення фізіологічного та психологічного
- психофізіологічні механізми свідомості
- психофізіологічні механізми підсвідомості
- психофізіологічні механізми сенсорних систем
- психофізіологічні механізми перцепції
- психофізіологічні механізми пам'яті
- психофізіологічні механізми мислення
- психофізіологічні механізми уваги
- психофізіологічні механізми руху
- психофізіологічні механізми уявлення
- психофізіологічні механізми мовлення.

Нами передбачається, що інтерпретаційні схеми засвоюються при вивченні наступних «тем», що включають окремі практичні питання:

Тема 1. Предмет і завдання психофізіології

1. Поясніть дуалістичну концепцію Декарта?
2. Охарактеризуйте варіанти розв'язання психофізіологічної проблеми.
3. Які основні принципи системної психофізіології?
4. Поясніть зміст комп'ютерної метафори для психофізіології?

Тема 2. Методи психофізіології

1. Як пов'язані ритмічні складові електроенцефалограми зі станом людини?
2. Чим обумовлена шкірно-гальванічна реакція?
3. Як різняться пневмографія й спірографія?
4. Що дає оцінка стану периферичних судин?
5. Як інтерпретують показники детектора брехні?

Тема 3. Психофізіологія функціональних станів

1. Які структурні утвори мозку контролюють рівень пильнування?
2. Які показники використовуються для діагностики функціональних

станів?

3. У чому полягають особливості психофізіологічного підходу до визначення функціональних станів?

4. Охарактеризуйте значення комплексного підходу у вивченні функціональних станів.

5. Які структурні утворення мозку контролюють рівень пильнування?

6. Чому п'ята стадія сну називається парадоксальною?

7. У чому полягають відмінності між швидким і повільним сном?

8. У чому своєрідність психоемоційного стресу?

9. Які гормональні механізми забезпечують реакцію на стресогенний вплив?

10. За рахунок яких механізмів на другій стадії загального адаптаційного синдрому зростають захисні сили організму?

11. Як діє штучний зворотний зв'язок?

Тема 4. Психофізіологія емоційно-потребнісної сфери

1. Які фізіологічні механізми лежать в основі потреб?

2. Яку роль відіграють "петлі" зворотного зв'язку в регуляції дії глюкозорецепторів?

3. Що відрізняє потребу як стан від мотивації?

4. Чому при мотиваційному порушенні спостерігаються зміни у всіх системах організму?

5. Які структури мозку відіграють вирішальну роль у забезпеченні мотиваційного стану?

6. Що таке передпускова інтеграція?

7. Які структури мозку забезпечують емоційні реакції?

8. Яку роль відіграє ретикулярна формація у виникненні емоцій?

9. За що критикували теорію Джеймса-Ланге?

10. Як пов'язані емоції й інформація?

11. Які методи найбільш ефективні для діагностики емоційного стану?

Тема 5. Психофізіологія сприйняття

1. Які види кодування мають місце в ЦНС при прийманні й передачі сигналу ?

2. Чому викликані потенціали можна розглядати як кореляти перцептивного акту?

3. Як різняться нейрони-детектори за своїми функціями ?

4. Яку роль виконують у забезпеченні сприйняття ліва й права півкулі мозку?

#### Тема 6. Психофізіологія уваги

1. Які функції виконують нейрони новизни?

2. Як різняться генералізована й локальна активація?

3. Як відображається в параметрах викликаних потенціалів "установка на стимул" і "установка на відповідь"?

4. Яку функцію виконують фронтальні частки мозку в забезпеченні уваги?

#### Тема 7. Психофізіологія пам'яті

1. Чим відрізняється звикання від сенситизації?

2. Які основні етапи формування енграм пам'яті?

3. Які центри входять у систему регуляції пам'яті?

4. У чому полягає гіпотеза Г.Лінча й М.Бадьори?

5. Як пов'язаний обсяг короточасної пам'яті й параметри електроенцефалограми?

#### Тема 8. Психофізіологія мовних процесів

1. Які фізіологічні механізми лежать в основі артикуляції?

2. Чим різняться функції центру Брока й центру Вернике?

3. Чим пояснюється ефект правого вуха?

4. Який компонент викликаних потенціалів відбиває семантична неузгодженість?

#### Тема 9. Психофізіологія розумової діяльності

1. Які методи психофізіології використовуються для вивчення мислення?

2. Як відображається розумова діяльність у параметрах дистантної

синхронізації й когерентності?

3. Як відображається в параметрах викликаних потенціалів ухвалення рішення?

4. Що мається на увазі під поняттям "нейронна ефективність"?

Тема 10. Психофізіологія рухової активності

1. Чим різняться статичний і динамічний образ тіла?

2. Які структури мозку відіграють вирішальну роль в організації довільного руху?

3. Як різняться функції пірамідної й екстрапірамідної систем?

4. Що дають для розуміння мозкових механізмів організації руху потенціали мозку, пов'язані з рухом?

Тема 11. Свідомість як психофізіологічний феномен

1. Які структурні утворення мозку контролюють стан свідомості?

2. Чому фокус свідомості асоціюється з "світлою плямою"?

3. У чому полягає зміст свідомості як психофізіологічного феномена?

4. Які умови сприяють усвідомленню слабкого подразника?

Для формування *корекційно-психофізіологічної* компетентності в практиці опанування психофізіології ми визначили наступні «теми».

*Тема 1. Оцінювання психологічного стану.* Оцінювання результатів особистісної діяльності. Психологічно важкі стани особистості. Організація оптимальної психічної та фізичної діяльності.

1. Психологічно важкі стани особистості. Принципи побудови спілкування із собою для корекції важких станів.

2. Стани, що викликані непомірною психофізіологічною мобілізацією (стрес, домінантні стани, фрустрація, тривога).

3. Стани, що пов'язані із зниженням тонусу нервової системи (монотонія, самотність, «нічна психіка», нудьга, астенія, «хворобливе неробство»).

4. Передневротична фіксація несприятливих реакцій (фобії, нав'язливі думки та нав'язливі дії).

5. Порушення в сфері особистісної мотивації (Криза мотивації, криза середини життя).

6. Оцінювання психологічного стану. Оцінювання результатів особистісної діяльності. Організація оптимальної психічної та фізичної діяльності. Еволюційні особливості психіки людини та гуманістичні уявлення про особистість. Півкульна асиметрія як механізм саморегуляції. Особливості спілкування із собою.

7. Організація оптимальної психічної та фізичної діяльності. Рефлексія-сприймання власної зовнішності. Рефлексія як психологічне дзеркало. Спілкування із собою – необхідна умова самоформування «Я». Спілкування із природою – специфічна форма аутокомунікації.

*Тема 2: Корекція психічного стану людини*

1. Шляхи та механізми саморегуляції. Спілкування в межах пам'яті.

2. Регуляція рівня психічної активності організму за рахунок інформаційно-енергетичного притоку. Реакція «відреагування», катарсис, саморегуляція за рахунок зміни притоку нервової імпульсації, ритуальні дії.

3. Емоційно-вольовий рівень саморегуляції життєдіяльності. Самосповідь, самопереконання, самонаказ, самонавіювання, самопідкріплення.

4. Саморегуляція мотиваційних складових життєдіяльності особистості. Самоорганізація, самоствердження, самодетермінація, самоактуалізація, самовдосконалення містичної складової свідомості.

*Тема 3. Методики корекції психофізичного стану людини.*

1. Умови саморегуляції. Аутотренінг, самогіпноз, медитація. Спілкування із собою в стані неспання. Отримання душевної рівноваги за Д.Карнегі. Саморегуляція на фоні зміненого стану свідомості. Початковий курс аутотренінгу. Аутотренінг з елементами медитації. Самогіпноз. Тренінг-вправи на медитацію.

В процесі формування зазначеної компетентності студенти знайомляться із основами формування наступних навичок:

- симптоматичної оцінки психофізіологічних станів;

- прийоми корекції афективних станів;
- саморегуляції психофізіологічного стану.

Опанування зазначеними практичними компетентностями відбувається у формі практичних занять, у позанавчальних додаткових заняттях та при керівництві самостійною роботою слухача.

Практика подібних занять показує, що опанування зазначеними компетентностями складає практичну основу для психофізіологічного аспекту в професійно-психологічній практиці, формує професійну впевненість у постановці психологічних клінічних діагнозів, психофізіологічних впливів в ході психологічної корекції.

### *Література*

1. Анохин П. К. Очерки по физиологии функциональных систем / П.К.Анохин.— М. : Медицина, 1975.- 321с.
2. Гримак Л. П. Общение с собой: Начала психологии активности / Л. П. Гримак – М.: Политиздат, 1991. – 320с.
3. Данилова Н. Н. Психофизиология / Н. Н. Данилова – М.: Аспект Пресс, 1998 – 281с.
4. Ільїна Ю. Ю. Морфологічні основи психічної діяльності: навч. посібник / Ю. Ю.Ільїна, Н. В.Дметерко – Слов 'янськ, – 2003. – 151 с.
5. Марютина Т. М. Введение в психофизиологию / Т. М. Марютина, О. Ю. Ермолаев. – 3-е изд. – М.: Московский психолого-социальный институт: Флинта, 2002. – 400 с.
6. Прохоров А. О. Саморегуляция психических состояний: феноменология, механизмы, закономерности/ А. О. Прохоров – М. : ПЕР СЭБ, 2005. – 352с.
7. Психофизиология: учебник для вузов / Под ред. Ю. И. Александрова – СПб.: Питер, 2004. – 464с.