**ДОСЛІДЖЕННЯ ПЕРЕКЛЮЧЕННЯ УВАГИ**

***Мета дослідження:*** визначити рівень переключення уваги.

***Обладнання:*** секундомір і модифікована цифрова таблиця Шульте. На таблиці в 49 квадратах розміщені числа чорного і червоного кольору у випадковій комбінації, що виключає можливість запам'ятовування. Розміри квадратів із цифрами — 5х5 см, а розташовані вони рядами 7 — по горизонталі і 7 — по вертикалі. Лінії, що поділяють робоче поле на клітинки, чорні, тонкі.

**Процедура дослідження**

У тестуванні беруть участь троє: експериментатор, випробуваний і спостерігач-стенографіст.

Дослідження містить три серії, що йдуть одна за одною. У першій серії випробуваному пропонують назвати і вказати чорні цифри в зростаючому порядку, у другій — червоні цифри в порядку зменшення й у третій він має називати і вказувати то чорні, то червоні цифри поперемінно, причому чорні, як і в першій серії, повинні бути названі у висхідному порядку, а червоні — у низхідному.

Таблиця чорно-червоних цифр така:

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 15 | 17 | 13 | 6 | 7 | 3 | 1 |
| 4 | 2 | 8 | 22 | 20 | 14 | 20 |
| 19 | 18 | 24 | 4 | 18 | 10 | 16 |
| 6 | 23 | 9 | 13 | 25 | 5 | 7 |
| 2 | 21 | 21 | 16 | 10 | 14 | 22 |
| 11 | 3 | 9 | 23 | 7 | 19 | 11 |
| 17 | 5 | 12 | 15 | 8 | 12 | 24 |

Досліджуваний сідає за столом, йому дають невелику вказівку.

Завдання експериментатора: перед кожною серією дослідження інструктувати досліджуваного, давати команду «Почали!» для пошуку і називання, стежити із секундоміром за часом, витраченим на виконання серії.

Спостерігач-стенографіст допомагає експериментатору визначити помилки, допущені випробуваним під час виконання завдання, веде протокол дослідження.

Випробуваний: \_\_\_\_\_\_\_\_\_  Дата: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Експериментатор: \_\_\_\_\_\_ Час: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 1-ша серія | 2-га серія | 1-ша + 2-га серії | 3-тя серія |
| час | помилки | час | помилки | час | помилки | час | помилки |
|  |  |  |  |  |  |  |  |

Таблицю пред'являють випробуваному в кожній серії тільки після інструкції і сигналу «Почали!», аби випробуваний заздалегідь не шукав місця розташування відповідних цифр.

Інструкція досліджуваному в першій серії: «Візьміть указку. Вам буде пред'явлена таблиця з червоними і чорними цифрами. Якнайшвидше і без помилок знайдіть і вкажіть усі чорні цифри в зростаючому порядку від 1 до 25. Колір називати не треба, тільки число. Якщо все зрозуміло, тоді приготуйтеся. Почали!»

Інструкція випробуваному в другій серії: «На цій самій таблиці знайдіть і вкажіть усі червоні цифри в порядку зменшення від 24 до 1. Намагайтеся працювати швидко і без помилок. Колір цифри називати не треба, називайте тільки число. Приготуйтеся! Почали!»

Перед початком кожної серії роблять перерву 3–4 хв. для відпочинку досліджуваного.

Інструкція випробуваному в третій серії: «На таблиці чорно-червоних цифр якнайшвидше і без помилок знаходьте, називайте і вказуйте то червоні, то чорні цифри поперемінно. Чорні повинні бути названі у порядку збільшення, а червоні — зменшення. Починайте з 1 — чорної і 24 — червоної цифр. Колір цифри називати не треба, тільки саме число. Якщо все зрозуміло і немає питань, тоді приготуйтеся. Почали!»

Якщо випробуваний у процесі виконання завдань кожної з серій помиляється, то він сам має віднайти помилку, у важких випадках допускається підказка спостерігача-стенографіста. Секундоміра не виключають.

Після проведення всього дослідження випробуваний складає самозвіт. Із самозвіту визначаєте стратегію пошуку цифр і особливості виконання завдань.

**Обробка результатів**

Під час опрацювання результатів необхідно:

1.   Скласти графік часу, витраченого випробуваним на виконання трьох серій дослідження.

2.   Установити час переключення уваги. Час переключення уваги підраховують як різницю часу між третьою серією і першою з другою разом. Показник часу переключення «Т» підраховують за формулою:

Т = Т3 — (T1+T2),

де T1 — час, витрачений випробуваним на виконання першої серії;

Т2 — час, витрачений на виконання другої серії;

Т3 — час, витрачений на виконання третьої серії.

Аналіз результатів

Рівень переключення уваги визначають за допомогою таблиці.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Час переключення Т (у сек.) | Ранг | Рівень переключення уваги |
| менше 60 секунд | 1 | високий |
| 60–90 | 2 | високий |
| 91–100 | 3 | середній |
| 101–120 | 4 | середній |
| 121–150 | 5 | середній |
| 151–180 | 6 | середній |
| 181–200 | 7 | середній |
| 201–250 | 8 | низький |
| 251 і більше | 9 | низький |

Оскільки швидкість виконання завдань першої і другої серій істотно впливає на підсумковий показник переключення уваги, то, якщо досліджуваний виконував завдання в першій або другій серіях  менше,  ніж за 33 сек., то підсумковий показник варто збільшити, піднявши ранг на одиницю або двійку. Якщо в першій або другій серіях досліджуваний на пошук цифр затрачав понад 60 сек., то ранговий знак збільшується на 1 або 2, тобто рівень переключення визначають як низький.

Якщо час переключення виявляється меншим або дорівнює 0, дослід необхідно повторити. Це означає, що досліджуваний не зрозумів інструкції першої або другої серії.

Аналізуючи результати, важливо простежити специфіку пошуку досліджуваним чисел, особливості виходу зі складного становища, число відразу знайти не вдається. Для когось складно, коли число розташоване поруч із тим, яке щойно знайдене, а іншим — коли воно розташоване від нього далеко.

На підставі аналізу кількісних показників, графіку часу виконання трьох серій, кількості допущених помилок, звіту досліджуваного, спостережень експериментатора і стенографіста, можна описати характер переключення уваги з огляду на особливості концентрації, і запропонувати рекомендації для її розвитку. Студенти можуть тренувати переключення, змінюючи види діяльності, по-різному чергуючи самопідготовку з навчальних дисциплін. Адекватними цьому тесту будуть вправи переключення уваги з одного об'єкта спостереження на інші, поперемінне виконання різних дій.