

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
НАЦІОНАЛЬНИЙ АВІАЦІЙНИЙ УНІВЕРСИТЕТ  
Факультет лінгвістики та соціальних комунікацій  
КАФЕДРА АВІАЦІЙНОЇ ПСИХОЛОГІЇ**

**МЕТОДИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ З ПІДГОТОВКИ  
СТУДЕНТІВ ДО ПРАКТИЧНИХ ЗАНЯТЬ**  
з дисципліни «Психофізіологія»  
за спеціальністю 053 «Психологія»

Укладач:

доцент кафедри авіаційної психології  
О.В.Сечейко

Методичні рекомендації розглянуті та  
схвалені на засіданні кафедри авіаційної психології

Протокол №  
\_\_\_\_\_ від «\_\_\_» \_\_\_\_\_ 2021 р.

кафедри  
Завідувач  
Л.В.Помиткіна

**Зразок методичних рекомендацій  
з підготовки до практичних занять**

## Модуль № 2 "Психофізіологічні особливості процесів адаптації "

### Практичне заняття 2.4

1. Сила нервових процесів.
2. Рухливість нервових процесів.
3. Лабільність та динамічність нервових процесів
4. Врівноваженість нервових процесів
5. Методи діагностики властивостей нервової системи.

У ході підготовки до першого питання необхідно звернути увагу на те, що сила нервової системи визначає два основні параметри – *витривалість* і *чутливість* нервових клітин; теорію Є.П. Ільїна, який запропонував пов'язати розбіжності між сильною та слабкою нервовою системою щодо реагування на подразники однакової інтенсивності з поняттям рівень активації клітини у стані спокою.

У другому питанні слід розглянути як взаємодіють між собою окремі характеристики рухливості нервових процесів, а саме :

- швидкість виникнення нервового процесу;
- швидкість руху нервового процесу, який проявляється в іррадіації та концентрації;
- швидкість зникнення нервового процесу;
- швидкість заміни одного нервового процесу іншим;
- швидкість утворення умовного рефлексу;
- легкість переробки сигнального значення умовних подразників і стереотипів.

При підготовці до третього питання необхідно розглянути історію внесення лабільності та динамічності до переліку основних властивостей нервових процесів науковцями школи Теплова-Небиліцина. Також слід звернути увагу на триаду властивостей, які утворюють визначають психічний темп індивіда.

При розгляді четвертого питання важливо звернути увагу на те, що врівноваженість розглядають як вторинну властивість нервової системи, що визначається співвідношенням первинних властивостей – сили, рухливості, лабільності, динамічності і процесів збудження і гальмування. призводять до дезадаптації. Також необхідно врахувати, що врівноваженість нервових процесів співвідносять з двома рівнями регуляції психічної діяльності – безумовно-рефлекторним та умовно-рефлекторним (Є.П. Ільїн). Відповідно існує два види балансу нервових процесів:

- внутрішній баланс (безумовно-рефлекторний);
- зовнішній баланс (умовно-рефлекторний).

При підготовці п'ятого питання необхідно систематизувати методики діагностики властивостей нервової системи та визначити власні показники з подальшою інтерпретацією.

### Література

1. Психофизиология: Учебник для вузов / Под ред. Ю.А.Александрова.-3-е изд., доп. и перераб. – СПб.: Питер, 2004. – 464 с
2. Ильин Е.П. Дифференциальная психофизиология. – С-Пб. – 2001.
3. Сечейко О.В. Диференціальна психологія./ Підручник./ О.В.Сечейко .— К.: НАУ, 2014. - 300 с.