

## Методика «Таблицы Шульте»

**Цель:** определение **устойчивости внимания** и динамики работоспособности. Используется для обследования лиц разных возрастов.

Испытуемому поочередно предлагается пять таблиц на которых в произвольном порядке расположены числа от 1 до 25. Испытуемый отыскивает, показывает и называет числа в порядке их возрастания. Проба повторяется с пятью разными таблицами.

**Инструкция:** испытуемому предъявляют первую таблицу: «На этой таблице числа от 1 до 25 расположены не по порядку». Затем таблицу закрывают и продолжают: «Покажи и назови все числа по порядку от 1 до 25. Постарайся делать это как можно быстрее и без ошибок». Таблицу открывают и одновременно с началом выполнения задания включают секундомер. Вторая, третья и последующие таблицы предъявляются без всяких инструкций.

### Обработка и интерпретация результатов теста

Основной показатель – время выполнения, а так же количество ошибок отдельно по каждой таблице. По результатам выполнения каждой таблицы может быть построена "кривая истощаемости (утомляемости)", отражающая **устойчивость внимания** и работоспособность в динамике.

С помощью этого теста можно вычислить еще и такие показатели, как эффективность работы (ЭР), степень вработываемости (ВР), психическая устойчивость (ПУ), которые предложены *А.Ю.Козыревой*.

**Эффективность работы** оценивается средним временем работы в секундах с учетом возраста испытуемого.

$$ЭР = \frac{T1 + T2 + T3 + T4 + T5}{5}$$

- где: T1 – время работы с первой таблицей,  
 T2 – время работы со второй таблицей,  
 T3 – время работы с третьей таблицей,  
 T4 – время работы с четвертой таблицей,  
 T5 – время работы с пятой таблицей.

Возраст	5 баллов	4 балла	3 балла	2 балла	1 балл
10 лет	45 и меньше	46-55	56-65	66-75	76 и больше
11 лет	35 и меньше	36-45	46-55	56-65	66 и больше
12 лет	30 и меньше	31-35	36-45	46-55	56 и больше

**Степень вработываемости (ВР)** вычисляется по формуле:

$$ВР = \frac{T1}{ЭР}$$

Результат меньше 1,0 – показатель хорошей вработываемости, соответственно, чем больше показатель превышает 1,0, тем больше испытуемому требуется подготовка к основной работе.

**Психическая устойчивость (выносливость)** вычисляется по формуле:

$$ПУ = \frac{T4}{ЭР}$$

Показатель результата меньше 1,0 говорит о хорошей психической устойчивости, соответственно, чем выше данный показатель, тем хуже психическая устойчивость испытуемого к выполнению заданий.

Источник: Альманах психологических тестов. М., 1995.

***Примечание к стимульному материалу:***

В указанном источнике размер таблиц – 7х12 см.

Можно встретить различные мнения о том, какого размера они должны быть: 20х20, 25х25, 50х50, 60х60. Представлены следующие варианты размеров таблиц: 7х10 (прямоугольной формы) и 20х20 (квадратные).

С помощью ксерокса можно увеличить до желаемого размера, в зависимости от потребностей исследования.

Таблицы 7x10

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

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

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

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

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

Таблицы 20х20

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

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

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

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



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

## Кривая истощаемости

