

УДК: 159.923

© Хомуленко Б.В., Екімова К.Г., 2013 р.

Б.В. Хомуленко, К.Г. Екімова
Національний педагогічний університет
імені Г.С. Сковороди, м. Харків

ВПЛИВ ГІПНОТИЧНОГО НАВПОВАННЯ НА КОРОТКОСТРОКОВУ ПАМ'ЯТЬ

У даній статті розглядаються результати дослідження короткострокової пам'яті із застосуванням методу еріксонівського гіпнозу. Докладно аналізуються отримані дані. Створюються узагальнюючі висновки та припущення для подальших досліджень.

Ключові слова: короткострокова пам'ять, еріксонівський гіпноз, запам'ятовування інформації, відтворення інформації.

Б.В. Хомуленко, К.Г. Екімова ВЛИЯНИЕ ГИПНОТИЧЕСКОГО ВНУШЕНИЯ НА КРАТКОСРОЧНУЮ ПАМЯТЬ

В данной статье рассматриваются результаты исследования краткосрочной памяти с применением метода эриксоновского гипноза. Подробно анализируются полученные данные. Создаются обобщающие выводы и предположения для дальнейших исследований.

Ключевые слова: краткосрочная память, эриксоновский гипноз, запоминание информации, воспроизведение информации.

B.V. Khomulenko, K.G. Ekimova EFFECT OF HYPNOTIC SUGGESTION ON SHORT-TERM MEMORY

This article discusses the results of a study short-term memory using the method of Erickson hypnosis. Detailed analysis of the data obtained. Created general conclusions and suggestions for further research.

Key words: short-term memory, erickson's hypnosis, memorizing information, playback information.

Актуальність проблеми. Тема дослідження пам'яті важлива і актуальні в безлічі сфер психологічної науки, а їх результати застосовні і значущі в усіх областях теоретичного навчання і формування практичних навичок.

У нашому дослідженні ми поставили перед собою кілька **цілей**:

1. З'ясувати середній обсяг візуальної інформації, яка може бути зафіксована в короткочасній пам'яті.

2. З'ясувати, чи впливає кількість пред'явленої інформації на кількість засвоєної.

3. З'ясувати, чи впливає гіпнотичне навіювання на якість запам'ятовування візуальної інформації.

При побудові експерименту спочатку були задані наступні умови:

1. Кожному випробуваному буде пропонуватися візуальна інформація трьох типів:

А. Зображення краєвидів.

Б. Зображення людей, що належать до різних професій.

В. Зображення цифр від 1 до 99.

2. Пред'явлення інформації кожної категорії відбуватиметься в 10, 20 і 30 примірниках, і потім, всі три категорії в кількості 30 карток будуть пред'явлені із застосуванням гіпнотичного навіювання методом еріксонівського гіпнозу. Таким чином, порядок пред'явлення тестів буде таким:

А. 10 карток. Пейзажі. Без гіпнозу.

Б. 10 карток. Професії. Без гіпнозу.

В. 10 карток. Цифри. Без гіпнозу.

Г. 20 карток. Пейзажі. Без гіпнозу.

Д. 20 карток. Професії. Без гіпнозу.

Е. 20 карток. Цифри. Без гіпнозу.

Ж. 30 карток. Пейзажі. Без гіпнозу.

З. 30 карток. Професії. Без гіпнозу.

І. 30 карток. Цифри. Без гіпнозу.

К. 30 карток. Пейзажі. Із застосуванням гіпнозу.

Л. 30 карток. Професії. Із застосуванням гіпнозу.

М. 30 карток. Цифри. Із застосуванням гіпнозу.

Разом, по 12 тестів на кожного випробуваного.

3. Кожна картка будь-якої категорії пред'являється один раз, і утримується перед випробуваним на протязі п'яти секунд.

4. Після того як випробуваний переглянув усі картки тестової добірки, йому виділяється одна хвилина, після якої експериментатор просить почати відтворювати результати.

5. Випробуваний повинен запам'ятовувати не тільки зміст карток, але і їх порядковий номер.

6. Застосування еріксонівського гіпнозу в процесі запам'ятовування відбувається наступним чином:

А. Випробуваний занурюється в трансний стан.

Б. Йому даються навіювання про те, що його пам'ять буде працювати значно краще і ефективніше.

В. Далі, в гіпнотичному стані випробуваному навіюють що його очі зараз відкриються, але гіпнотичний стан збережеться.

Д. Випробуваному пред'являють картки відповідної добірки.

Е. Потім, навіюють закриття очей.

Ж. Через якийсь час виводять з гіпнотичного стану, і одну хвилину потому, прохають згадати пред'явлені картки.

7. Відтворення інформації триває до тих пір, поки випробуваний не повідомляє про нездатність згадати ще якісь образи з пред'явленої добірки, але не більше 10 хвилин.

В середньому на проходження всього процесу дослідження на одного досліджуваного йшло від 2-х до 4-х годин. Експеримент був проведений на базі психологічної лабораторії ім. Е Каткова, і проходив на протязі 3-х місяців з 17.12.2012 по 18.03.13. У даному експерименті взяло участь 15 студентів ХНПУ ім. Сковороди, кафедри практичної психології.

Результати експерименту, та їх обговорення. В ході експерименту були отримані наступні результати (см. табл. 1, 2).

Таблиця 1

Результати експерименту

Досліджувані	Гейзажі (10)	Професії (10)	Цифри (10)	Пейзажі (20)	Професії (20)	Цифри (20)	Пейзажі (30)	Професії (30)	Цифри (30)	Гипноз Пейзажі	Гипноз Професії	Гипноз Цифри
А.Ю	10/10	10/9	8/7	16/10	13/12	13/11	17/3	21/2	19/11	28/4	27/6	17/4
Б.С.	8/4	10/10	10/10	15/5	12/9	8/3	17/5	17/5	11/4	18/2	26/9	
Б.Н.	9/6	8/5	10/10	18/18	18/18	16/16	27/9	22/9	23/10	24/6	28/12	14/8
Б.Л.	8/7	10/4	6/3	14/3	16/4	6/2	23/4	24/6	14/7	19/5	17/2	20/0
Г.А.	9/9	10/10	10/10	16/9	16/13	11/6	21/9	26/16	9/3	16/2	19/7	13/7
Е.Е.	8/6	10/7	10/8	17/0	16/9	8/2	20/16	22/13	20/9	18/8	24/16	16/4
К.І.	8/3	8/4	8/8	10/0	9/5	13/13	17/8	22/10	13/7	16/2	21/3	
М.К.	7/7	7/5	5/4	9/3	7/3	5/1	13/3	14/3	10/5		8/1	
М.І.	9/9	9/9	7/7	18/4	11/3	10/3	28/7	16/5	12/3	23/5	17/10	12/6
М.П.	9/9	10/10	8/3	14/6	18/17	10/4	20/11	26/17	12/4	24/17	28/20	15/0
Н.Е.	9/2	7/2	9/4	12/2	10/1	15/2	16/6	20/6	22/2	6/0	26/5	7/3
О.К.	6/3	8/4	7/7	12/3	12/8	11/10			12/3	17/8	21/4	20/4
О.В.	9/7	9/9	6/6	9/5	11/4	8/2	8/2	18/8				
С.Е.	7/6	9/2	6/6	10/5	12/8	9/8	14/8	20/10	9/1	6/2	8/5	
Х.О.	6/6	8/6	8/8	12/3	13/6	12/4	15/2	18/6	11/30	12/1	16/4	13/6

В чарунках із зазначенням дробів на першому місці вказується загальна кількість відтворених зображень, на другому місці вказується кількість відтворених із зазначенням порядкового номера пред'явленні.

Таблиця 2

Результати експерименту

Досліджувані	Пейзажі (10)	Професії (10)	Цифри (10)	Пейзажі (20)	Професії (20)	Цифри (20)	Пейзажі (30)	Професії (30)	Цифри (30)	Гипноз Пейзажі	Гипноз Професії	Гипноз Цифри
А.Ю.	100	100	80	80	65	65	57	70	63	93	90	57
Б.С.	80	100	100	75	60	40	57	57	37	60	87	
Б.Н.	90	80	100	90	90	53	90	73	77	80		47
Б.Л.	80	100	60	70	80	30	77	80	47	63	57	67
Г.А.	90	100	100	80	80	55	70	87	30	53	63	43
Е.Е.	80	100	100	85	80	40	67	73	67	60	80	53
К.І.	80	80	80	50	45	65	57	73	43	53	70	
М.К.	70	70	50	45	35	25	57					
М.І.	90	90	70	90	55	50	93	53	40	77	57	40
М.П.	90	100	80	70	90	50	67	87	40	80	93	50
Н.Е.	90	70	90	60	50	75	53	67	73	20	87	23
О.К.	60	80	70	60	60	55			30	57	70	67
О.В.	90	90	60	45	55	40	27	60				
С.Е.	70	90	60	50	60	45	47	67	30	20	27	
Х.О.	60	80	80	60	65	60	50	60	37	40	53	43
Ср.	81,3	88,7	78,7	67,3	64,7	49,9	62,1	69,8	47,2	58,2	69,5	49

З'ясовано, що:

1. За умови, обсяг матеріалу, що підлягає запам'ятовуванню, дорівнює десяти, обсяг відтворення в середньому буде дорівнює восьми. У цьому ми підтверджуємо дослідження Міллера і його «магічне число» 7 ± 2 – обсяг короточасної пам'яті.

2. Зміни категорій образів дає лише незначні відхилення в відсотковому співвідношенні, але потрібно виділити явну тенденцію:

- Професії 73,2%
- Пейзажі 67,2%
- Цифри 56,2%

(Вказаний відсоток є середнім значенням всіх тестів по кожній категорії матеріалу, що запам'ятовується).

3. При запам'ятовуванні матеріалу в кількості 10 карток, обсяг відтвореного матеріалу становить 82,9%.

4. При збільшенні обсягу матеріалу, що підлягає запам'ятовуванню на 100% (20 карток), обсяг відтвореного матеріалу становить 60,6%.

5. При збільшенні обсягу матеріалу, що підлягає запам'ятовуванню на 200% (30 карток), обсяг відтвореного матеріалу становить 59,7%.

6. При збільшенні обсягу матеріалу, що підлягає запам'ятовуванню на 200% (30 карток) із застосуванням гіпнотичного навіювання, обсяг відтвореного матеріалу становить 58,9%.

7. У середньому, обсяг запам'ятовування відрізняється від максимуму на:

- Пейзажі 32,8%;
- Професії 26,8%;
- Цифри 43,8%;

8. Застосування гіпнозу для поліпшення якості запам'ятовування великих обсягів інформації, впливає несуттєво на обсяг відтвореної інформації.

На підставі отриманих даних зробимо певні припущення:

1. Збільшення обсягу запам'ятовування природним чином переводить людину в змінений стан сприйняття, і обумовлює високий рівень відтворення.

2. Матеріал, який створює велику кількість асоціативних зв'язків з особистим досвідом (в нашому випадку це зображення професій), буде запам'ятовуватися, і відтворюватися значно краще.

Перспектива подальших досліджень

В майбутньому, ми плануємо досліджувати:

1. Збільшити добірку випробовуваних в даному дослідженні, щоб отримати більш точні результати.

2. Дослідити вплив гіпнотичного навіювання на довгострокову пам'ять.

3. Вплив гіпнотичного навіювання на якість відтворення інформації.
4. Вплив гіпнотичного навіювання на якість запам'ятовування в різних репрезентативних системах.

Список літератури

1. Райков В.Л. О возможности улучшения запоминания в гипнозе. – Новые исследования в психологии / В.Л. Райков. — 1976. — № 1. — С. 15-19.
2. Свядоц А.М. Восприятие речи во время естественного сна: дис... кандидата медицинских наук / Свядоц Абрам Моисеевич. — М., 1940.