Тест на афантазию и яркость воображения (PSIQ)

Пройти онлайн и сразу узнать результат

Имя: _____

Дата: _____

Пожалуйста, сосредоточьтесь и представьте следующие мысленные образы. Оцените их по шкале от 0 («образ не возникает») до 10 («образ такой же яркий, как в реальной жизни»).

В каждой строке отметьте один вариант.

	Утверждение	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1	Представьте себе, как выглядит костёр	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
2	Представьте себе, как выглядит закат	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
3	Представьте себе, как выглядит кошка, забирающаяся на дерево	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
4	Представьте себе, как выглядит входная дверь в Ваш дом	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
5	Представьте себе звук аплодисментов	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
6	Представьте себе звук сирены скорой помощи	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
7	Представьте себе звук играющих детей	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
8	Представьте себе звук мяуканья кошки	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
9	Представьте себе запах свежескошенной травы	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
10	Представьте себе запах горящих поленьев	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
11	Представьте себе запах розы	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
12	Представьте себе запах свежей краски	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
13	Представьте себе запах душной комнаты	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
14	Представьте себе вкус чёрного перца	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
15	Представьте себе вкус лимона	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
16	Представьте себе вкус горчицы	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
17	Представьте себе вкус зубной пасты	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
18	Представьте себе вкус морской воды	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
19	Представьте себе, что прикасаетесь к меху	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
20	Представьте себе, что прикасаетесь к тёплому песку	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
21	Представьте себе, что прикасаетесь к мягкому полотенцу	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
22	Представьте себе, что прикасаетесь к ледяной воде	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

	Утверждение	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
23	Представьте себе, что прикасаетесь к кончику булавки	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
24	Представьте себе телесное ощущение от расслабления в тёплой ванной	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
25	Представьте себе телесное ощущение от быстрой ходьбы в холодный день	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
26	Представьте себе телесное ощущение от прыжка в бассейн	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
27	Представьте себе телесное ощущение от больного горла	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
28	Представьте себе телесное ощущение от вдевания нитки в иголку	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
29	Представьте себе чувство взволнованности	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
30	Представьте себе чувство облегчения	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
31	Представьте себе чувство страха	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
32	Представьте себе чувство гнева	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

Plymouth Sensory Imagery Questionnaire (J. Andrade и др., 2014). Русская версия: А.Ю. Разваляева (2024), опубликована по лицензии CC BY-NC.

Для специалиста

Plymouth Sensory Imagery Questionnaire (J. Andrade и др., 2014), русская версия А.Ю. Разваляевой (2024). Полная версия — 32 пункта: при адаптации исключены пункты 4 («друг»), 6 («клаксон») и 35 («влюблённость») с низкими факторными нагрузками. Ответы 0–10. Балл шкалы — среднее её пунктов, общий балл — среднее семи шкал.

Средние (SD) в выборке 253 человек 17–50 лет: зрение 8,21 (1,45), слух 7,61 (1,80), обоняние 6,42 (2,32), вкус 6,98 (2,12), прикосновение 7,85 (1,84), телесные ощущения 7,13 (1,91), эмоции 7,57 (1,92). Женщины в выборке ярче представляли запахи и эмоции.

Среднее по пунктам каждой шкалы

Зрение: _____

Слух: _____

Обоняние: _____

Вкус: _____

Прикосновение: _____

Телесные ощущения: _____

Эмоции: _____

Общий балл (среднее шкал): _____

Тест не ставит диагнозов. Онлайн-версия с подсчётом и пояснением результата: shilko.ru/metodiki/psiq/

Источник

Разваляева А.Ю. Адаптация Плимутского опросника сенсорных образов на российской выборке // Экспериментальная психология. 2024. Т. 17, № 3. С. 144–157. DOI: 10.17759/exppsy.2024170310