



Специфика образа жизни людей, практикующих осознанные сновидения

Автор: Ирхин Борис,
департамент психологии НИУ ВШЭ, группа 481, 2015г

Научный руководитель:
доктор психологических наук
Серкин Владимир Павлович

Теоретические обоснования работы

Осознанное сновидение - изменённое состояние сознания, при котором человек осознаёт, что видит сон, и может, в той или иной мере, управлять его содержанием. Это некое пограничное состояние между фазой быстрого сна и бодрствованием. Термин «lucid dream» был введён голландским психиатром и писателем Фредериком ван Эденом.

При наличии качественных психофизиологических исследований в данной области обнаружен недостаток освещения темы ОС со стороны образа мира практикующих осознанное сновидение.

Для отражения различий в восприятии мира людей, практикующих ОС, выбрана модель образа мира (Серкин, Артемьева, Стрелков) и конструкт «образ жизни» (Серкин).

Структура исследования

Проблема работы: отсутствие данных, описывающих специфику образа мира и жизни людей, практикующих осознанное сновидение;

Объект: психические особенности людей, практикующих осознанное сновидение;

Цель: изучить особенности образа мира и образа жизни людей, практикующих осознанное сновидение.

Задачи исследования

- Получить и обобщить данные об эффектах практики ОС на психику и сознание человека;
- Привлечь внимание к проблеме недостатка знаний в области исследования феномена ОС и самому феномену.
- Выделить и описать особенности образа мира и образа жизни людей, практикующих осознанные сновидения

Гипотезы исследования

Общая гипотеза: образ мира и образ жизни у людей, занимающихся практикой осознанного сновидения, имеет типичные качественные отличия от образа мира и образа жизни людей, не практикующих ОС.

Эмпирические гипотезы:

- 1) Образ мира людей, практикующих ОС, будет иметь специфические особенности на всех трех уровнях восприятия мира (ядерный, семантический, перцептивный).
- 2) Образ жизни людей, практикующих осознанное сновидение, имеет особенную специфику.

Методология

Использованные методики:

- Методика ценностных ориентаций М. Рокича;
- Методика 45-шкального специализированного семантического дифференциала (СД) «Образ Жизни» В.П. Серкина;
- Специально разработанная автором анкета (~15 вопросов).

Методика

Две группы испытуемых:

- **Контрольная группа:** не обладают информацией о феномене и не испытывали ОС вообще.
- **Экспериментальная группа:** обладают знанием о феномене и занимаются методичной практикой ОС.

Методика

План исследования:

- Разработка батареи методик;
- Поиск групп, соответствующих описаниям контрольной и экспериментальной наиболее полно;
- Предъявление группам батареи методик;
- Обработка, подтверждение/опровержение гипотез.

Литература

- Серкин В. П. Профессиональная специфика образа мира и образа жизни // Психологический журнал. 2012. Т. 33. № 4. С. 78-90
- Hearne, K. (1978) Lucid dreams: an electro-physiological and psychological study. PhD thesis. University of Liverpool, England, Submitted May, 1978
- Серкин В. П. Структура и функции образа мира в практической деятельности : Дис. ... д-ра психол. наук : 19.00.03 Москва, 2005. – 356 с.

Литература

- Серкин В. П. Методы психологии субъективной семантики и психосемантики: Учебное пособие для вузов / В. П. Серкин. — М.: Издательство ПЧЕЛА, 2008. — 382 с.
- LaBerge, S. P. «Psychological parallelism in lucid dreams», from Arsen, A.; Dolan, A. T.; and Jordan C. S., eds., Handbook of Imagery Research and Practice (New York: Brandon House, in press)
- А.Н. Поддьяков Образ мира и вопросы сознательности учения: современный контекст Вопросы психологии, 2003, N 2. С.122-132.



Спасибо за внимание!