

Секция «Философия когнитивных наук и искусственного интеллекта»

**Рассмотрение методики диалога со спящим испытуемым в состоянии
осознанного сновидения на примере экспериментов.**

Научный руководитель – Проволович Татьяна Олеговна

Родионова Евгения Андреевна

Студент (магистр)

Московский государственный университет имени М.В.Ломоносова, Москва, Россия

E-mail: Rodionova_jane.a@mail.ru

Данный доклад будет посвящен рассмотрению методики диалога со спящим испытуемым в состоянии осознанного сновидения.

Осознанное сновидение - состояние изменённого сознания во время сна, при котором спящий понимает, что в данный момент спит, характеризующееся совмещением признаков сна и бодрствования, возникающее как спонтанно, так и в результате намеренной практики. [4]

До лабораторного подтверждения реальности феномена исследования опирались исключительно на самоотчеты и ведение дневника снов. [3]

В современное время в исследованиях осознанных сновидений для идентификации этого измененного состояния сознания во время парадоксальной стадии сна обычно применяется односторонний метод коммуникации, при котором спящий испытуемый сообщает о своем состоянии движениями глаз.

Однако с самого начала исследований высказывалось мнение, что для научной достоверности результатов необходима разработка метода двусторонней коммуникации между испытуемым экспериментатором.

В статье «Методика диалога со спящим испытуемым в состоянии осознанного сновидения с использованием дыхательных движений» коллективом учёных- Миронов А.Ю., Синин А.В., Дорохов В.Б разработан и описан новый альтернативный метод, который позволяет во время осознанных сновидений осуществлять двусторонний обмен информацией между спящим испытуемым и экспериментатором. Как пишут авторы статьи эту проблему могла бы решить «динамическая проверка уровня осознанности с обратной связью в форме диалога». [2]

Авторами представлен эксперимент с двусторонней коммуникацией с испытуемым, с ответами на вопросы во время состояния осознанного сна, посредством дыхательных движений. Проведённый эксперимент позволил задавать испытуемому вопросы, в том числе напрямую о сюжете сновидения, и получать от него ответы в режиме реального времени.[2] (см. рис.1)

Для рассмотрения предлагается другая статья «Диалог в реальном времени между экспериментаторами и сновидящими во время быстрой фазы сна», в которой описаны результаты особенностей состояния сознания и изменений в мозге на момент осознанного сна. В данной статье группа авторов сообщает, что результаты исследований, проведённых в 2016 году, показали, что более половины участников имели опыт осознанных сновидений. Во время 57 сессий у добровольцев фиксировали начало осознанного сна (как спонтанного, так и инициированного с помощью заранее отработанного сигнала). [1] При этом во время быстрой фазы сна проводилась полисомнография, что позволяло наблюдать за сознательной реакцией участников на внешние раздражители.

В статье говорится о том, что участникам задавались вопросы с ответами «да» или «нет» (например, «Вам нравится шоколад?») и простые арифметические задачи (например, «Восемь минус шесть?»), при этом их ответы фиксировались с помощью условленных

сигналов. Чтобы избежать случайных реакций, каждое задание выполнялось дважды. Затем участникам давали сигнал проснуться и просили их вспомнить содержание своих сновидений. Исследование показало, что «двусторонняя коммуникация со спящими является воспроизводимым феноменом, независимым от состава участников, методов инициации осознанных сновидений и типа контакта».[1]

Впоследствии исследователи утверждали, что участники данного эксперимента продемонстрировали сохранённые когнитивные способности во время сна: смогли запомнить инструкции о том, как реагировать на внешние запросы, а затем применить их во время сна, использовали операции с оперативной памятью для выполнения вычислений и доступа к автобиографическим воспоминаниям, несмотря на то, что считалось, что спящие ограничены в своих когнитивных способностях.

Источники и литература

- 1) Конколи, Карен Р. и др. Диалог в реальном времени между экспериментаторами и сновидящими во время быстрой фазы сна // Текущая биология. 2021. №7. с. 1417-1427
- 2) Миронов А.Ю., Синин А.В., Дорохов В.Б. Методика диалога со спящим испытуемым в состоянии осознанного сновидения с использованием дыхательных движений // Социально-экологические технологии. 2018. № 2. С. 83–107.
- 3) Фредерик ван Эден «Исследование сновидений в состоянии ясного сознания», 1913.
- 4) LaBerge S.P. et al. Lucid dreaming verified by volitional communication during REM sleep. Percept. Mot. Skills. 1981. Vol. 52. No 3. Pp. 727— 732. doi: 10.2466/pms.1981.52.3.727

Иллюстрации

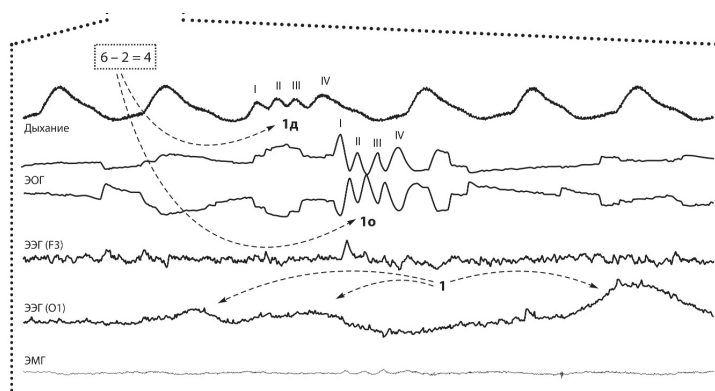


Рис. 4. Диалог во время БДГ-сна, полисомнограмма

Рис. : Рис. 1 Полисомнограмма диалога во время БДГ-сна