



## ОСОБЕННОСТИ СНОВИДЕНЧЕСКОЙ АКТИВНОСТИ У ДЕТЕЙ РАЗНОГО ВОЗРАСТА

А.И. Байдаулетова  
Медицинский центр «Сункар», г. Алматы

### ӘР ЖАСТАҒЫ БАЛАЛАРДЫҢ ТҮС ҚӨРУ ЕРЕШЕЛІКТЕРІ А.И. Байдаулетова

### PARTICULARITIES OF SLEEP DREAMS ACTIVITY IN CHILDREN OF DIFFERENT AGE

A.I. Baidauletova

*С целью оценки сновиденческой активности было обследовано 43 ребенка в возрасте от 3-16 лет. Использовались клинический, анкетный, экспериментально-психологического методы. Показано качественное и количественное усложнение сновидений по мере взросления, как одного из факторов психологической защиты.*

*Ключевые слова: сновидения, психологическая защита, эмоциональная зрелость, дети.*

*Әр жастағы 43 балалардың түс көру ерешеліктері көрсетілді. Жұмыста клиникалық, сұраныс және экспериментальды-психологиялық методтар қолданылған. Есейю бойынша түстердің сапалыда, сандыда өзгерістері көрсетілген. Түстер адамның психологиялық қорғаныс факторларының бірі екендігі көрсетілген.*

*Түйінді сөздер: түс көру, психологиялық қорғаныс, есейю, балалар.*

*Sleep dreams activity was examined in 43 children at age of 3-16 years. Clinical method, questionnaires, experimental-psychological (including analysis of baby drawing) methods were used. Qualitative and quantitative complication of sleep dreams during growing up was shown as a factor of psychological protection.*

*Key words: sleep dreams, psychological protection, emotional maturation, children.*

Сновидения (сновиденческая активность) и их трактовка во все времена представляли собой особый интерес у различных исследователей. Большинство работ, посвященных изучению сновидений, связаны с изучением их особенностей при различных невротических расстройствах и латерализованной церебральной органической патологии [1]. Несомненна роль сновидений, как фактора психологической защиты при стрессе у детей? больших неврозами [2, 3]. В исследовании Корабельниковой Е.А. и соавт. (2000г.). 78 детей было показано качественное и количественное изменение сновидений в разные стадии невроза. Было выявлено, что на этапе компенсации происходит интенсификация, аффективная и когнитивная активация с последующей редукцией сновиденческой активности при декомпенсации невроза. Все это является показателем, в целом, плохой приспособляемости к различным жизненным стрессовым ситуациям у больных неврозом.

**Целью нашего исследования** явилось изучение качественных особенностей сновидений у детей разного возраста.

**Материал и методы.** Было обследовано 43 ребенка. Возраст обследованных составлял 3-16 лет. Из них в возрасте 3-4 лет было 9, 5-6 лет – 14, 7-8 лет – 6, 9-10 лет – 8, 11-12 лет – 4, 15 лет – 2 детей. Программа исследования включала применение клинического, анкетного, экспериментально-психологического (включавшего анализ детского рисунка) методов. Для анализа сновидений использовался метод контент-анализа (Холл К., Р. ван де Кастрл, 1966г.). Элементы снов должны были подпадать под одну из категорий: 1) персонажи

- изображение человека, любого животного или мифического существа; 2) обстановка – то, что относится к месту и времени событий сновидения; 3) природное окружение; 4) предметы – все, что создано человеком; 5) деятельность; 6) качества; 7) ощущения; 8) эмоции. Кроме того, в работе использовалась методика экспертной оценки сновидений (Вендрова М.И., в модификации Корабельниковой Е.А.) [1].

Индивидуальные особенности личности ребенка определяли на основе теста «Рисунок человека», разработанного К. Махвером (1946г.) [4]. Для этого ребенка просили нарисовать на чистом листе бумаги изображение человека. Балльная оценка рисунка проводилась по 46 пунктам. Балльная система оценки рисунка позволяет вполне объективно оценивать степень умственного развития ребенка, целостность личности. Кроме того, проводился визуальный анализ рисунка с учетом особенностей изображения отдельных частей фигуры, негативных знаков (отсутствие глаз, носа, рта, туловища, рук, ступней, одежды, половой принадлежности, нарушения пропорции тела), дополнительных деталей. Изображение человеческой фигуры всегда являлось центральной тематикой в детских рисунках что, по мнению детских психологов, отражает выражение отношения к самому себе и к окружающему миру, т.е. Я – концепцию. Я- концепция – является интегративным показателем представлений человека о себе самом, как выглядит, как его оценивают другие, что он сам думает о себе, оценка собственных действий и поведения. Таким образом, рисунок - это представления ребенка, складывающиеся из



личного жизненного опыта, из взаимоотношений с ближайшим окружением.

**Результаты исследования.** Анализ словесных описаний выявил относительную простоту сновидений у детей 3-4 лет, отсутствие в них осознанных действий и аффективно-эмоциональную бедность, блеклость цветовой гаммы. В связи с умеренным развитием речи и плохой запоминаемостью снов, ежедневно дети о снах не рассказывали. Сны характеризовались следующими категориями - предметы (детские игрушки), персонажи (мама, герои мультфильмов) и природное окружение (розовые зайцы, бабочки, травка). В отчетах о сновидениях, в основном со слов мам, преобладает зрительная сенсорная модальность. По методике экспертной оценки отчеты о сновидениях относились к категории 1 и 2 – «сновидения осознанные в главном» и «осознанные в принципе». Средний балл по тесту Маховеера К. составил 8 баллов, что соответствует возрасту. Рисунки людей были роботоподобными, мало похожими на человека, что, связано с еще несложившимися представлениями о собственном теле. Отличались большим количеством негативных признаков (отсутствие пропорций тела, пустые глазницы, открытый рот или его отсутствие, опущенные вниз руки, отсутствие туловища и др. частей тела, отсутствие одежды). Большинство детей рисовали людей с непропорционально большими головами, выражая, таким образом, стремление компенсировать отставание от сверстников по интеллекту или другим качествам, например, развитости речи. Схематичное изображение лица свидетельствовало об избегании решения конфликтов, связанных с отношениями с окружающими. Все это является выражением тревожности, нехватки базового чувства защищенности, и поверхностных неэмоциональных контактов с окружающими – эмоциональной незрелости.

Сны детей 5-6 лет, характеризовались категориями – персонажи, обстановка, природное окружение, деятельность (ходили с папой в магазин). Сны снились простые, активнее предъявлялись утром, в связи с лучшей развитостью речи, заметнее непосредственное участие в них ребенка. Они аффективно более насыщены, в них появляются осознанные действия, персонажи производят какие-либо действия (участвуют в фантастических мультфильмах с крылатыми киборгами). По методике экспертной оценки отчеты о сновидениях относились к категориям 2 и 3 – «сновидения, осознанные в целом», и «осознанные целиком». В отчетах о сновидениях все чаще дети определяли свое собственное отношение к ним, в основном как – веселые. Зрительные модальности становятся более отчетливыми, сновидения снятся и рассказываются окружающим чаще. В детских рисунках сохраняется некоторая роботоподобность, что говорит об эмоциональной незрелости, но лучше переданы пропорции тела, прорисованы все основные части туловища, в рисунках девочек и мальчиков появляется изображение волос, причесок, фигур противоположного пола, что свидетельствует о начале половой идентифика-

ции. Рисунки все больше выдают эмоциональное состояние – руки разведены в стороны (хорошая приспособляемость) или опущены вниз (противостояние окружающим), или нарисованы длинные пальцы (агрессивность, конфликты с окружающими), длинная шея (начало контроля телесного и духовного). Появляются черты эгоцентризма, направленности на себя, на свои переживания. Средний балл по тесту Маховеера К. составил 15 баллов, что соответствует легкому опережению соответствия возраста и интеллекта.

Следующий возрастной период 6-7 лет, характеризуется расширением категорий сновидений. В отчетах появляются категории качества (уточнение свойств предмета или действия, видимых в сновидении) и эмоций. Часто снятся другие, как правило, знакомые лица из ближайшего окружения (бабушка, тетя, братья), с которыми они взаимодействуют. Речь развита полностью, у некоторых детей довольно насыщенный лексикон. Более развитым детям снятся фантастические сны, в которых ребенок является участником ранее виденных в бодрствовании телевизионных фильмов. Например, сон мальчика Ч., 7 лет – «Я Джек-Воробей, на пиратском острове, с друзьями, охочусь на других пиратов». Сны яркие, цветные, ситуационные, отчетливы зрительные, появляются и другие модальности – слуховые. По методике экспертной оценки отчеты о сновидениях относились к категориям 2 и 3 – «сновидения, осознанные в целом», и «осознанные целиком». В сновидениях появляется законченная сюжетная линия, эмоционально-аффективная насыщенность. В рисунках человека половая идентификация закончена. Рисунки девочек резко отличаются от рисунков мальчиков более тщательной, детальной проработкой элементов одежды, частей тела человека. В рисунках мальчиков меньше внимания уделяется собственно человеческому изображению, и появляются сказочные мифические строения, персонажи. Характерна развитость фантазии, некоторая оторванность от реальности (парящие в воздухе фигуры), нехватка психической уравновешенности. Клинически у некоторых детей это проявляется сновидениями. Анализ рисунков показал уменьшение тревожности, агрессии, лучшую приспособляемость к повседневным событиям, коммуникативность. Средний балл по тесту Маховеера К. составил 25 баллов, что соответствует легкому опережению интеллектуального созревания.

Сновидения детей 8-10 лет описываются всеми восемью категориями по К.Холлу. По методике экспертной оценки отчеты о сновидениях относились к типам 2, 3. Сновидения характеризовались законченной сюжетной линией, большим количеством отчетов о них в течение нескольких последующих ночей. Хорошо сформировано отношение ребенка ко снам, сны снятся веселые или страшные, в большинстве отчетов - цветные. Сюжет сна связан с последними переживаемыми событиями на уроках в жизни. Половая идентификация закончена, начинается период скрытой сексуальности,



в связи с чем в рисунках мальчиков заострены детали мужественности (грубое оволоснение, массивные сильные плечи), а в рисунках девочек появляются излишние детали (пуговицы, кнопочки на одежде, тщательно уложенные волосы, крылья у фей). Анализ негативных знаков в рисунках у большинства выявил скрытую агрессивность вербального характера, склонность к неподчинению. В целом, у детей было сформировано чувство уверенности в себе, экспрессивность, здоровое самоуважение и внимание к себе, стремление к общению с окружающими. Средний балл по тесту Маховеера К. составил 30 баллов, что соответствует возрастной норме.

Под все категории по Холлу подпадают отчеты о сновидениях у детей 11-12 лет, дети видят и предметы, явления окружающей среды. Представлены все сенсорные модальности – зрительные, тактильные, слуховые. Сновидения все более осознанны, в них появляется и незнакомые люди и незнакомая обстановка. По методике экспертной оценки отчеты о сновидениях относились к типам 2, 3. Детские рисунки более завершенные, прорисованы все основные части тела, основные элементы одежды, половая принадлежность, что говорит о целостности личности, эмоциональной зрелости. Хорошо развито чувство уверенности, меньше тревожности и агрессивных знаков. Клинически встречается сноговорение. Средний балл по тесту Маховеера К. составил 35 баллов, что соответствует возрастной норме.

У подростков 13-15 лет сновидения приближаются к сновидениям у взрослых. Они подпадают под все категории, частые, сложные по сюжету, эмоционально и аффективно насыщены, в них есть внутренние переживания, представлены все сенсорные модальности. Характерна некоторая разорванность сюжета сновидений. Например, девочка Т., 15 лет – «в школе был веселый праздник с одноклассниками, потом мы вышли и пошли на остановку, долго прождали автобус, один мальчик на остановке заснул». В них много знакомых

и незнакомцев, людей противоположного пола. Отчеты о сновидениях содержат мыслительную деятельность, сны осознанны и подросток пытается их осмыслить и проанализировать. По методике экспертной оценки отчеты о сновидениях относились к типам 2, 3. Рисунки отличаются завершенностью, особенностью является хорошо прорисованное туловище, что говорит о развитии внутреннем эго, целостности личности и эмоциональных контактах с окружающими, спрятанные руки (стремление держать себя в определенных рамках). Хорошо определяется половая принадлежность, в рисунках девочек большое количество излишних, дополнительных элементов (пряжки, пуговицы, серьги и т.д.), четкое разделение ног и туловища, что свидетельствует об интересе к противоположному полу, стремлении быть привлекательной, повышенной заботе о внешности. Рисунки отличаются реалистичностью. Средний балл по тесту Маховеера К. составил 45 баллов, что соответствует возрастной норме.

**Выводы.** Таким образом, клинико-динамический анализ сновидений у детей показал их четкие отличия в зависимости от возраста. Сны детей младшего возраста отличала простота, отсутствие осознанных действий и низкая аффективно-эмоциональная насыщенность. Это связано с эмоциональной незрелостью, поверхностными плохо осознаваемыми, неэмоциональными контактами с окружающим, что нашло отражение в детских рисунках. По мере взросления, происходит качественное усложнение сновидений, что у старших детей и подростков характеризуется появлением сюжетной линии, участием в сновидениях, осознанностью действий. Развитие личности связано с преодолением и осмыслением различных жизненных ситуаций, поэтому, эволюция сновидений происходит в сторону их качественного и количественного усложнения. Сновидения - это одна из сторон психической деятельности, один из важнейших механизмов психологической защиты.

#### **ЛИТЕРАТУРА:**

- 1) Вейн А.М., Корабельникова Е.А. Сновидения. М.: Эйдос Медиа, 2003; 220.
- 2) Корабельникова Е.А., Вейн А.М., Голубев В.Л., Крейнес М.Г. Психолингвистическое исследование сновидений детей и подростков с невротическими расстройствами. Журнал неврологии и психиатрии. 1999; 1: 18-21
- 3) Корабельникова Е.А., Голубев В.Л. Сновидения и психологическая защита при невротических расстройствах у детей и подростков. Журнал неврологии и психиатрии. 2000; 1: 18-22
- 4) Тейлор К. Психологические тесты и упражнения для детей. М.: Изд. Института психотерапии, 2005; 195