

В исследовании принимали участие девушки в возрасте 21 года. Регистрировали электроэнцефалограмму с помощью регистратора типа «Полиграф-1» по системе 10*20 в исходном состоянии и после эмоциональных нагрузок разной направленности: в качестве отрицательного эмоционального воздействия использовали устный рассказ с устрашающим содержанием на фоне соответствующего музыкального сопровождения; изучение влияния положительных эмоций проводили с помощью текста с радостным веселым содержанием с соответствующим музыкальным сопровождением.

В ходе работы было установлено, что испытуемые характеризовались исходно различной индивидуальной электрической активностью мозга, выражавшейся в разном уровне коэффициента активации, альфа- и тета-активности почти во всех отведениях, а также специфическом узоре межцентральных взаимоотношений в мозге, что обуславливало разнонаправленность динамики анализируемых показателей в разных функциональных состояниях.

Было показано, что при исходно относительно низком уровне коэффициента активации, тета-активности и преобладании мощности в альфа-диапазоне в ситу-

ации страха выявлено усиление тета-активности в лобных и правой теменной областях, повышение бета-активности и коэффициента активации. В ситуации радости по сравнению со страхом установлено снижение тета-активности, снижение бета-активности и коэффициента активации, что является положительным фактором уменьшения эмоционального напряжения по сравнению с состоянием страха. Уровень когерентности свидетельствовал об усилении межцентральных взаимоотношений.

Выявлено, что при исходно относительно высоком уровне коэффициента активации, тета-активности и сниженной альфа-составляющей ЭЭГ в состоянии страха наблюдалось выраженное уменьшение мощности в тета-диапазоне, повышение альфа-активности в правой лобной области и снижение активации практически во всех анализируемых отведениях, кроме левого лобного отведения. В ситуации радости по сравнению со страхом наблюдалось повышение альфа-активности в правом полушарии, снижение активации почти во всех отведениях и некоторая десинхронизация межполушарных взаимоотношений, особенно левого полушария, что объясняется снижением эмоциональной возбудимости и активации головного мозга.

ВЗАИМОСВЯЗЬ ОСНОВНЫХ ПАРАМЕТРОВ АРХИТЕКТУРЫ СНА С КОНСТИТУЦИОНАЛЬНЫМИ ХАРАКТЕРИСТИКАМИ ИСПЫТУЕМЫХ

© С.А. Поночевная

Целью настоящей работы было выявление возможной зависимости между конституциональными характеристиками (профилем ФМА, степенью вертированности, типом телосложения) и основными параметрами ночного сна.

В исследовании приняли участие 28 юношей и девушек в возрасте 18–25 лет, у которых методом анкетирования определялись свойства экстра-интроверсии (опросник Г. Айзенка). Для определения асимметрии больших полушарий использовали блоки тестов по выявлению латерализации функций. Изучение структуры ночного сна проводилось методом стандартной полисомнографии (Aurora PSG, Grass Telefactor, An Astro-Med, Inc. Product Group) по следующей схеме: 1) адаптационная ночь, результаты которой не учитывались; 2) фоновая ночь. Идентификация стадий сна осуществлялась в соответствии с международной классификацией (A. Rechtschaffen, A. Kales, 1968). Статистическая обработка полученных данных производилась при помощи пакета программ Statistica 6.0 (корреляционный анализ, критерий Стьюдента).

По итогам исследования выявлены достоверные различия организации ночного сна в зависимости от степени вертированности: интроверты характеризовались достоверно большей продолжительностью 4 стадии и дельта-сна в целом (табл. 1).

Профиль функциональной межполушарной асимметрии также оказывал влияние на архитектуру сна.

Таблица 1

Показатель, % к ОВС	Интроверты	Экстраверты	Достоверность различий ($p < 0,05$)
1 стадия	$3,43 \pm 1,11$	$3,93 \pm 1,76$	*
2 стадия	$42,31 \pm 7,01$	$50,07 \pm 6,75$	
3 стадия	$7,99 \pm 0,95$	$7,95 \pm 2,76$	
4 стадия	$20,18 \pm 0,94$	$13,57 \pm 4,06$	
REM-сон	$26,07 \pm 6,74$	$24,46 \pm 5,84$	
c1 + c2	$45,74 \pm 7,61$	$54,00 \pm 7,65$	
c3 + c4	$28,17 \pm 0,89$	$21,52 \pm 4,76$	*

Так, отмечена достоверная прямая корреляция длительности 1 стадии с Ka уха и Ka средним, и обратная – продолжительности 2 стадии медленного сна и REM сна с Ka ноги.

Кроме того, показана статистически значимая прямая корреляция эндоморфного компонента телосложения с длительностью глубоких стадий медленного сна ($r = 0,61$), и обратная – с длительностью его поверхностных стадий ($r = 0,66$).

Таким образом, проведенное нами исследование подтверждает предположение о том, что основные характеристики сна в значительной степени связаны с индивидуально-типологическими особенностями личности.