

память обеспечивает сохранение информации в течение нескольких часов, накапливает информацию в течение дня, а время ночного сна отводится организмом для очищения промежуточной памяти и категоризации информации, накопленной за прошедший день, переводит ее в долговременную память. По окончании сна промежуточная память опять готова к приему новой информации. У человека, который спит менее 3 часов в сутки, промежуточная память не успевает очищаться, в результате нарушается выполнение мыслительных, вычислительных операций, снижаются внимание, кратковременная память, появляются ошибки в речи, в действиях.

М. Шпицер предлагает назвать последующую переработку выученного материала, которая закрепляется в памяти, консолидацией. Уже десятилетиями считается, что последующая переработка материала происходит во сне и что нехватка сна мешает запоминанию материала. На животных было доказано, что данные во сне сохраняются и анализируются. Р. Шпицером был проведен эксперимент на крысах и яблоках. Было выявлено, что связанная активность двух источников информации улучшает сохранение и таким образом ведет к консолидации нового содержания памяти во сне.

Изучение людей подтвердило значение сна для обучения. Для исследования процессов обучения Р. Штикгольд использовал визуальные задания по определению ориентации. Такие задания состояли в том, чтобы как можно скорее узнать направленность предложенных в периферическом поле зрения коротких линий. Уже на протяжении десятилетия известно, что с помощью тренировок можно улучшить результат этих заданий. И эти улучшения происходят в части визуального поля, которое тренируется. Р. Штикгольд показал, что сон не просто необходим после тренировки. Ночью необходим сон, который следует сразу после тренировки. Различные группы испытуемых могли ночью после тренировки либо спать (группа 1), либо бодрствовать (группа 2). Группа 2 отоспала в последующие две ночи. Оказалось, что она не смогла улучшить результаты. А в группе 1 были явные успехи. Итак, тренировка, и потом через какое-то время спать – менее эффективно, чем спать сразу после тренировки. Кто по каким-либо причинам не спит по ночам, тот наносит вред не столько иммунитету, сколько своей памяти.

На собственном примере я убедилась в значимости сна перед сложным экзаменом. В ночь перед самим экзаменом я лишила себя сна и до утра мычала. Придя в университет, я не могла собраться с мыслями, не могла вспомнить основные определения. Понадобилось много усилий, чтобы вспомнить выученное. Таким образом, я собственным примером подтвердила результаты научных предположений, убедилась, насколько необходим сон сразу после тренировки.

Глубокий и утренний сон обладают особыми функциями, обнаруживаются различия в работе запоминания в зависимости от архитектуры сна. Этим вопросом занимался Ф. Гейс. В лаборатории сна он изучал 15 испытуемых, используя визуальное задание на тренировку различий по методу Р. Штикгольда. Как оказалось, более эффективен был глубокий сон, который бывает в первой половине ночи.

Различные наблюдения и исследования проясняют существенные аспекты учебы во время сна. Связанная активация различных источников по сохранению информации улучшает обмен между ними. Тем самым это ведет к установлению и упорядочиванию содержания памяти, которая была сохранена днем между делом.

Еще в древности говорили, что сон – это самое лучшее. Неизвестно, откуда это было им известно, но они были абсолютно правы.

Согласны, что сон служит для переработки полученной информации? А вы испытали на себе проблемы плохого запоминания из-за недосыпания?

ВЗАИМОСВЯЗЬ АДАПТАЦИИ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ К УЧЕБНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ С ТИПОМ ДЕТСКО-РОДИТЕЛЬСКИХ ОТНОШЕНИЙ

Погосян А., Медведева Н.И.

*Ставропольский государственный университет,
Ставрополь, e-mail: nigstav@mail.ru*

События, происходящие в нашей стране в последние годы, показали всплеск интереса и внимания к закономерностям детско-родительских отношений, структуре и развитию семьи, развитию личности в контексте семьи, поддерживающим, развивающим и патологическим влияниям семьи. Родительское отношение по своей природе противоречно и неоднозначно: с одной стороны – ребенок является для родителей самоценной и уникальной личностью (личное начало родительского отношения), а с другой – является предметом воспитания и педагогических воздействий родителя (предметное начало). По мнению А.Я. Варга, В.В. Столина и других, родительские отношения – это система разнообразных чувств к ребенку, поведенческих стереотипов, практикуемых в общении с ним, особенностей восприятия и понимания характера и личности ребенка, его поступков. Для развития позитивных детско-родительских отношений взрослые должны обладать определенным уровнем знаний по проблеме воспитания и взаимоотношения с ребенком (Е.О. Смирнов, М.В. Быкова и другие).

Поэтому актуальность и значимость проблемы детско-родительских отношений остается неизменно острой на протяжении всего развития психологической науки и практики.

Целью нашего исследования являлся анализ влияния детско-родительских отношений на адаптацию ребенка к учебной деятельности в младшем школьном возрасте. Мы определили следующую гипотезу: родители и характер детско-родительских отношений в семье оказывают существенное влияние на успешность и адаптивность учебной деятельности младшего школьника. Для решения поставленных задач нами был использован комплекс теоретических и эмпирических методов исследования:

1. Для исследования социальной приспособленности ребенка, сферы его межличностных отношений и их особенностей, его восприятия внутрисемейных отношений, некоторых характеристик его поведения мы использовали методику Рене Жила, которая дает возможность, воздействуя на межличностные отношения ребенка, влиять на дальнейшее развитие его личности.

2. Методика «Диагностики родительского отношения» (А.Я. Варга, В.В. Столина) использовалась для оценки родительской установки по отношению к детям, включающая рациональный, эмоциональный и поведенческий компоненты.

Анализируя результаты исследования, полученные при проведении методики «Диагностика родительского отношения» (А.Я. Варга, В.В. Столина) были сделаны выводы о том, что у 50% испытуемых присутствуют низкие баллы по шкале «принятие-отвержение» – это соответствует тому, что взрослый испытывает по отношению к ребенку в основном

только отрицательные чувства: раздражение, злость, досаду; высокие баллы по шкале «кооперация» – родитель высоко оценивает способности ребенка, поощряет его самостоятельность и инициативу; по шкале «симбиоз» – данный взрослый не устанавливает психологическую дистанцию между собой и ребенком, старается всегда быть ближе к нему, удовлетворять его основные разумные потребности; низкие баллы по шкале «отношение к неудачам ребенка» – свидетельство о том, что неудачи ребенка родитель считает случайными и верит в него. У 30% испытуемых выявлены высокие баллы по шкале «принятие отвержение», что свидетельствует о том, что взрослый имеет выраженное положительное отношение к ребенку; по шкале «контроль» – ребенок находится в авторитарных отношениях со своим родителем. 20% испытуемых имеют такие показатели как низкие баллы по шкале «контроль» – контроль за действиями ребенка со стороны родителей практически отсутствует; низкие баллы по шкале «принятие-отвержение» – взрослый считает ребенка неудачником, не верит в его будущее. С целью выявления детско-родительских отношений в семье, вызывающих у ребенка тревогу, получения данных о том, как он воспринимает других членов семьи и свое место среди них, был проведен тест Рене Жилия. Этот тест дал информацию о субъективной семейной жизни исследуемого ребенка. По результатам методики Рене Жилия были получены следующие данные: 80% испытуемых имеет адекватное отношение к обоим родителям; 72% испытуемых проявляют агрессивное отношение к окружающим их людям; у 55,5% присутствует тревожное состояние на момент выполнения методики; 53,5% респондентов имеют слабо развитые коммуникативные качества; 61% испытуемых стремятся контактировать с авторитетными взрослыми. Мы соотнесли эти результаты с уровнем адаптации ребенка и выявили высокий коэффициент корреляции.

Полученные результаты в целом подтверждают выдвинутую гипотезу о связи особенностей детско-родительского взаимодействия с адаптацией младшего школьника к учебному процессу, обусловленной характером переживания отношений с родителем, и определенными параметрами родительской позиции. Позиция ребенка в детско-родительских отношениях в младшем школьном возрасте носит активно-действенный характер, определяя сотрудничество с близким взрослым и перспективы развития отношений.

ВЛИЯНИЕ СРЕДСТВ МАССОВОЙ ИНФОРМАЦИИ НА ПОВЕДЕНИЕ МОЛОДЕЖИ

Рабалданова Э., Медведева Н.И.

*Ставропольский государственный университет,
Ставрополь, e-mail: rabaldanova@mail.ru*

Эта проблема очень актуальна в наше время, так как находясь в современном мире, мы постоянно сталкиваемся со средствами массовой информации. Они настолько прочно основались в нашей повседневности, что мы даже представить себе не можем своего существования без них. Для нас стало, довольно, обыденным смотреть последние новости по любимому телеканалу, узнавать счёт футбольного матча на спортивном сайте через Интернет и слушать прогноз погоды на день, на волнах любимейшей FM – радиостанции.

А. Бандура после многочисленных экспериментов и наблюдений сделал вывод о том, что сцены насилия на телеэкране вызывают сильные агрессивные импульсы у зрителей. По наблюдениям А.В. Мудрика, «...у человека, находящегося в ком-

пьютерной виртуальной реальности, создается впечатление, что он непосредственно участвует в им же порожденных событиях. Барденштейн Л.М. и Можгинский Ю.Б. высказали твердое мнение о том, что одним из важнейших социальных звеньев формирования агрессии у детей и подростков является влияние средств массовой информации. Как сильно изменился мир! И эти изменения непосредственно связаны с работой СМИ. С годами увеличивается напор в «трубах средств массовой информации», потому ее стает все больше и больше. Таким образом, естественно, возрастает информационное влияние.

В нашей работе мы хотим порассуждать: каково влияние СМИ на поведение молодежи? Что положительно и что нежелательно слышать и видеть с экранов телевизоров и читать в прессе?

Мы считаем, что именно молодежь является самой активной частью общества, которая задает общий тонус общественному развитию. Молодежь – это такая социальная группа, которая очень сильно поддается влиянию масс-медиа. Если говорить о характере влияния СМИ на молодежь, то можно выделить два характера воздействия. Дело в том, что СМИ может производить как позитивное, так и негативное воздействие на молодых людей. Таким образом, средства массовой информации имеет две стороны влияния, как две стороны медали. Давайте проследим характер этого влияния на примере такого СМИ как телевидение. Позитивные моменты: СМИ держит молодежь в курсе всех происходящих событий, таким образом утоляет «информационный голод»; средства массовой информации повышает общую, в том числе и политическую культуру населения; служит для взаимного информирования властей и населения; снимают социальную напряженность. Негативные моменты: СМИ являются также источниками пошлой информации; в современных сериалах, фильмах, и даже мультфильмах существует насилие.

Воздействие средств массовой информации достаточно существенное. Молодежь – это такая социальная группа, которая очень сильно поддается влиянию масс-медиа. Существует как позитивное, так и негативное медиа-воздействие на молодых людей, и всё чаще сейчас говорят о негативном воздействии средств массовой информации, которое выражается в их неадекватном поведении в обществе. Эту проблему нужно решать, несмотря на то, что кому-то это будет не выгодно. Здоровый образ жизни, высокий реализованный интеллектуальный потенциал, глубина доброй морали должны, в первую очередь, характеризовать наше молодое поколение. Мы за здоровую информацию, которая бы давала молодым понимание жизни, добрые советы, положительный жизненный настрой, а не формировала в наших душах негатив и разочарование.

Самым мощным средством информации по воздействию на сознание людей является телевидение, обеспечивающее возможность наглядно-образного восприятия, а значит, и более сильного эмоционального воздействия на человека. Средства массовой информации оказывают большое влияние на формирование образа жизни молодежи. Это влияние распространяется как непосредственно через СМИ на личность молодого человека, так и опосредованное – через родителей, учителей, сверстников, на которых СМИ, в свою очередь, так же оказывают значительное влияние. Даже господствующие в обществе социальные нормы в значительной мере сформированы СМИ. Средства массовой информации создают двойственное взаимоисключающее влияние на образ