

ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΚΡΗΤΗΣ
ΣΧΟΛΗ ΚΟΙΝΩΝΙΚΩΝ ΕΠΙΣΤΗΜΩΝ
ΤΜΗΜΑ ΨΥΧΟΛΟΓΙΑΣ

ΠΤΥΧΙΑΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ

ΨΥΧΑΝΑΛΥΤΙΚΗ ΠΡΟΣΕΓΓΙΣΗ ΤΟΥ ΟΝΕΙΡΟΥ

ΕΠΙΒΛΕΠΟΥΣΑ ΚΑΘΗΓΗΤΡΙΑ: ΧΑΤΗΡΑ ΚΑΛΛΙΟΠΗ



ΠΟΙΜΕΝΙΔΟΥ ΠΗΓΗ

A.M.: 1579

ΡΕΘΥΜΝΟ 2008

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

| | |
|---|----|
| Εισαγωγή | 3 |
| Κεφάλαιο 1: ΙΣΤΟΡΙΑ ΤΗΣ ΕΡΜΗΝΕΥΤΙΚΗΣ ΟΝΕΙΡΩΝ | |
| 1.1 Ιστορική αναδρομή | 5 |
| 1.2 Το όνειρο στη φιλοσοφία | 13 |
| 1.3 Βιολογική προσέγγιση στο όνειρο | 19 |
| Κεφάλαιο 2: ΤΟ ΟΝΕΙΡΟ ΣΤΗ ΨΥΧΑΝΑΛΥΣΗ | |
| 2.1 Η θεωρία του Freud | 25 |
| 2.1.2 Το ασυνείδητο | 26 |
| 2.1.3 Το έκδηλο και το λανθάνον περιεχόμενο του ονείρου | 30 |
| 2.1.4 Το όνειρο στη παιδική ηλικία | 34 |
| 2.1.5 Το όνειρο ως εκπλήρωση επιθυμιών | 36 |
| 2.1.6 Η εργασία του ονείρου | 41 |
| 2.2 Η θεωρία του Jung | 48 |
| 2.2.1 Το ασυνείδητο | 49 |
| 2.2.2 Τα αρχέτυπα στον συμβολισμό των ονείρων | 52 |
| 2.3 Η θεωρία του Adler | 56 |
| 2.4 Νεότερες και σύγχρονες θεωρήσεις του ονείρου/Fromm/ Lacan/ Lewin/ Bion και Pontalis | 60 |
| 2.5 Χαρακτηριστικά και τυπικά όνειρα | 64 |
| Κεφάλαιο 3: Η ΣΧΕΣΗ ΤΟΥ ΟΝΕΙΡΟΥ ΜΕ ΤΙΣ ΠΝΕΥΜΑΤΙΚΕΣ ΔΙΑΤΑΡΑΧΕΣ ΚΑΙ ΤΗ ΘΕΡΑΠΕΙΑ | |
| 3.1 Το όνειρο, η νεύρωση και η ψύχωση | 69 |
| 3.2 Το όνειρο στη θεραπεία και την ομαδική ανάλυση | 75 |
| 3.3 Το όνειρο στη θεραπεία Gestalt | 81 |
| | |
| Συμπεράσματα | 84 |
| | |
| Βιβλιογραφία | 86 |

ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Από την αρχαιότητα μέχρι σήμερα, ο άνθρωπος ασχολείται επιστημονικά ή όχι με το θέμα του ονείρου, καθώς αποτελεί κομμάτι της καθημερινής του ζωής. Θα προσεγγίσουμε το όνειρο αρχικά σε ανθρωπολογική, φιλοσοφική και βιολογική βάση και στη συνέχεια θα το εξετάσουμε σε ψυχαναλυτική βάση, όπως αυτή διαμορφώθηκε από τον Freud, τον Jung, τον Lacan, τον Bion και άλλους ψυχαναλυτές.

Κατόπιν θα αναφερθούμε στη σχέση του ονείρου με τις πνευματικές διαταραχές, την ψύχωση, τη νεύρωση, αλλά και πώς λειτουργεί στο πλαίσιο της ψυχοθεραπείας και της ομαδικής ανάλυσης. Θα δοθεί ιδιαίτερη έμφαση στο έργο του Freud, ο οποίος, πριν από έναν αιώνα, ολοκλήρωσε και εξέδωσε το ογκώδες έργο του η *Ερμηνεία των ονείρων*. Κατά τον ίδιο, αυτό υπήρξε το τελειότερο και το πιο προσωπικό του έργο, με το οποίο έθεσε τα θεμέλια του οικοδομήματος της ψυχανάλυσης. Είχε αναφέρει χαρακτηριστικά πως η έμπνευση για μια τέτοια δημιουργία, παρουσιάζεται στον άνθρωπο μονάχα μια φορά στη ζωή του και ότι η συγγραφή του συγκεκριμένου έργου αποτέλεσε ένα μέρος της προσωπικής του αυτοανάλυσης. Τον κεντρικό πυρήνα το έργο αποτέλεσε η τολμηρή για πολλούς διατύπωση ότι το όνειρο είναι η μεταμφιεσμένη εκπλήρωση απωθημένων επιθυμιών. Αυτή η θεωρία του, αν και προκάλεσε αντιδράσεις, θα καταλάβει ιδιαίτερη θέση στην ιστορία της ψυχανάλυσης και θα αποτελέσει μέσο για την μετάβαση στην ψυχολογία του βάθους.

Όπως θα παρατηρήσουμε οι αρχαίοι Έλληνες και οι Ευρωπαίοι φιλόσοφοι, αρκετούς αιώνες πριν τη διατύπωση της θεωρίας του Freud, θα τοποθετηθούν ποικιλότητα ως προς τη φύση της ονειρικής δραστηριότητας, βιολογικά, φιλοσοφικά ή μυστηριακά,

και οι απόψεις τους, αφού επεκτάθηκαν ή εμπλουτίστηκαν, αποτέλεσαν κι αυτές υλικό για τη διαμόρφωση των ψυχαναλυτικών θεωριών για το όνειρο.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 1

ΙΣΤΟΡΙΑ ΤΗΣ ΕΡΜΗΝΕΥΤΙΚΗΣ ΟΝΕΙΡΩΝ

1.1 ΙΣΤΟΡΙΚΗ ΑΝΑΔΡΟΜΗ

Η προέλευση και η ερμηνεία του ονείρου είναι ένα θέμα το οποίο απασχόλησε τον άνθρωπο από την αρχή της ιστορίας του. Οι άνθρωποι πάντα ονειρεύονταν και ανάλογα την εποχή, τις αντιλήψεις και τη μόρφωσή τους ερμήνευαν τα όνειρα ως προφητείες, ως ψυχολογικά ή βιολογικά φαινόμενα ή θεωρούσαν ανοησία να ασχοληθούν μαζί τους. Κατά το παρελθόν λοιπόν το όνειρο ερμηνεύτηκε με ποικίλους τρόπους. Αρχικά με μεταφυσικούς και μη ψυχολογικούς όρους και στη συνέχεια με το πέρασμα του χρόνου με ψυχολογικούς και νευροβιολογικούς. Στην περίοδο της μεταφυσικής ερμηνείας τους, τα όνειρα θεωρούνταν μηνύματα των θεών και των δαιμόνων που πληροφορούσαν και προειδοποιούσαν τους ονειρευόμενους για το τι πρόκειται να συμβεί στο μέλλον και τι θα ήταν σωστό να πράξουν. Τον προφητικό χαρακτήρα του ονείρου τον συναντάμε συχνά στη μυθολογία, στη λογοτεχνία και στην παράδοση αρκετών λαών, κάποιοι από τους οποίους το εκλαμβάνουν ως πραγματικό βίωμα της αποχωρισμένης από το σώμα ψυχής ή μήνυμα σταλμένο από τους νεκρούς.

Ο Fromm αναφέρει ένα παράδειγμα κατά το οποίο το όνειρο αντιμετωπίζεται ως πραγματικό γεγονός και βίωμα της ψυχής κατά τη διάρκεια του ύπνου. Σύμφωνα με αυτό, λοιπόν, η φυλή των Ασαντί πίστευε ότι ένας άνθρωπος ονειρευόταν ότι έρχεται σε σεξουαλική επαφή με τη γυναίκα κάποιου άλλου θα έπρεπε να

πληρώσει το νόμιμο πρόστιμο για τη μοιχεία, γιατί δύο ψυχές έρχονταν όντως σε επαφή. Αναφέρει ακόμη ότι οι Παπούα Κιβάι της Βρετανικής Νέας Γουινέας θεωρούσαν ότι αν ένας μάγος συλλάμβανε την ψυχή του ονειρευόμενου κατά τη διάρκεια του ύπνου, δε θα ξύπναγε ποτέ (Fromm, 1975).

Από ανάλογες ανθρωπολογικές έρευνες ο Lavie αναφέρει ότι όταν ένας Ινδιάνος της Β. Αμερικής ονειρευόταν ότι τον έχει δαγκώσει φίδι, όταν ξυπνούσε, υπέβαλλε τον εαυτό του στην κατάλληλη θεραπεία, η οποία ήταν απαραίτητη για το δάγκωμα του φιδιού (Lavie, 1999). Κάποιες φυλές εντόπιζαν την πηγή του ονείρου στην ψυχή, η οποία υποστήριζαν ότι απομακρυνόταν από το σώμα κατά τη διάρκεια του ύπνου. Με βάση, λοιπόν, αυτήν την αντίληψη θεωρούσαν εξαιρετικά επικίνδυνο να ξυπνάνε απότομα οι κοιμώμενοι, καθώς υπήρχε το ενδεχόμενο να μην έχει προλάβει η ψυχή να επιστρέψει στο σώμα. Για παράδειγμα, στις φυλές Μασάι της Κένυας, για τον ίδιο λόγο, απαγορευόταν να ξυπνήσουν κάποιον απότομο, μήπως δεν προλάβει η ψυχή να «μπει» στο σώμα. Αυτή σχεδόν η αποκρυφιστική άποψη εκφράζει την αστρική υπόσταση του ανθρώπου, όπου η αποσπασμένη από το σώμα ψυχή ταξιδεύει σε εξωφυσικούς κόσμους και φέρνει μηνύματα. Ο Jounet αναφέρει ότι οι Φελάχοι στο Δέλτα του Νείλου τύλιγαν, κατά τη διάρκεια του ύπνου, το κεφάλι τους με ένα τουρμπάνι με το φόβο πως η ψυχή θα βγει από το σώμα τους και δεν θα μπορεί να επιστρέψει (Jounet, 1993).

Από την άλλη μεριά, ο Malinofsci, σύμφωνα με μελέτες του, υποστήριξε ότι σε κάποιες πρωτόγονες κοινωνίες και συγκεκριμένα σε αυτήν των Τροβοριανών, οι άνθρωποι έδειχναν πολύ μικρό ενδιαφέρον, ως μηδαμινό, για τα όνειρά τους, καθώς δεν τα διηγούνταν ποτέ, ονειρεύονταν λίγο, και δεν είχαν καμία προφητική ή άλλη σημασία για αυτούς. Αυτήν την στάση απέναντι στα όνειρα

την ερμήνευσε ως αποτέλεσμα μιας μη καταπιεσμένης σεξουαλικά κοινωνίας (Malinofsci, 1993). Η άποψη αυτή, μας παραπέμπει στη φροϋδική θεωρία, σύμφωνα με την οποία η βασική αιτία των ονείρων εντοπίζεται στην ανικανοποίητη σεξουαλική επιθυμία και στις σεξουαλικές ενορμήσεις που απωθούνται κατά την παιδική ηλικία.

Όπως ήδη αναφέρθηκε, πολλοί αρχαίοι πολιτισμοί από τους Βαβυλώνιους μέχρι τους Έλληνες, πίστευαν ότι το όνειρο είναι ένα μήνυμα που έστελναν στους ανθρώπους θεϊκές δυνάμεις και ένα μέσο επικοινωνίας μεταξύ θνητών και αθανάτων. Σύμφωνα με τον Lavie, οι άνθρωποι συνήθιζαν να επισκέπτονται λατρευτικούς χώρους, όπως τους Δελφούς στην Ελλάδα και την Μέμφιδα στην Αίγυπτο, όπου κοιμόντουσαν στην περίβολο του ναού με την ελπίδα να δουν όνειρα, για να τα διηγηθούν το επόμενο πρωί στους μάντεις και τους ιερείς και αυτοί με τη σειρά τους να τους δώσουν συμβουλές και να τους προειδοποιήσουν για γεγονότα που πρόκειται να συμβούν.

Οι αρχαίοι Έλληνες, λοιπόν, που θεωρούσαν το όνειρο προϊόν θεϊκής προέλευσης τα διέκριναν σε δύο κατηγορίες: τα πολύτιμα, τα οποία περνούσαν από την κερατίνη πύλη (τον κερατοειδή χιτώνα του οφθαλμού) και που ήταν προφητικά, και τα μηδαμινά όνειρα που περνούσαν από την ελεφαντίνη πύλη (από το φραγμό των δοντιών) και που ήταν ικανά να παραπλανήσουν τον ονειρευόμενο και να τον οδηγήσουν στην καταστροφή. Σε πολλά λογοτεχνικά κείμενα των αρχαίων Ελλήνων συναντάμε όνειρα με αυτές τις ιδιότητες, όπως στην Ιλιάδα του Ομήρου όπου ο Δίας έστειλε στον Αγαμέμνονα ένα μηδαμινό όνειρο, με το οποίο τον παραπλάνησε και τον ώθησε να πιστέψει ότι οι Αργείοι θα νικούσαν σε ενδεχόμενη μάχη την επόμενη μέρα. Τότε ο Αγαμέμνονας, παρασυρμένος από το αισιόδοξο όνειρο, αποφάσισε

και διέταξε τον στρατό σε μια μεγάλη επίθεση κατά των Τρώων (Βασματζίδης, 2001).

Παρ' όλες τις μη ψυχολογικές ερμηνείες των ονείρων που επικρατούσαν, σε κάποια κείμενα ονειρομαντείας που χρονολογούνται από το 5000π.Χ., όπως αυτά των Βαβυλωνίων και των Ασσυρίων, μπορούμε να εντοπίσουμε κοινά στοιχεία με αυτά πιο σύγχρονων θεωριών που αφορούν στο όνειρο. Για παράδειγμα, οι Βαβυλώνιοι ασχολήθηκαν αρκετά με την ερμηνεία των ερωτικών εικόνων και του σεξουαλικού στοιχείου του ονείρου. Οι Κινέζοι και οι Ινδοί επίσης δεν αρκέστηκαν σε μια απλοϊκή ερμηνεία, αλλά προχώρησαν παραπέρα και έκαναν διάκριση ανάμεσα σε επίπεδα της συνείδησης, υποστηρίζοντας ότι τα όνειρα παράγονται από ένα μη συνειδητό νου.

Ο Holowchak αναφέρει ότι οι απόψεις των Ρωμαίων για τα όνειρα ήταν πολύ κοντά σε αυτές των αρχαίων Ελλήνων. Πίστευαν στις προφητικές ιδιότητες του ονείρου και τα θεωρούσαν σημεία που μπορούσαν να τους συμβουλεύσουν τι θα έπρεπε να πράξουν σε κάποιες καταστάσεις και που τους προειδοποιούσαν για το τι πρόκειται να συμβεί στο μέλλον. Ο Ιούλιος Καίσαρας είχε παρακινηθεί από ένα όνειρο, για να καταλάβει την εξουσία στη Ρώμη. Ονειρεύτηκε τη μητέρα του και αυτό ερμηνεύτηκε ως η είσοδος του στη μητρική χώρα. Τόσο στην αρχαία Ρώμη, όσο και στην αρχαία Ελλάδα ο χρησμός του ονείρου κρινόταν απαραίτητος για την εκκίνηση των εκστρατειών, όπως για παράδειγμα αυτή του Ξέρξη στην Ελλάδα. Επιπροσθέτως ο Holowchak μας πληροφορεί ότι κατά το 2^ο αι. μ.Χ εμφανίζεται το σπουδαιότερο αρχαίο κείμενο μελέτης ονείρων, το οποίο δεν είναι άλλο από τα *Ονειροκρατικά* του Αρτεμίδωρου, ο οποίος διέκρινε το όνειρο σε δύο κατηγορίες: το ενύπνιο, που ήταν το άδειο όνειρο, και το προφητικό. Ο Αρτεμίδωρος υποστήριξε ότι για να ερμηνεύσει κανείς το όνειρο

κάποιου είναι απαραίτητο να λαμβάνει υπόψη τα προσωπικά χαρακτηριστικά και εν γένει την ιδιοσυγκρασία του ονειρεύομενου. Θεώρησε επίσης ότι κατά τη διαδικασία της ερμηνείας ενός ονείρου, θα πρέπει αυτό να μελετάται ως όλον και όχι αποσπασματικά ως ξεχωριστές εικόνες (Holowchak, 2002).

Σε αυτό το μη ψυχολογικό, μεταφυσικό ρεύμα της ερμηνείας των ονείρων μπορούν να αποδοθούν πολλά γνωστά όνειρα, όπως αυτό του Φαραώ με τις επτά παχιές αγελάδες που κατέφαγαν τις επτά ισχνές αγελάδες και τα επτά μεστά στάχια, τα οποία κατέφαγαν επτά λεπτά και ξηρά στάχια. Την προφητική ερμηνεία του ονείρου έδωσε ο Ιωσήφ αναφερόμενος στα επτά έτη αφθονίας που θα τα διαδέχονταν επτά έτη πείνας (Βασματζίδης, 2001).

Θα έπρεπε να περάσουν αρκετά χρόνια, μέχρι να έρθει ο αιώνας του Διαφωτισμού, για να αποδυναμωθεί αυτή η μη επιστημονική και μεταφυσική αντίληψη περί ονείρων. Τα όνειρα θα προσεγγίζονταν σε μεγάλο βαθμό πλέον κατά τρόπο επιστημονικό στο πλαίσιο της νευροβιολογίας, αλλά και της ψυχανάλυσης. Ωστόσο, εδώ πρέπει να τονιστεί ότι, αν και υπήρξε αυτή η εξέλιξη, στις σύγχρονες κοινωνίες δεν έχουν εγκαταλειφθεί πλήρως οι παλιές δοξασίες, καθώς ακόμα το όνειρο αντιμετωπίζεται σαν μέσο για την πρόβλεψη του μέλλοντος και κυκλοφορούν βιβλία με συγγραφείς που ισχυρίζονται ότι ερμηνεύουν τα όνειρα με βάση τους αρχαίους προφητικούς κανόνες. Αυτά τα περιστατικά, βέβαια, αποτελούν δεισιδαιμονίες, καθώς πλέον η πλειονότητα των επιστημόνων υποστηρίζει ότι το όνειρο αποτελεί ψυχική διεργασία αυτού που ονειρεύτηκε. Από την άλλη, όμως, παρά τις δοξασίες και τις αυθαίρετες ερμηνείες των ανθρώπων, αυτές πολλές φορές τυχαίνει να συμπίπτουν με τις ερμηνείες που δέχεται η ψυχανάλυση ως έγκυρες, όπως άλλωστε υποστηρίζουν και οι Φρόουντ και Οπενχάιμ, λέγοντας δηλαδή ότι ο λαός κάποιες φορές

κατανοεί και ερμηνεύει τα όνειρα με τον ίδιο τρόπο που θα το έκανε και η ψυχανάλυση –όχι σαν προμηνύματα που αφορούν στο μέλλον, αλλά σαν ικανοποίηση αναγκών, κυρίως σεξουαλικών, που εκδηλώνονται στην κατάσταση του ύπνου. Επιπροσθέτως, οι ίδιοι θεωρούν ότι «είναι πολύ βολικότερο να μελετούμε το συμβολισμό των ονείρων στη λαογραφία, παρά στα πραγματικά όνειρα. Τα όνειρα είναι υποχρεωμένα να κρύβουν πράγματα και να παραδίδουν τα μυστικά τους μόνο στην ερμηνεία» (Φρόυντ-Οπενχάιμ, 1999). Εδώ ας αναφέρουμε πως υπάρχουν και κάποια ανέκδοτα προερχόμενα από το λαό που είναι μεταμφιεσμένα σαν όνειρα και δίνουν την ευχαρίστηση απογυμνώνοντας τα κρυμμένα σύμβολα. Οι Φρόυντ και Οπενχάιμ, έχουν εκδώσει μάλιστα το βιβλίο τους *Όνειρα και Λαογραφία*, στο οποίο περιέχονται τέτοιου είδους ανέκδοτα.

Φτάνοντας λοιπόν στη σύγχρονη εποχή, μπορούμε να παρατηρήσουμε ότι υπάρχουν κάποιες λαϊκές ερμηνείες για το όνειρο που όλες σε κάποιο σημείο τους εμφανίζουν μια δόση αλήθειας. Μία από αυτές τις θεωρίες, είναι αυτή του βαρύ δείπνου, σύμφωνα με την οποία τα όνειρα είναι αποτέλεσμα στομαχικών, σωματικών διαταραχών και δυσπεψίας. Αυτή η θεωρία μπορεί να θεωρηθεί λογική στο εξής σημείο: ένα βαρύ δείπνο, αντλώντας αίμα για τη λειτουργία της πέψης μπορεί να επηρεάσει την κυκλοφορία προς τον εγκέφαλο και να προκαλέσει την εμφάνιση ονείρου (Hadfield, 1997). Βέβαια, αυτή η διαδικασία ίσως να μπορεί να εξηγήσει πώς παράγεται το όνειρο, αλλά σίγουρα δεν μπορεί να εξηγήσει γιατί ονειρευόμαστε το συγκεκριμένο περιεχόμενο.

Μία ακόμα λαϊκή και γενικώς παραδεκτή θεωρία είναι αυτή που υποστηρίζει ότι τα όνειρα είναι αναπαραστάσεις γεγονότων και συμβάντων της προηγούμενης ημέρας ή του παρελθόντος. Αυτή η

άποψη, συναντάται επίσης και στην ψυχανάλυση με τη διαφορά ότι ψυχαναλυτικά τα όνειρα ποτέ δεν είναι ακριβείς αναπαραστάσεις και πάντα διαφέρουν κάποια σημεία από την καθεαυτή εμπειρία της ημέρας. Η εν λόγω θεωρία, όμως, δεν εξηγεί γιατί από όλες τις αναμνήσεις και τα καθημερινά βιώματα εμφανίζονται κάποια συγκεκριμένα στο όνειρο. Η εμφάνισή τους σίγουρα δεν είναι τυχαία, αλλά έχουν κάποια ειδική, συμβολική σημασία για κάθε άτομο.

Ακόμα μια θεωρία για τα όνειρα που είναι ιδιαίτερα διαδεδομένη, είναι η θεωρία του προαισθήματος, σύμφωνα με την οποία «τα όνειρα βγαίνουν αληθινά», προλέγουν δηλαδή το μέλλον. Ο Hadfield υποστηρίζει ότι υπάρχει αναμφίβολα μια ψυχολογική αλήθεια στα προαισθήματα, εφόσον μπορούμε διαισθητικά και ασυνείδητα να προβλέψουμε ένα μέλλον απέναντι στο οποίο συνειδητά είμαστε τυφλοί. Είναι πιθανόν το άτομο να μην είναι ψυχολογικά σε θέση να συνειδητοποιήσει κάποια γεγονότα ή συναισθήματα που ήδη μπορεί να συμβαίνουν, αλλά έχουν απωθηθεί και είναι αντιληπτά μόνο στο ασυνείδητο, οπότε εκφράζονται μέσω των ονείρων. Σχετικά με τα όνειρα που εκφράζουν σωματικές παθήσεις στην πραγματικότητα μπορούν να είναι συμπεράσματα και τα πρώτα συμπτώματα που γίνονται αντιληπτά από το ασυνείδητο (Hadfield, 1997). Μια τέτοια περίπτωση αναφέρει ο Hadfield: «ένας ασθενής έβλεπε επανειλημμένα στον ύπνο του ότι πάθαινε παράλυση στο χέρι και στο στόμα μέχρι σημείο σπασμών. Μετά από μερικούς μήνες έπαθε μια ίδια προσβολή και έμεινε εν μέρει παράλυτος» (Hadfield, 1997). Το όνειρο, λοιπόν, σε αυτήν την περίπτωση, δεν ήταν προφητικό, αλλά οφειλόταν σε αρτηριακούς σπασμούς που είχαν προέλθει από μία εκ γενετής σύφιλη. Έτσι, στο αρχικό στάδιο είχε κάποιες ελαφρές κρίσεις κατά τη διάρκεια του ύπνου που

προκαλούσαν το όνειρο και σε λίγο καιρό και σε ξύπνια κατάσταση προσβλήθηκε από έναν ισχυρό αρτηριακό σπασμό που τον άφησε παράλυτο.

Μέχρι εδώ, λοιπόν, είδαμε συνοπτικά πώς ερμηνεύθηκε το όνειρο από τις πρωτόγονες κοινωνίες μέχρι και τη σύγχρονη εποχή. Παρακάτω θα δούμε απόψεις και θεωρίες φιλοσόφων για το όνειρο από την εποχή του Πλάτωνα μέχρι του Νίτσε, εστιάζοντας στις ομοιότητές τους με τις ψυχαναλυτικές θέσεις.

1.2 ΤΟ ΟΝΕΙΡΟ ΣΤΗ ΦΙΛΟΣΟΦΙΑ

Οι κυρίαρχες απόψεις που αφορούν στην ερμηνεία του ονείρου είναι η φροϋδική ερμηνεία που υποστηρίζει ότι τα όνειρα είναι εκφράσεις της παράλογης και ακοινωνήτης φύσης του ανθρώπου, η θεωρία του Γιουνγκ, σύμφωνα με την οποία τα όνειρα είναι αποκαλύψεις της ασυνείδητης σοφίας κάθε ατόμου, και η θεωρία που υποστηρίζει ότι τα όνειρα είναι η πνευματική δραστηριότητα που εκφράζει τις παράλογες επιθυμίες του ανθρώπου, τον «καλό» και τον «κακό» εαυτό του. Αυτές οι θεωρίες δεν είναι καθόλου πρόσφατες, καθώς έχουν διατυπωθεί, με κάποιες παραλλαγές βέβαια, αρκετά χρόνια πριν από φιλοσόφους που ασχολήθηκαν με το θέμα. Τα σημεία με τα οποία ασχολήθηκαν, κυρίως, προκειμένου να κατανοήσουν το φαινόμενο του ονείρου ήταν ο ψυχολογικός και βιολογικός τους ρόλος, το υλικό από το οποίο είναι φτιαγμένα τα όνειρα, οι μορφές που παίρνουν και οι διεγερτικές αιτίες τους.

Ξεκινώντας από τους αρχαίους Έλληνες φιλόσοφους, ο Πλάτωνας στο έργο του *Πολιτεία* προβλέπει κατά ένα μεγάλο μέρος τη φροϋδική θεωρία για τα όνειρα. Υποστηρίζει ότι τα όνειρα είναι η έκφραση του παράλογου ζώου που κρύβεται μέσα μας, η έκφραση της παράλογης και άγριας φύσης του κάθε ανθρώπου. Αυτή όμως η έκφραση του παράλογου είναι ηπιότερη υποστηρίζει όταν οι άνθρωποι κοιμούνται ήρεμοι και με εσωτερική γαλήνη ή όταν έχουν φτάσει σε ένα ικανοποιητικό επίπεδο ωριμότητας και σοφίας. Διατύπωσε ακόμα ότι τα όνειρα που παρουσιάζουν κατώτερες επιθυμίες καθοδηγούνται από το επιθυμητικό μέρος της ψυχής, όταν το λογιστικό μέρος της (το συνειδητό) αδρανεί. Συγκεκριμένα αναφέρει: «πρόκειται για τις ηδονές που ξυπνούν μέσα στον ύπνο μας, τον καιρό που το άλλο μέρος της ψυχής μας, αυτό δηλαδή

που είναι λογικό και ήρεμο και εξουσιαστικό πάνω στο αντίθετο βυθίζεται στη νάρκη (με τον ύπνο), ενώ το θηριώδες και το άγριο, χορτασμένο από φαγητό ή από μέθη, σκιρτά και διώχνοντας τον ύπνο ζητά να ξεχυθεί και να χορτάσει τις συνηθισμένες του επιθυμίες. Μέσα σε τούτη την κατάσταση τολμά όλα να τα κάνει επειδή δεν το δεσμεύει ούτε το αντικόβει ούτε ντροπή, ούτε φρόνηση» (Ξηροτύρης, χ.χ.). Επίσης, ο Πλάτωνας θεωρεί ότι ο άνθρωπος στο όνειρό του «δε διστάζει να δοκιμάσει να έρχεται με τη φαντασία σε συνουσία με τη μάνα και με οποιονδήποτε άλλο άνθρωπο θεό και θηρίο, να μολύνεται με οποιονδήποτε φόνο και οποιονδήποτε απαγορευμένο φαγητό. Με ένα λόγο, δεν αφήνει να του πέσει κάτω καμία αναισχυντία» (Ξηροτύρης, χ.χ.).

Ο Αριστοτέλης αναφερόταν στη λογική φύση των ονείρων. Στα έργα του *Περί Ενυπνίων* και *Περί της καθ' ύπνον μαντικής* προσεγγίζει το φαινόμενο του ονείρου με ψυχρή λογική και διαφωνεί κατηγορηματικά με την άποψη ότι τα όνειρα είναι θεόπεμπτα ή ότι έχουν προφητικό χαρακτήρα. Ο Dodds αναφέρεται στη διατύπωση του Αριστοτέλη ότι «τα όνειρα αν και δεν είναι θεϊκά, είναι δαιμόνια καθώς η ίδια η φύση είναι δαιμονική» (Dodds, 1978). Ο Φρόνυτ υποστήριξε ότι η συγκεκριμένη άποψη κρύβει αλήθεια και έχει μεγάλη σημασία αν ερμηνευθεί σωστά. Ένα ακόμα σημείο που τόνισε ο Αριστοτέλης, είναι ο ισχυρισμός του ότι κατά τη διάρκεια του ύπνου οι άνθρωποι είναι περισσότερο ικανοί να παρατηρήσουν και να κατανοήσουν τι γίνεται στο σώμα τους, οπότε τα όνειρα μπορούν να παρέχουν πρόγνωση σχετικά με την κατάσταση της υγείας του κοιμώμενου.

Ο Ιπποκράτης, περίπου τον 5^οαι. π.Χ., στο έργο του *Περί αρχαίας Ιητρικής* μελετά τη σχέση των ονείρων με τις ασθένειες, αλλά και την προγνωστική τους σημασία. Διατυπώνει πριν από το Φρόνυτ ότι τα όνειρα είναι δυνατόν να εκφράζουν ανεκπλήρωτες

επιθυμίες της ψυχής και θεωρεί σημαντικά και άξια λόγου μόνο τα όνειρα εκείνα που προβλέπουν σωματικές παθολογικές καταστάσεις. Αποδέχεται την προφητική τους ιδιότητα, καθώς πίστευε ότι κάποιοι και μόνο λίγοι άνθρωποι έχουν την ικανότητα να μαντεύουν (Βασματζίδης, 2001).

Στην αρχαία Ελλάδα τα όνειρα έβρισκαν εφαρμογή ως θεραπευτικό μέσο στα ονειρομαντεία όπου γινόταν «εγκοίμηση» των ασθενών. Οι ασθενείς μετά από κάποιες διαδικασίες, στις οποίες υποβάλλονταν (όπως λούσιμο, τρίψιμο) ξάπλωναν, κοιμόντουσαν και ονειρευόντουσαν το θεό που υποτίθεται ότι θα τους έδινε πληροφορίες σχετικά με την ασθένειά τους, γιατρικά και συμβουλές. Ο Dodds υποστηρίζει ότι από τους αρχαίους Έλληνες στοχαστές εκείνος που τοποθετεί το όνειρο στην πιο σωστή και λογική διάσταση, ήταν ο Ηράκλειτος που πίστευε κατά τη διάρκεια του ύπνου ο καθένας από εμάς αποσύρεται σε έναν κόσμο δικό του και κατά συνέπεια αρνείται το κύρος της ονειρικής εμπειρίας. Ακόμα, ο ίδιος θεώρησε τα όνειρα μετάβαση από τη μία κατάσταση στην άλλη του γραμμικού συνεχούς –εγρήγορη-ύπνος-θάνατος– (παλίντροπος αρμονία) (Dodds, 1975).

Το όνειρο στην αρχαία Ελλάδα δεν απασχόλησε μόνο τους φιλόσοφους, αλλά και τους τραγωδούς, τους ποιητές και τους κωμικούς. Ο Αριστοφάνης για παράδειγμα ασχολήθηκε με το όνειρο σατιρίζοντας την υπερβολή στη δεισιδαιμονία του λαού, αναφορικά με την προφητική τους αξία (Lieshout, 1980).

Την ίδια περίπου εποχή, οι Ρωμαίοι ασπάζονται τις περισσότερες από τις αντιλήψεις των αρχαίων Ελλήνων που αφορούν στην ερμηνεία των ονείρων. Μεταξύ αυτών και ο Λουκρήτιος, ο οποίος προσεγγίζει στη θεωρία του την άποψη του Φρόντ για την εκπλήρωση επιθυμιών, αλλά αναφέρεται κυρίως σε επιθυμίες που έχουν προέλθει από την προηγούμενη ημέρα ή σε

σωματικές ανάγκες που ικανοποιούνται στο όνειρο (Fromm, 1985). Ο Κικέρωνας ενώ στην αρχή υποστήριζε την προφητική σημασία του ονείρου και τις μαντικές του ιδιότητες, αργότερα στο ποίημα του *Περί μαντικής* ισχυριζόταν ότι δε θα πρέπει να δίνουμε στα όνειρα ούτε πίστη, ούτε σεβασμό, γιατί η πρόληψη περί της μαντικής των ονείρων που είχε δημιουργηθεί εκείνη την εποχή και που είχε επεκταθεί στα περισσότερα έθνη «κατέπνιγε τις πνευματικές ενέργειες όλων των ανθρώπων και τους είχε παρασύρει σε απέραντες ηλιθιότητες» (Barbera, 2007).

Οι παραπάνω απόψεις κυριαρχούσαν στο φιλοσοφικό σκέπτεσθαι για πολλούς αιώνες, δηλαδή, έως και το 17^ο-18^οαι., οπότε και άρχισε η αμφισβήτησή τους. Πιο συγκεκριμένα, στον αιώνα του Διαφωτισμού εγκαταλείπονται μερικώς τουλάχιστον οι δοξασίες περί μαντικής και προφητειών σχετικά με το όνειρο. Ο Βολταίρος, καταγγέλλει ως ανοησία την άποψη ότι τα όνειρα προφητεύουν και μαντεύουν το μέλλον. Την ίδια εποχή, ο Ντιντερό στο έργο του *Το όνειρο του Alemnbert* αναπτύσσει τις απόψεις του για το όνειρο στη βάση μιας διαφορετικής, ψυχολογικής θα λέγαμε, οπτικής. Ο Fromm, αναφέρει τις απόψεις του Καντ, ο οποίος θεωρεί ότι τα όνειρα δεν έχουν σχέσεις με ενοράσεις, αλλά μία από τις αιτίες τους είναι οι διαταραχές του στομάχου. Επίσης, θεωρεί ότι οι ιδέες που έχουμε είναι καθαρότερες στον ύπνο από ό,τι στον ξύπνιο, καθώς «η ψυχή που είναι μια δραστήρια ύπαρξη μπορεί να παράγει ιδέες την ώρα που οι εξωτερικές αισθήσεις βρίσκονται σε ανάπαυση» (Fromm, 1975). Υποστηρίζει, επίσης, ότι αυτές οι ιδέες δεν είναι τα όνειρα που θυμόμαστε, γιατί κατά την παραγωγή αυτών το άτομο δεν κοιμάται τελείως και μπερδεύει τις ιδέες του πνεύματός του με εξωτερικά ερεθίσματα. Την ιδέα ότι κατά τη διάρκεια του ύπνου η λογική του ανθρώπου είναι αυξημένη, υποστηρίζει και ο Γκαίτε, έχοντας την άποψη ότι στον ύπνο η

φαντασία είναι μεγαλύτερη και η επιθυμία για ευτυχία ισχυρότερη από ό,τι είναι στην ξύπνια ύπαρξη. Συγκεκριμένα γράφει: «η ανθρώπινη φύση διαθέτει θαυμαστές δυνάμεις και έχει κάτι το καλό πάντα έτοιμο για μας, όταν ελάχιστα ελπίζουμε πως μπορούμε να το βρούμε. Υπήρξαν στη ζωή μου στιγμές που έπεσα να κοιμηθώ κλαίγοντας, αλλά στα όνειρά μου ήρθαν να με παρηγορήσουν και να με ενθαρρύνουν οι πιο γοητευτικές μορφές και την άλλη μέρα σηκωνόμουν φρέσκος και χαρούμενος» (Fromm, 1975).

Ο Έμερσον κάνει λόγο για την σχέση ανάμεσα στα όνειρα και το χαρακτήρα του κάθε ατόμου, θεωρώντας τα όνειρα αντανάκλαση των χαρακτηριστικών της προσωπικότητάς μας. Γράφει ότι «τα όνειρα έχουν μια ποιητική ακεραιότητα και αλήθεια. Αυτός ο σκοτεινός χώρος των παρατατεμένων σκέψεων κυριαρχείται από μια κάποια λογική. Ωστόσο, η υπερβολή των ονείρων σχετικά με τη φύση, εντάσσεται μέσα σε μια κατώτερη φύση. Φαίνεται να μας προσφέρουν μία αφθονία και ένα πλούτο σκέψεων που δεν είμαστε συνηθισμένοι σε αυτόν όταν είμαστε ξύπνιοι. Μας κάνουν να είμαστε ανεξάρτητοι από τους εαυτούς μας. Τα όνειρά μου δεν είναι δικά μου. Δεν είναι φύση ή το όχι Εγώ. Είναι και τα δύο. Έχουν διπλή συνείδηση και υποκειμενική και αντικειμενική» (Fromm, 1975).

Ο Νίτσε πίστευε ότι τα όνειρα δημιουργούνται από σωματικούς ερεθισμούς, αλλά θα πρέπει να ερμηνεύονται σύμφωνα με τις επιθυμίες και τα πάθη του καθενός. Επίσης, παραπέμποντάς μας στη θεωρία του Γιουνγκ διατύπωσε ότι «η παμπάλαια πλευρά της ανθρώπινης ιδιότητας επιβιώνει σε μας στα όνειρά μας, επειδή είναι η βάση πάνω στην οποία αναπτύχθηκε το ανώτερο λογικό και εξακολουθεί να αναπτύσσεται σε κάθε άνθρωπο. Το όνειρο μας ξαναγυρίζει σε απομακρυσμένα στάδια της ανθρώπινης κουλτούρας και μας παρέχει ένα μέσο για να τα καταλάβουμε

καλύτερα» (Νίτσε, 2006). Έτσι, αφού το μυαλό είναι καλά εκπαιδευμένο, ώστε να επεξεργάζεται κάθε φανταστική, εύκολη και τυχούσα σκέψη του παρελθόντος, ο εγκέφαλος κατακτά δυνάμεις με τη βοήθεια των ονείρων να ικανοποιεί απαιτήσεις της ανώτερης κουλτούρας πια κατά τη διάρκεια της ημέρας.

Ο Μπέργκσον, θεώρησε και αυτός ότι τα όνειρα προέρχονται από σωματικούς ερεθισμούς, αλλά ότι πρέπει να ερμηνεύονται με βάση τις αναμνήσεις του ατόμου και συμφωνεί με τον Φρόυντ στην άποψη ότι δεν ξεχνάμε τίποτε και ότι αυτά που θυμόμαστε είναι μόλις ένα μικρό κομμάτι από τις αναμνήσεις μας. Αναφέρει για το όνειρο ότι «είναι η κατάσταση στην οποία τα άτομα βρίσκονται όταν αφήσουν τον εαυτό τους ελεύθερο, όταν είναι ανίκανοι να συγκεντρωθούν σε ένα στόχο και όταν παύουν να έχουν θέληση» (Fromm, 1975).

Είδαμε, λοιπόν, σε αυτό το μέρος, τις διαφορετικές απόψεις κάποιων μελετητών, μερικοί από τους οποίους υποστήριξαν την παράλογη και ζωική φύση των ονείρων και άλλοι τη λογική τους φύση. Άλλοι θεωρούν ότι στα όνειρα υπάρχουν και οι δύο φύσεις, τόσο η παράλογη, όσο και η λογική. Πριν, όμως, προχωρήσουμε σε μεγαλύτερη ανάλυση αυτών των θεωριών, θα αναφερθούμε στη βιολογική προσέγγιση του ονείρου, όπως άρχισε να μελατάται κατά το τέλος του 18^{ου} αι.

1.3 ΒΙΟΛΟΓΙΚΗ ΠΡΟΣΕΓΓΙΣΗ ΣΤΟ ΟΝΕΙΡΟ

Κατά τη διάρκεια του 19^{ου} αι., και συγκεκριμένα από το 1880 και μετά, άρχισε να υπάρχει ουσιαστικό ενδιαφέρον για τη νευροβιολογική προσέγγιση του ονείρου. Τότε ο γιατρός Galeneau, χωρίς να το έχει συνειδητοποιήσει, περιέγραψε ένα από τα πρωταρχικά χαρακτηριστικά του ύπνου, τη ναρκοληψία, που είναι η απότομη εισβολή του ύπνου κατά τη διάρκεια της εγρήγορσης ή η απώλεια του μυϊκού τόνου. Αρκετοί επίσης συγγραφείς εκείνη την εποχή, όπως οι A. Maury, Marquis Hervey de Saint Denis, Ladd, Jacobson, διαφωνώντας με την μέχρι τότε μεταφυσική ερμηνεία του ονείρου, επιχείρησαν να μελετήσουν με επιστημονικό τρόπο το φαινόμενο χρησιμοποιώντας την πειραματική μέθοδο, με την οποία παρακολουθούσαν τα στάδια του ύπνου και τη συμπεριφορά των κοιμώμενων (Fagioli, 2002).

Με βάση τις μελέτες του, ο Maury, συμπέρανε ότι τα όνειρα ήταν αποτέλεσμα φυσιολογικών μεταβολών στον εγκέφαλο και στο νευρικό σύστημα που κατά τη διάρκεια του ύπνου δέχονταν εντυπώσεις από τα αισθητηριακά όργανα. Υποστήριζε επίσης ότι «οι άνθρωποι λησμονούν πως ο νους αδυνατεί να συλλάβει και να αισθανθεί χωρίς το σώμα, όπως ακριβώς και το σώμα αδυνατεί να χωνέψει την τροφή χωρίς το στομάχι» (Lavie, 1999). Ουσιαστικά ο Maury έκανε λόγο για τις υπναγωγικές και τις υπνοπομπικές εικόνες, υποστήριζε δηλαδή ότι το όνειρο είναι είτε ένα τυχαίο επεισόδιο που συμβαίνει όταν ο ύπνος είναι ελαφρύς και υπό την επιρροή εξωτερικών ερεθισμάτων, είτε ότι συμβαίνει πριν την αφύπνιση (Jouvet, 1993).

Λίγο αργότερα, στα τέλη του 19^{ου} αι., ο Ladd προσπάθησε να εξηγήσει το φαινόμενο του ονείρου με τη βοήθεια της ενδοσκόπησης (η συγκεκριμένη μέθοδος χρησιμοποιούνταν συχνά

εκείνη την εποχή στην πειραματική ψυχολογία) και παρατήρησε ότι όταν κοιμόταν, αλλά δεν ονειρευόταν οι οφθαλμοί του δε βρίσκονταν σε κίνηση. Περίπου σαράντα χρόνια αργότερα ο Jacobson παρατήρησε ότι σε ανθρώπους σε ξύπνια κατάσταση που προσπαθούσαν να θυμηθούν οπτικά γεγονότα και συμβάντα οι οφθαλμοί τους βρίσκονταν σε κίνηση. Αυτές οι παρατηρήσεις οδήγησαν σε δημιουργία σχέσης μεταξύ των κινήσεων των ματιών και του ονειρέματος (Fagioli, 2002).

Το 1920 έγινε ένα ακόμα βήμα στη μελέτη του ύπνου και του ονείρου με τη χρήση του ηλεκτροεγκεφαλογραφήματος (EEGI) το οποίο έδειξε ότι η εγκεφαλική δραστηριότητα δεν ήταν ομοιογενής κατά τη διάρκεια του ύπνου, αλλά αντίθετα παρατηρούνται ποιοτικές και ποσοτικές διαφορές. Για παράδειγμα η βραδεία κυματική δραστηριότητα συνδέθηκε με το βαθύ ύπνο (Fagioli, 2002). Η ηλεκτρική δραστηριότητα του εγκεφάλου που καταγράφεται και την περίοδο των ταχείων οφθαλμικών κινήσεων, σημειώνεται στο επίπεδο της γέφυρας, του εξω-γονατώδους πυρήνα και του ινιακού φλοιού, για αυτό ονομάζεται γεφυρο-γονατο-ινιακή δραστηριότητα.

Από το 1930 έως και το 1950 επιστήμονες άρχισαν να παρατηρούν κι άλλα φαινόμενα κατά τη διάρκεια του ύπνου εκτός των οφθαλμικών κινήσεων και να τα συνδέουν με το όνειρο. Τέτοια ήταν οι περίοδοι στύσης στους άνδρες και η ύγρανση του κόλπου στις γυναίκες, η ταχεία δραστηριότητα του φλοιού κατά τη διάρκεια του ύπνου, η κατάργηση της μυικής δραστηριότητας κατά τη διάρκεια της ναρκοληψίας.

Το 1953 οι Aserinsky και Kleitman ανακαλύπτουν τον ύπνο REM και πλησιάζουν αρκετά στην κατανόηση των ονείρων. Ο Jouvet ονόμασε τον REM ύπνο, παράδοξο ύπνο, γιατί σύμφωνα με

ηλεκτροεγκεφαλογραφήματα από τον οπίσθιο εγκέφαλο, ο ύπνος αυτός είναι από μία άποψη βαθύς και, από άλλη, ελαφρύς.

Ο Kalat αναφέρει ότι κατά τη διάρκεια του παράδοξου ή REM το ηλεκτροεγκεφαλογράφημα δείχνει ακανόνιστα, χαμηλής τάσης, ταχεία κύματα, τα οποία δείχνουν ότι υπάρχει σημαντική εγκεφαλική δραστηριότητα. Επίσης, ο παλμός της καρδιάς και ο ρυθμός της αναπνοής είναι υψηλότεροι από ό,τι στα άλλα στάδια και από αυτήν την άποψη ο ύπνος είναι ελαφρύς. Ακόμα οι μύες που ρυθμίζουν την στάση του σώματος είναι χαλαρότεροι από ό,τι στα υπόλοιπα στάδια και αυτό είναι χαρακτηριστικό βαθύ ύπνου. Ο REM ακόμα σχετίζεται με την στύση στους άνδρες και την ύγρανση του κόλπου στις γυναίκες, εμφανίζονται συσπάσεις του προσώπου, των δακτύλων και οφθαλμικές κινήσεις μπρος-πίσω. Τα άλλα στάδια του ύπνου, πλην του REM, είναι γνωστά ως NREM ύπνος. Ο Kalat αναφέρεται επίσης σε μία νέα σχετικά θεώρηση των ονείρων, την υπόθεση ενεργοποίησης-σύνθεσης, σύμφωνα με την οποία, κατά τη διάρκεια του ύπνου, διάφορες περιοχές του εγκεφάλου ενεργοποιούνται είτε από τυχαία, αυθόρμητη δραστηριότητα, είτε από ερεθίσματα του περιβάλλοντος και ο εγκέφαλος συνθέτει ένα είδος ιστορίας για να αποδώσει νόημα σε όλη αυτήν τη δραστηριότητα. Επειδή τα εξωτερικά ερεθίσματα μπορεί να είναι λίγα, το άτομο μπορεί να επεξεργαστεί πληροφορίες που είναι αποθηκευμένες στη μνήμη του, δημιουργώντας έτσι το όνειρο (Kalat, 2003).

Οι Crick και Mitchison αναφέρουν ότι ο ύπνος REM εμφανίζεται περίπου 60-90 λεπτά, αφού το άτομο αποκοιμηθεί. Ο κάθε ολοκληρωμένος κύκλος ύπνου που περιλαμβάνει όλα τα στάδια διαρκεί 90-100 λεπτά. Οι ενήλικες έχουν περίπου μιάμιση ώρα παράδοξου ύπνου, ενώ τα νεογέννητα μωρά σχεδόν οχτώ ώρες την ημέρα. Η μεγάλη ποσότητα REM ύπνου στα νεογέννητα

οφείλεται στο ότι ο παράδοξος ύπνος συμμετέχει και είναι απαραίτητος στην ανάπτυξη του νευρικού συστήματος. Υποστηρίζουν επίσης ότι μπορεί να εμφανιστούν όνειρα και κατά τη διάρκεια του REM ύπνου, αλλά δεν είναι τόσο έντονο και εμφανίζονται πιο σπάνια από αυτά που εμφανίζονται στον REM (Crick-Mitchison, 1995).

Η σημασία του REM για τις λειτουργίες του οργανισμού φαίνεται όταν γίνεται η παρεμπόδισή του πειραματικά, όταν δηλαδή ο πειραματιστής ξυπνά το υποκείμενο κάθε φορά που αυτό εισέρχεται στον REM. Η στέρηση του παράδοξου ύπνου οδηγεί στη μεγαλύτερη ποσότητα του REM ύπνου την επόμενη φορά που το άτομο καταφέρνει να εισχωρήσει σε αυτόν (Crick-Mitchison, 1995). Ο Dement με πειράματά του προέβη στην παραπάνω διαδικασία της αποστέρησης του παράδοξου ύπνου, και άρα της περιόδου δημιουργίας ονείρων. Τα πειράματα απέδειξαν ότι η έλλειψή του μπορεί να προκαλέσει αλλαγές στην προσωπικότητα των ατόμων, όπως δυσπιστία, ευερεθιστότητα, αλλά και σημαντική βελτίωση της ψυχικής κατάστασης των καταθλιπτικών ασθενών. Επίσης, ο παράδοξος ύπνος συμμετέχει στη διαδικασία της απομνημόνευσης και η στέρησή του μπορεί να προκαλέσει δυσκολίες στη διαδικασία της μάθησης και της αφομοίωσης. Το όνειρό, λοιπόν, καθώς είναι συνδεδεμένο με τον παράδοξο ύπνο αποτελεί «μια διαδικασία κάθαρσης κατά την οποία ο εγκέφαλος που λειτουργεί σαν κλειστό κύκλωμα, μπορεί να απελευθερώνεται από όλα τα παράσιτα, δημιουργώντας νέα κυκλώματα πληροφοριών. Έτσι, η λειτουργία του ονείρου είναι ένας μηχανισμός αντίστροφης μάθησης» (Jouvet, 1993).

Έγιναν πολλά πειράματα με σκοπό να διαπιστωθεί η σχέση του ονειρέματος με τον REM ύπνο. Πειράματα που διεξήχθησαν, λοιπόν, έδειξαν ότι όταν οι άνθρωποι ξυπνούσαν κατά τη διάρκεια

του REM ύπνου ανέφεραν σχεδόν πάντα ότι έβλεπαν όνειρο και ήταν σε θέση να διηγηθούν, σχετικά λεπτομερώς, τις ονειρικές εικόνες τους, ενώ άτομα που ξυπνούσαν μετά το τέλος του REM, ανέφεραν με πολύ λιγότερη συχνότητα όνειρα.

Η ικανότητα της ανάμνησης του ονείρου, αφού ξυπνήσουμε, είναι στενά συνδεδεμένη με το περιεχόμενό του. Θυμόμαστε ευκολότερα, τα παράξενα, ασυνήθιστα, πλούσια σε περιεχόμενο και εικόνες όνειρα που διεγείρουν το ενδιαφέρον μας. Άτομα που υποφέρουν από δυσάρεστα όνειρα μειώνουν την ανάμνησή τους με αυθυποβολή, ακόμα κι αν ξυπνήσουν κατά τη διάρκεια του παράδοξου ύπνου. Η ανάμνηση του ονείρου εξαρτάται επίσης και από το πόσο βαθιά κοιμάστε, καθώς όσοι κοιμούνται πάρα πολύ βαθιά έχουν λιγότερες πιθανότητες να θυμηθούν (Lavie ,1999). Οι άνθρωποι πιο συχνά διηγούνται τις ονειρικές εικόνες τους, παρά ακουστικές αναμνήσεις, αναμνήσεις αισθήσεων, αναμνήσεις πόνου. Ο Jouvet αναφέρει: «τα όνειρα αίσθησης πόνο μου ήταν ευτυχώς πολύ σπάνια, γιατί ξυπνούν τη νόηση, πριν να αφήσουν την ανάμνηση». Ο ίδιος υποστηρίζει ότι η ανάμνηση του λόγου αποκλείει συχνά μέσα στο όνειρο την ανάμνηση του προσώπου που μιλάει και ότι η ανάμνηση ενός προσώπου είναι πιο εύθραυστη από την ανάμνηση ενός τοπίου (Jouvet, 1993).

Οι νευροφυσιολόγοι που ασχολούνται με το όνειρο, απορρίπτουν τη θεωρία του Φρόυντ και γενικότερα τις ψυχαναλυτικές θέσεις στο μεγαλύτερο μέρος τους, λόγω «της απουσίας αυτόνομης δραστηριότητας και της απουσίας ρύθμισης και ενδογενούς ενέργειας του εγκεφάλου» (Jouvet, 1993). Δεν αρνούνται ότι καθημερινά υπολλείματα και εμπειρίες υπάρχουν στο όνειρο, αλλά δεν τα θεωρούν υπεύθυνα και αιτιακό παράγοντα για την έναρξη της ονειρικής δραστηριότητας. Ακόμα, σύμφωνα με τη νευροφυσιολογία, η πρωτογενής δύναμη που δρα στο όνειρο δεν

μπορεί να είναι μία ανεκπλήρωτη επιθυμία που βγήκε στην επιφάνεια, μία μεταμφιεσμένη δύναμη ή ένα ένστικτο, αλλά η ενεργοποίηση των κυττάρων της γέφυρας. Η νευροφυσιολογία, όμως, ενώ μπορεί να εξηγήσει τις φυσιολογικές διαδικασίες της έναρξης της ονειρικής δραστηριότητας, δεν μπορεί να εξηγήσει γιατί ονειρευόμαστε το περιεχόμενο που ονειρευόμαστε, ποια είναι η πηγή που αντλεί το όνειρό μας το υλικό του. Το τελευταίο ερώτημα ίσως να μπορεί να απαντηθεί με τη μελέτη των ψυχαναλυτικών θεωριών που θα αναφερθούμε στη συνέχεια.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 2

ΤΟ ΟΝΕΙΡΟ ΣΤΗΝ ΨΥΧΑΝΑΛΥΣΗ

2.1 Η ΘΕΩΡΙΑ ΤΟΥ FREUD

Ο Freud ήταν ο πρώτος που μελέτησε το όνειρο σε επιστημονική και συστηματική βάση. Στα έργα του *Η Ερμηνεία των Ονείρων* και *Μελέτες για την Ιστορία* (σε συνεργασία με τον ψυχίατρο Μπρόγιερ) ο Freud τονίζει την σπουδαιότητα του ονείρου στην εξερεύνηση του ασυνείδητου, καθώς το θεωρεί τη βασιλική οδό (“*via regia*”) για την κατανόησή του. Στην ερώτηση «πώς μπορεί κάποιος να γίνει ψυχαναλυτής» απαντούσε «αναλύοντας τα όνειρά του». Θεώρησε ακόμη τη μελέτη των ονείρων ως την καλύτερη προετοιμασία για τη μελέτη των νευρώσεων, καθώς το ίδιο το όνειρο αποτελεί ένα νευρωτικό σύμπτωμα που εμφανίζεται σε όλους τους υγιείς και οι μηχανισμοί που το διαμορφώνουν είναι οι ίδιοι με αυτούς που διαμορφώνουν τα παθολογικά συμπτώματα της νεύρωσης. Το όνειρο, σύμφωνα με τη φροϋδική θεωρία, είναι μια κωδικοποιημένη μορφή που πρέπει να αποκρυπτογραφηθεί, είναι μια δημιουργική πράξη, κατά την οποία το άτομο αναπτύσσει τις δημιουργικές του δυνάμεις, και είναι εκπλήρωση σεξουαλικών επιθυμιών που έχουν δημιουργηθεί και απωθηθεί κατά την παιδική ηλικία. Η άποψή του αυτή, ότι το όνειρο είναι κυρίως αποτέλεσμα ανεκπλήρωτης σεξουαλικής επιθυμίας, θεωρήθηκε δογματική και προκάλεσε αρνητική κριτική για τη θεωρία του.

2.1.2 ΤΟ ΑΣΥΝΕΙΔΗΤΟ

Μια από τις δύο θεμελιώδεις υποθέσεις της φροϋδικής ψυχανάλυσης είναι η διαίρεση του ψυχισμού σε έναν συνειδητό και έναν ασυνείδητο ψυχισμό και η ύπαρξη και η σημασία ψυχικών διεργασιών, οι οποίες είναι ασυνείδητες για το άτομο. Η δεύτερη θεμελιώδης υπόθεση είναι η αρχή του ψυχικού ντετερμινισμού, σύμφωνα με την οποία, ο Freud, υποστήριξε ότι οι πράξεις που οι άνθρωποι συνηθίζουμε να αποδίδουμε στην τύχη, στην πραγματικότητα υπακούν σε ασυνείδητους μηχανισμούς. Το να πιστεύει κανείς στον ντετερμινισμό ουσιαστικά σημαίνει ότι πιστεύει ότι τα πάντα μπορεί να αποτελέσουν αντικείμενο ερμηνείας. «Το τυχαίο υπάρχει μέσα στον υλικό κόσμο όπου μπορεί κανείς να παίξει κορώνα-γράμματα. Μέσα στον ψυχικό κόσμο, όμως, δεν υπάρχει. Δεν μπορεί κανείς να παίξει κορώνα-γράμματα κατά τη διάρκεια του ονείρου. Θα ήταν ένα νοθευμένο παιχνίδι, γιατί θα καθοριζόταν από το ασυνείδητο» (Μαννονί, 1993).

Ο Freud, το 1900, πρότεινε τρία επίπεδα ψυχικής λειτουργίας: το συνειδητό, το προσυνειδητό και το ασυνείδητο. Λίγο αργότερα, γύρω στο 1920, έκανε λόγο για τα τρία ψυχικά τμήματα του ψυχικού οργάνου, που δεν είναι άλλα από το Εκείνο, το Εγώ και το Υπερεγώ. Το Εκείνο περιλαμβάνει το ένστικτο της ζωής ή τη σεξουαλική ενόρμηση και το ένστικτο του θανάτου ή την επιθετική ενόρμηση. Το Εγώ αποτελεί το σύνολο των ψυχικών λειτουργιών που διαμορφώνουν την σχέση μας με το περιβάλλον. Μερικές από τις βασικές του λειτουργίες είναι ο έλεγχος της πραγματικότητας, η κρίση, η ευελιξία του συμβιβασμού, η δημιουργία αμυντικών μηχανισμών, η αντιμετώπιση διαφόρων δυσκολιών. Το Υπερεγώ περιλαμβάνει τον κριτικό έλεγχο του ατόμου, τις ηθικές, τις κοσμοθεωρικές και θρησκευτικές ιδέες του, τα ιδεώδη και τα

ιδανικά του και ασκεί τη λογοκρισία στο όνειρο (Βασματζίδης, 2001). «Ένα άτομο λοιπόν αποτελεί από ένα Εκείνο ψυχικό, άγνωστο και ασυνείδητο, επάνω από το οποίο υπερτίθεται το επιφανειακό Εγώ. Μόνο όμως με τη μεσολάβηση του Εκείνο τα απωθημένα στοιχεία μπορούν να επικοινωνούν με το Εγώ» (Freud, χ, χ.). Ο Freud αναφέρει επίσης ότι το Εγώ εκπροσωπεί ότι αποκαλούμε «λογική» και «φρόνηση» στη ζωή μας, ενώ αντίθετα το Εκείνο κυριαρχείται από κάθε λογής πάθη.

Σε ό,τι αφορά στο ασυνείδητο, το οποίο ο Freud θεωρεί ότι είναι το πραγματικά ψυχικό, υποστήριζε ότι «ο πυρήνας του αποτελείται από διεγέρσεις επιθυμιών, από εκπροσώπους ορμών που θέλουν να εκφορτίσουν την επένδυσή τους» (Freud, 2005). Οι επιθυμίες που υπάρχουν στο ασυνείδητο μπορεί να είναι πολλές χωρίς σχέση μεταξύ τους, απλά να συνυπάρχουν. Αν και είναι δυνατό να ενεργοποιηθούν ταυτόχρονα, οπότε και σχηματίζουν ένα κοινό στόχο, προκειμένου να έρθουν σε συμβιβασμό.

Παρομοίωσε το ασυνείδητο ως ένα μεγάλο κύκλο που περικλείει μέσα του ένα μικρότερο κύκλο, αυτόν του συνειδητού. Καθετί που υπάρχει σε συνειδητή μορφή, οπωσδήποτε έχει υπάρξει σε ένα προγενέστερο ασυνείδητο στάδιο. Αντίθετα, ασυνείδητες ιδέες, σκέψεις, πράξεις, αισθήματα είναι δυνατό να παραμείνουν σε αυτό το ασυνείδητο στάδιο, χωρίς να προχωρήσουν στο προσυνειδητό και το συνειδητό, δικαιούνται όμως να τους αποδοθεί η συνολική αξία μιας ψυχικής λειτουργίας. Υποστήριζε ότι η εσωτερική φύση του ασυνείδητου επιπέδου της ψυχικής λειτουργίας είναι τόσο άγνωστη στο άτομο, όσο άγνωστο είναι και το πραγματικό του εξωτερικού κόσμου και μας αποκαλύπτεται τόσο ατελώς μέσα από τα δεδομένα της συνείδησης, όσο και ο εξωτερικός κόσμος μέσα από τις πληροφορίες των αισθητήριων οργάνων μας (Freud, 1995).

Μερικές από τις αναπαραστάσεις, λοιπόν, που λαμβάνουν χώρα στο ασυνείδητο περνούν στο συνειδητό επίπεδο, ενώ άλλες όχι. Αν μερικές αναπαραστάσεις δεν μπορούν να γίνουν συνειδητές, αυτό συμβαίνει εξαιτίας κάποιας δύναμης, η οποία αντιτίθεται σε αυτό και εμποδίζει αυτήν τη διαδικασία, ενώ αν δεν υπήρχε αυτή η δύναμη, θα μπορούσαν εύκολα να γίνουν συνειδητές. Η κατάσταση στην οποία βρίσκονται οι αναπαραστάσεις αυτές, πριν οδηγηθούν στη συνείδηση, είναι η απώθηση. Η δύναμη που παράγει και διατηρεί την απώθηση, ώστε να παραμείνουν οι αναπαραστάσεις στο ασυνείδητο επίπεδο «λέμε ότι την αισθανόμαστε κάτω από το σχήμα μιας αντίστασης» (Freud, χ.χ.).

Το καθετί που είναι απωθημένο είναι ασυνείδητο, αλλά υπάρχουν και στοιχεία, τα οποία είναι ασυνείδητα, αλλά όχι απωθημένα. Η διαδικασία της απώθησης συνίσταται στην παρεμπόδιση της συνειδητοποίησης μιας παράστασης. Το απωθημένο είναι μέρος του ασυνείδητου, αλλά δεν καταλαμβάνει όλο το χώρο του. Έτσι και αλλιώς, το περιεχόμενο της συνείδησης είναι πολύ μικρό, οπότε είναι αναγκαίο το μεγαλύτερο μέρος των συνειδητών γνώσεών μας να βρίσκεται σε λανθάνουσα κατάσταση, να βρίσκεται δηλαδή σε κατάσταση ψυχικής ασυνειδητότητας. Στο προσυνειδητό επίπεδο, το οποίο πλησιάζει περισσότερο στο συνειδητό από ό,τι στο ασυνείδητο, ανήκουν οι ψυχικές πράξεις που είναι συνειδητοποιήσιμες, δηλαδή που υπό συγκεκριμένες προϋποθέσεις μπορούν εύκολα και χωρίς ιδιαίτερη αντίσταση να γίνουν αντικείμενο της συνείδησης. Το ασυνείδητο διατηρεί σχέση συνεργασίας με το προσυνειδητό και το επηρεάζει διαρκώς (Freud, 2005).

Ακόμα στις μελέτες του για το ασυνείδητο, ο Freud υποστήριζε ότι οι διαδικασίες του είναι άχρονες, δηλαδή δεν έχουν καμία σχέση

με το χρόνο, καθώς ο ρέων χρόνος δεν τις μεταβάλλει ούτε στο ελάχιστο, και δε λαμβάνουν υπόψη την πραγματικότητα. Αντίθετα «οι διεργασίες του ασυνείδητου υπόκεινται στην αρχή της ηδονής και το πεπρωμένο τους εξαρτάται από την ισχύ τους και την ικανότητά τους να ανταποκρίνονται στις απαιτήσεις της ρύθμισης της ηδονής-δυσαρέσκειας» (Freud, 2005).

Πολλοί ήταν οι συγγραφείς την εποχή που Freud ανέπτυξε τη θεωρία του και υποστήριζε τα παραπάνω, οι οποίοι διαφωνούσαν με την ύπαρξη του ασυνείδητου επιπέδου της ψυχικής λειτουργίας, υποστηρίζοντας ότι γνωρίζουν και έχουν μέσα τους μόνο ό,τι συνειδητοποιούν. Τα επιχειρήματα, όμως, του Freud, η θεωρία του για τα όνειρα και τις νευρώσεις, αλλά και τα πειράματα του υπνωτισμού –και ιδιαίτερα η μετα-υπνωτική υποβολή– κατέδειξαν την ύπαρξη και τη δράση της ασυνείδητης πλευράς της ψυχικής ζωής.

2.1.3 ΤΟ ΕΚΔΗΛΟ ΚΑΙ ΤΟ ΛΑΝΘΑΝΟΝ ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟ ΤΟΥ ΟΝΕΙΡΟΥ

Σύμφωνα με τον Freud, αν θέλουμε να ερμηνεύσουμε ένα όνειρο δεν θα έπρεπε να μας ενδιαφέρει καθόλου τι φαίνεται ότι λέει, αφού αυτό που φαίνεται πως μας λέει δεν αποτελεί σε καμία περίπτωση το ασυνείδητο αναζητούμενο. Το όνειρο που θυμόμαστε δεν είναι το πραγματικό, αλλά ένα παραμορφωμένο υποκατάστατο στη θέση του. «Αυτά που αναφέρει το όνειρο είναι το έκδηλο περιεχόμενο του ονείρου, ενώ τα κρυμμένα, στα οποία θέλουμε να φτάσουμε παρακολουθώντας τους συνειρμούς, είναι οι λανθάνουσες ιδέες του ονείρου» (Freud, 1996). Τα στοιχεία που στο ονειρικό περιεχόμενο μοιάζουν να είναι σημαντικά και να παίζουν τον πρωτεύοντα ρόλο, κατά κανένα τρόπο δεν παίζουν τον ίδιο ρόλο και στις ονειρικές ιδέες, και αυτό που στις ονειρικές ιδέες είναι το σημαντικό περιεχόμενο, δεν είναι αναγκαίο να εμφανίζεται και στο όνειρο. (Freud, 1995).

Κατά τη φροϋδική θεωρία, λοιπόν, για να ερμηνεύσουμε ένα όνειρο, θα πρέπει καταρχάς να το τεμαχίσουμε σε αρκετά επιμέρους κομμάτια και να το απαλλάξουμε από τη συνέχειά του. Κατόπιν δίνουμε συνειρμό σε κάθε στοιχείο του ονείρου και υποκαθιστούμε τα μέρη που εμφανίζονται στο όνειρο με τις σκέψεις που έρχονται στο μυαλό μας κατά τη διαδικασία του συνειρμού. Αν συναρμολογήσουμε τις σκέψεις, στις οποίες καταλήξαμε με τον ελεύθερο συνειρμό, φτάνουμε σε ένα νέο κείμενο που έχει εσωτερική συνέπεια και λογική και μας αποκαλύπτει την αληθινή σημασία του ονείρου. Αυτό το αληθινό όνειρο που αποκαλύπτεται, είναι το λανθάνον όνειρο. Το λανθάνον περιεχόμενο του ονείρου, λοιπόν, αποκαλύπτεται όταν το κρυμμένο και αναζητούμενο ασυνείδητο αναδύεται από μόνο του με τους ελεύθερους

συνειρμούς. Η συγκεκριμένη εργασία συναντά αντιστάσεις. Οι συνειρμοί έρχονται, αλλά μερικές φορές δεν μπορούμε να τους αφήσουμε όλους ελεύθερους, καθώς «κάτι μέσα μας έχει την τάση να ελέγχει και να επιλέγει. Μερικές φορές, προτού να αποσαφηνιστούν οι συνειρμοί, τους πνίγουμε και τους αποδιώχνουμε» (Freud, 1996). Αυτές οι αντιδράσεις απέναντι στους συνειρμούς συμβαίνουν, βέβαια, όταν αυτοί είναι δυσάρεστοι και ασυνήθιστοι για τα άτομα και δεν έχουν τη δύναμη ούτε καν να τους ανακοινώσουν.

Το έκδηλο περιεχόμενο, λοιπόν, είναι συνειδητή εμπειρία κατά τη διάρκεια του ύπνου, την οποία αυτός που κοιμάται μπορεί να τη θυμάται ή όχι μετά την αφύπνιση, και το λανθάνον περιεχόμενο είναι οι ασυνείδητες σκέψεις και επιθυμίες που απειλούν να ξυπνήσουν τον κοιμώμενο και που δημιουργούν τελικά το όνειρο. Η ανεκπλήρωτη επιθυμία και το απωθημένο είναι τα συστατικά που δημιουργούν το όνειρο. Με βάση αυτά τα δεδομένα ο Freud συμπέρανε ότι «είμαστε υποχρεωμένοι να δεχθούμε ότι το όνειρο είναι ο φύλακας του ύπνου» (Freud, 1983). Είναι φύλακας του ύπνου, γιατί επιφέρει ψυχική τακτοποίηση για την καταπιεσμένη επιθυμία και την επιθυμία που διαμορφώθηκε με τη βοήθεια του απωθημένου με το να τις παρουσιάζει στο όνειρο σαν να έχουν εκπληρωθεί και έτσι με αυτόν τον τρόπο επιτρέπει τη συνέχιση του ύπνου. «Το Εγώ μας συμπεριφέρεται σαν παιδί και εμπιστεύεται τις ονειρικές εικόνες σαν να ήθελε να πει: "Ναι, δίκιο έχεις, άφησε με όμως να κοιμηθώ"» (Freud, 1983). Ακόμα, το έκδηλο περιεχόμενο του ονείρου αποτελείται κυρίως από οπτικές εικόνες και λιγότερο από σκέψεις και λόγια.

Ο Μπρέννερ αναφέρει ότι το λανθάνον περιεχόμενο του ονείρου διαιρείται σε τρεις βασικές κατηγορίες. Η πρώτη κατηγορία περιλαμβάνει τις αισθητηριακές εντυπώσεις, τα ερεθίσματα δηλαδή

που αντιλαμβανόμαστε μέσω των αισθήσεων μας και που προέρχονται από τον εξωτερικό κόσμο. Η δεύτερη κατηγορία, περιλαμβάνει διάφορες σκέψεις και ιδέες που συνδέονται με τις δραστηριότητες και προκαταλήψεις της καθημερινής και σε εγρήγορση ζωής του ατόμου που ονειρεύεται και που κατά τη διάρκεια του ύπνου παραμένουν ασυνείδητα ενεργές στο μυαλό του. Και η τρίτη κατηγορία, περιλαμβάνει μία ή περισσότερες ενορμήσεις του Εκείνο, οι οποίες αποκλείονται από τους μηχανισμούς άμυνας του Εγώ ή από τη συνείδηση ή από μία άμεση ικανοποίησή τους που έχει επιτευχθεί κατά τη διάρκεια της εγρήγορσης. Αυτό το κόμματι του Εκείνο, είναι αυτό που είναι απωθημένο. Και αυτό που είναι απωθημένο, ο Freud θεωρούσε, ότι είναι το ουσιώδες τμήμα του λανθάνοντος ονείρου (Μπρέννερ, 2001).

Ο Freud υποστήριξε ότι, ανάλογα με την σχέση του λανθάνοντος και του έκδηλου περιεχόμενου, τα όνειρα μπορούν να διαιρεθούν σε τρεις κατηγορίες. Στην πρώτη, ανήκουν τα ξεκάθαρα και λογικά όνειρα που προέρχονται από την ενσυνείδητη ψυχική ζωή. Στη δεύτερη, ανήκουν τα λογικά όνειρα, που αν και το περιεχόμενό τους είναι σαφές, πολλές φορές δε βρίσκουμε τίποτα που να δικαιολογεί την ύπαρξή τους. Και στην τρίτη, ανήκουν τα όνειρα που είναι ασαφή και δίχως νόημα, ασυνάρτητα και παράλογα (Freud, 1968). Το έκδηλο περιεχόμενο είναι γεμάτο από σύμβολα που όταν μεταφραστούν και αναλυθούν, σύμφωνα με τον Freud, μπορούμε να πλησιάσουμε το λανθάνον περιεχόμενο, χρησιμοποιώντας παράλληλα για την ερμηνεία τους και τη μέθοδο της ύπνωσης (Sheppard & Karon, 1964).

Το λανθάνον περιεχόμενο του ονείρου, λοιπόν, είναι το ασυνείδητο και το έκδηλο είναι το συνειδητό. Η απλούστερη δυνατή σχέση ανάμεσα στα δύο, είναι ότι κατά τη διάρκεια της ερμηνείας

του ονείρου το λανθάνον περιεχόμενο γίνεται συνειδητό. Η διαδικασία που αποκαλύπτει πίσω από το έκδηλο περιεχόμενο το λανθάνον, είναι γνωστή ως αναλυτική διεργασία, ενώ η διαδικασία που ακολουθείται, για να μετατραπεί το περιεχόμενο του ονείρου από λανθάνον σε έκδηλο, είναι η διεργασία του ονείρου (Freud, 1965). Στη διεργασία του ονείρου θα αναφερθούμε αναλυτικότερα παρακάτω.

2.1.4 ΤΟ ΟΝΕΙΡΟ ΣΤΗΝ ΠΑΙΔΙΚΗ ΗΛΙΚΙΑ

Η παιδική ηλικία αποτελεί αδιαμφισβήτητα το πιο κρίσιμο στάδιο ανάπτυξης του ατόμου, καθώς τότε διαμορφώνεται το Εγώ και η ψυχοσύνθεσή του. Τα όνειρα σε αυτήν την ηλικία είναι λιγότερο πολύπλοκα και δυσκατανόητα από ό,τι είναι στην ενήλικη ζωή, αφού τα παιδιά είναι σε θέση να δουν σύντομα, σαφή και με συνοχή όνειρα που δεν είναι διφορούμενα. Ο Freud χαρακτηρίζει αυτά τα όνειρα, «όνειρα νηπιακού χαρακτήρα», τα οποία παρουσιάζονται από τότε που ξεκινά η διακριτή ψυχική δραστηριότητα έως και το τέταρτο-πέμπτο έτος. Παρ' όλα αυτά η παραμόρφωση του ονείρου μπορεί να ξεκινήσει από την παιδική ηλικία, και σε όνειρα παιδιών από 5-8 ετών μπορούμε να παρατηρήσουμε όλα αυτά τα χαρακτηριστικά ονείρων που συναντάμε στην ενήλικη ζωή (Freud, 1996).

Στα περισσότερα παιδικά όνειρα το έκδηλο περιεχόμενο συμπίπτει με το λανθάνον, και αυτός ακριβώς είναι ο λόγος που η ονειρική παραμόρφωση δεν ανήκει στην ουσία του ονείρου. Για την κατανόηση των ονείρων νηπιακού χαρακτήρα, δεν απαιτείται ανάλυση, αλλά αρκούν πληροφορίες σχετικά με τη ζωή και την προσωπικότητα του παιδιού, καθώς αυτό το όνειρο είναι κυρίως αντίδραση σε ένα βίωμα της ημέρας, το οποίο άφησε πίσω του μια δυσάρεστη αίσθηση, μια επιθυμία που δε βρήκε την ικανοποίησή της και με μέσο το όνειρο παρουσιάζεται απροκάλυπτα η ικανοποίησή της. Το όνειρο λοιπόν, παρουσιάζεται και στο παιδί ως μία αντίδραση σε ένα ψυχικό ερέθισμα που στόχο έχει την εξουδετέρωση αυτού του ερεθίσματος, αυτής της δυσαρέσκειας, έτσι ώστε να συνεχιστεί ο ύπνος. Ακόμα τα παιδικά όνειρα είναι εκείνα που προκαλούνται από επιτακτικές σωματικές ανάγκες, όπως πείνα, δίψα ή σεξουαλική ανάγκη, και αποτελούν

εκπληρώσεις αναγκών ως αντιδράσεις σε εσωτερικά σωματικά ερεθίσματα (Freud, 1996).

Ένα χαρακτηριστικό παράδειγμα που δίνει ο Freud, για να εξηγήσει τη φύση του παιδικού ονείρου είναι το παρακάτω: «ένα κορίτσι τριών ετών περνάει για πρώτη φορά τη λίμνη με ένα πλοιάριο. Κατά την αποβίβαση δεν θέλει να κατέβει και κλαίει πικρά. Ο πλουςτής φάνηκε πάρα πολύ σύντομος. Το άλλο πρωί είπε “την περασμένη νύχτα έπλεα στη λίμνη”». Ο Freud σημειώνει ότι ο πλουςτής του ονείρου της, σίγουρα είχε μεγαλύτερη διάρκεια από τον πραγματικό της προηγούμενης ημέρας σύμφωνα με την επιθυμία της (Freud, 1996). Παρατηρούμε ότι το συγκεκριμένο όνειρο μπορεί να γίνει εύκολα κατανοητό, δεν έχει υποστεί παραμόρφωση, αναφέρεται σε μία ανεκπλήρωτη επιθυμία της προηγούμενης ημέρας και ότι το έκδηλο περιεχόμενο συμπίπτει με το λανθάνον. Γίνεται μετατροπή της επιθυμητής ιδέας σε βίωμα, μέσω μίας διαφορετικής μορφής. Η ιδέα-επιθυμία είναι «θα ήθελα να κάνω βόλτες με το πλοιάριο στη λίμνη» και το βίωμα είναι το «πλέω στη λίμνη». Έχουμε, λοιπόν, μία επιθυμία που απαιτεί να ικανοποιηθεί και έτσι το όνειρο λειτουργεί σαν ένα προϊόν συμβιβασμού κατά τη διάρκεια του οποίου η επιθυμία εκπληρώνεται.

Τα παιδικά όνειρα, λοιπόν, αν και είναι απλοϊκές εκπληρώσεις επιθυμιών και δεν παρουσιάζουν κανένα ιδιαίτερο ενδιαφέρον στην ανάλυσή τους, κατά τον Freud, «δεν παρουσιάζουν διόλου αινίγματα για λύσιμο, αλλά είναι φυσικά ανεκτίμητα, καθόσον αποδεικνύουν ότι το όνειρο αποτελεί στον πυρήνα εκπλήρωση επιθυμιών» (Freud, 1995).

2.1.5 ΤΟ ΟΝΕΙΡΟ ΩΣ ΕΚΠΛΗΡΩΣΗ ΕΠΙΘΥΜΙΩΝ

Ο Freud, προκειμένου να αναλύσει το φαινόμενο του ονείρου στην ενήλικη ζωή, γυρνάει πίσω και βρίσκει την πηγή του στην παιδική του ηλικία, υποστηρίζοντας ότι οι παράλογες επιθυμίες που εκφράζονται στο όνειρο ενός ενήλικα, έχουν τις ρίζες τους σε αυτήν την ηλικία, και συγκεκριμένα είναι κατάλοιπα ανεκπλήρωτων σεξουαλικών επιθυμιών. Οι σεξουαλικές επιθυμίες που δημιουργούνται στην παιδική ηλικία και που δεν εκφράστηκαν ποτέ, βασίζονται στο παράλογο του παιδιού. Το μικρό παιδί είναι ακοινωνήτο, αλαζονικό, ανήθικο κυρίως σε ό,τι αφορά τις σεξουαλικές του παρορμήσεις, έχει μαζοχιστικές και σαδιστικές τάσεις και δεν έχει την ικανότητα να αγαπάει κανέναν άλλον γύρω του, εκτός από τον εαυτό του. «Κανένα όριο δεν υπάρχει από την αρχή, αλλά τίθεται βαθμηδόν κατά τη διάρκεια της ανάπτυξης και της αγωγής. Το μικρό παιδί δε γνωρίζει από φραγμούς, δε γνωρίζει το δεινό χάσμα μεταξύ ανθρώπου και ζώου [...] δεν αποδίδει μεγάλη σημασία στη διαφορά των φύλων και στρέφει τις πρώτες σεξουαλικές ορέξεις και την περιέργειά του στα πιο κοντινά πρόσωπα» (Freud, 1996).

Ο Freud, λοιπόν, υποστήριξε ότι η απώθηση των κακών επιθυμιών του παιδιού, με το πέρασμα του χρόνου, σχετίζεται με τον πολιτισμό, την κουλτούρα και τους κοινωνικούς κανόνες. Όσο υψηλότερη είναι η πολιτιστική ανάπτυξη, τόσο μεγαλύτερος είναι ο βαθμός απώθησης των επιθυμιών. Το παιδί είναι ανήθικο, καθώς δεν ελέγχεται από τις κοινωνικές επιταγές. Οι παρορμήσεις του απωθούνται, ζούνε στο ασυνείδητο και εμφανίζονται στην ενήλικη ζωή παραμορφωμένες στο όνειρο. Κατά αυτόν τον τρόπο, ο Freud θεώρησε το όνειρο ως την παρανοϊκή εκπλήρωση επιθυμιών και

συγκεκριμένα σεξουαλικών επιθυμιών που δημιουργούνται στην πρώιμη παιδική ηλικία (Freud, 1995).

Επιπροσθέτως, το όνειρο, για τον Freud, είναι ένα ψυχικό φαινόμενο πλήρους αξίας και μάλιστα μία πολύπλοκη πνευματική δραστηριότητα που ανήκει στο πλαίσιο των κατανοητών στο άτομο ψυχικών δραστηριοτήτων της αγρύπνιας (Freud, 1995). Ενώ ο ονειρευόμενος υποτίθεται ότι στο όνειρό του εκπληρώνει μία επιθυμία του, είναι δυνατό να μη νιώσει ευχαριστημένος, αλλά αντίθετα δεν το θέλει, το απορρίπτει και το λογοκρίνει. Αυτή η εκπλήρωση της επιθυμίας εμφανίζεται με τη μορφή άγχους. Η απροκάλυπτη εκπλήρωση μιας επιθυμίας αποδοκιμάζεται συχνά από το άτομο έντονα, και τη θέση της λογοκρισίας λαμβάνει η ανάπτυξη του άγχους. Το όνειρο άγχους είναι η εκπλήρωση μιας απωθημένης επιθυμίας όπου η απωθημένη επιθυμία φάνηκε πιο δυνατή από τη λογοκρισία. Εδώ ας σημειωθεί, πως μολονότι επληρώνεται η επιθυμία του ατόμου ταυτόχρονα δημιουργούνται δυσάρεστα συναισθήματα και άμυνα στο ίδιο το άτομο: «θα έπρεπε να μαρτυρήσω πολλά πράγματα που προτιμώ να τα κρατώ μυστικά, γιατί ξεδιαλύνοντας το όνειρό μου, κατάλαβα ένα σωρό πράγματα που δε μ' αρέσει να τα ομολογώ ούτε και στον εαυτό μου» χαρακτηριστικά αναφέρει ο Freud (Freud, 1996 και Freud, 1983).

Τα περισσότερα από τα όνειρα ενηλίκων, όταν αναλυθούν ανάγονται σε ερωτικές επιθυμίες και ακόμα και σε αυτά που στο έκδηλο περιεχόμενό τους δεν υπάρχει τίποτα το ερωτικό, αποκαλύπτεται ότι αποτελούν την εκπλήρωση κάποιας σεξουαλικής επιθυμίας. Αυτό συμβαίνει, γιατί καμία άλλη ομάδα ορμών δεν έχει καταπιεστεί τόσο πολύ από την εκπολιτιστική επίδραση της εκπαίδευσης των ατόμων, όσο έχουν επηρεαστεί οι σεξουαλικές ορμές και αυτές καταφέρνουν να ξεφεύγουν πιο πολύ

από όλες από την εξουσία των ανώτερων ψυχικών αρχών (Freud, 1983).

Στο όνειρο, λοιπόν, εμφανίζονται λογοκριμένες επιθυμίες που παρουσιάζονται, βέβαια, παραμορφωμένες και είναι εκδηλώσεις ενός αχαλίνωτου εγωισμού που υπάρχει σε κάθε άτομο. Αυτός ο εγωισμός του ονείρου δεν είναι άσχετος με τη διάθεση για ύπνο, αφού με αυτόν εκδηλώνεται θέληση για ύπνο και απόσυρση του ενδιαφέροντος από τον εξωτερικό κόσμο. Έτσι, κατά τη διάρκεια του ονείρου, το απαλλαγμένο από ηθικούς φραγμούς Εγώ συμφωνεί με τις απαιτήσεις της σεξουαλικότητας που έχουν καταδικαστεί από την αισθητική μας αγωγή και η λήπινο επιλέγει περισσότερο τα απαγορευμένα αντικείμενα, όπως αιμομικτικά, τη μητέρα, την αδερφή, τον πατέρα ή τον αδερφό. Εμφανίζονται στον ύπνο ορέξεις που κατά τη διάρκεια της εγρήγορσης τις θεωρούμε πολύ μακριά από τη φύση μας ή επιθυμίες εκδίκησης και θανάτου εναντίον των πιο αγαπημένων μας προσώπων. Όσο πιο απαράδεκτη είναι η επιθυμία που υπόκειται στη λογοκρισία, τόσο μεγαλύτερη είναι η παραμόρφωση του ονείρου που κάνει την επιθυμία να μην είναι απροκάλυπτη και εμφανής με την πρώτη ματιά (Freud, 1996). Η λογοκρισία του ονείρου δηλαδή είναι ο μηχανισμός για τη διατήρηση της παραμόρφωσης του και οπουδήποτε στο έκδηλο όνειρο εμφανίζονται κενά, οφείλονται σε αυτήν.

Το όνειρο, λοιπόν, παρουσιάζεται διχασμένο, επειδή αντιπροσωπεύει μια σχετική ισορρόπηση δύο αντίθετων δυνάμεων. Η μία δύναμη είναι η επιθυμία που τείνει να ικανοποιηθεί και η άλλη, είναι η λογοκρισία που το απαγορεύει. Σαν αυτόν τον συμβιβασμό ανάμεσα στις δύο δυνάμεις που διαμορφώνει το όνειρο, λειτουργεί ανάλογος συμβιβασμός που διαμορφώνει το νευρωτικό σύμπτωμα (Κρανάκη,2000). Το όνειρο είναι ένα είδος

παθολογικού, φυσιολογικού φαινομένου και σε αυτό βρίσκεται το κλειδί της υστερίας (Μαννονί, 1993).

Οι επιθυμίες που εκδηλώνονται κατά την ονειρική διαδικασία πηγάζουν, λοιπόν, από τον παιδικό ερωτισμό και δεν μπορούν να ικανοποιηθούν με άλλον τρόπο εκτός της φαντασίωσης και αναπληρώνεται έτσι η αίσθηση πραγματικής ικανοποίησης. Η επιθυμία είναι άφθαρτη, αιώνια και ακατάλυτη, αλλιώς δε θα μπορούσε να αναβιώνει στα όνειρά μας αργότερα όταν μεγαλώνουμε. Το ασυνείδητο αγνοεί το χρόνο και η απωθημένη επιθυμία είναι έτοιμη να ξαναφανεί μόλις συνδεθεί με μια συνειδητή παράσταση (Κρανάκη, 2000).

Το υλικό των σεξουαλικών παραστάσεων στο όνειρο δεν μπορεί να παρουσιαστεί όπως είναι και πρέπει να αντικατασταθεί με υπονοούμενα, υπαινιγμούς και άλλες μορφές πλάγιας παρουσίασης. Αυτές οι μορφές πλάγιας παρουσίασης είναι τα σύμβολα, είναι τα παραστατικά μέσα, με τα οποία εκφράζονται οι σεξουαλικές επιθυμίες. Μερικά από τα πιο συνηθισμένα σύμβολα που επιδέχονται μια σαφή ερμηνεία είναι ο βασιλιάς και η βασίλισσα που υποδηλώνουν τους γονείς, τα δωμάτια που παριστάνουν τις γυναίκες, οι είσοδοι και οι έξοδοι που παριστάνουν τα ανοίγματα του σώματος, τα αιχμηρά όπλα, τα μακριά και σκληρά αντικείμενα, οι κορμοί των δέντρων και τα ραβδιά μπορεί να υποδηλώνουν το ανδρικό μόριο, ενώ το γυναικείο σώμα μπορεί να συμβολίζεται με διάφορα άλλα αντικείμενα όπως ντουλάπα, κουτιά, αμάξια. Μερικά σύμβολα μπορεί να είναι αμφίφυλα, ανάλογα με την περίπτωση δηλαδή να αναφέρονται σε αντρικά ή γυναικεία γενετικά όργανα (Freud, 1996). Η βασική λειτουργία των συμβόλων είναι λοιπόν η μεταμφίεση και η παραμόρφωση των επιθυμιών. »Η συμβολική γλώσσα νοείται σα

μυστικός κώδικας. Και η ερμηνεία των ονείρων σαν την εργασία αποκρυπτογράφησης του» (Fromm, 1975).

Επίσης, ο Freud επισήμανε πως το υλικό που συνθέτει το περιεχόμενο του ονείρου κατά έναν τρόπο προέρχεται από τα βιώματα της ημέρας που επανέρχονται στη μνήμη αλλά που έμεις δεν μπορούμε να τα συνειδητοποιήσουμε ως τέτοια. Μπορεί να θυμόμαστε τι ονειρευτήκαμε αλλά όχι αν και πότε το ζήσαμε. Άλλες πηγές που μπορούν να επηρεάσουν το περιεχόμενο του ονείρου μπορεί να είναι τα ψυχικά ερεθίσματα ή μια εσωτερική αισθητήρια διέγερση ή ένα σωματικό ερέθισμα ή ακόμα και εξωτερικά αισθητήρια ερεθίσματα όπως μία αρωματική ουσία ή ένας ήχος (Freud, 1995).

2.1.6 Η ΕΡΓΑΣΙΑ ΤΟΥ ΟΝΕΙΡΟΥ

Οι ονειρικές σκέψεις παριστάνονται συνήθως με συμβολικό τρόπο, χρησιμοποιώντας διάφορες παρομοιώσεις και μεταφορές. Το περιεχόμενο του ονείρου αποτελείται από ανάγλυφα παραστατικά και έτσι είναι αναγκαίο να υποστούν οι ονειρικές σκέψεις την κατάλληλη διαφοροποίηση, ώστε να παραστούν σαν περιστατικά. Οι κυριότεροι μηχανισμοί του ονείρου, και κατ' επέκταση του ασυνείδητου, που μετατρέπουν το λανθάνον περιεχόμενο, τις κρυφές επιθυμίες και τις «παράνομες ιδέες» σε έκδηλο και φανερό περιεχόμενο είναι η συμπύκνωση, η μετάθεση, η εικονικότητα της επιθυμίας και η δευτερογενής επεξεργασία.

Η πρώτη λειτουργία της εργασίας του ονείρου, στην οποία στηρίζεται και η ονειροπλασία, είναι λοιπόν η συμπύκνωση, με την οποία εννοούμε ότι το έκδηλο όνειρο έχει πολύ λιγότερο περιεχόμενο από ό,τι έχει το λανθάνον. Είναι δηλαδή ένα είδος συντετμημένης μετάφρασής του. Η συμπύκνωση ενδέχεται να λείπει, αλλά κατά κανόνα υπάρχει στα περισσότερα όνειρα και πολλές φορές είναι πολύ μεγάλη, ενώ το αντίθετο δεν μπορεί να συμβεί, δεν μπορεί δηλαδή το έκδηλο περιεχόμενο να είναι εκτενέστερο από το λανθάνον. Η συμπύκνωση πραγματοποιείται όταν κάποια λανθάνοντα στοιχεία παραλείπονται εντελώς στο έκδηλο όνειρο ή όταν πολλά λανθάνοντα στοιχεία με κοινά σημεία μεταξύ τους συνενώνονται και αποτελούν μία ενότητα στο έκδηλο περιεχόμενο του ονείρου (Freud, 1996).

Η συμπύκνωση γίνεται, λοιπόν, με τη βοήθεια της παράλειψης. Δηλαδή το όνειρο δεν είναι η ακριβής μετάφραση σημείο προς σημείο των ονειρικών ιδεών, αλλά μία πολύ ατελής απόδοσή τους με άφθονα κενά (Freud, 1995). Μία από τις αιτίες της εργασίας αυτής είναι ότι τα εκφραστικά μέσα του ονείρου είναι πολύ πιο

φτωχά σε σχέση με αυτά που διαθέτει η γλώσσα των σκέψεών μας, και έτσι το όνειρο συνενώνει όλο το υλικό που διαθέτει σε ένα περιστατικό (Freud, 1983). Η συγχώνευση πολλών ονειρικών στοιχείων μπορεί να γίνει σε μία και μόνο λέξη, ένα αντικείμενο ή ένα πρόσωπο (Κρανάκη,2000). Με την εργασία της συμπύκνωσης μπορούμε να εξηγήσουμε μερικές ειδικές και περίεργες εικόνες που παρουσιάζει το όνειρο και τις οποίες αγνοούμε στην κατάσταση της εγρήγορσης. «Πρόκειται για μορφές ανθρώπινων τύπων ή και ζώων, σύνθετων δημιουργημάτων που μόνο στις ζωικές μορφές της φαντασίας των ανατολικών λαών συναντάμε» (Freud, χ.χ.). Η διαφορά βέβαια αυτών των δημιουργημάτων των ανατολικών λαών είναι ότι είναι συγκεκριμένα και αιώνια, ενώ τα όνειρα με τη βοήθεια της φαντασίας παίρνουν συνεχώς νέες μορφές.

Εδώ κρίνουμε σημαντικό να παραθέσουμε «Το Όνειρο για τη βοτανολογική μονογραφία», ένα όνειρο που έχει υποστεί πολύ μεγάλη συμπύκνωση και το οποίο αναλύεται ως τέτοιο από τον ίδιο τον Freud, ο οποίος και το ονειρεύτηκε. Πιο συγκεκριμένα , ο Freud γράφει στην *Ερμηνεία των ονείρων*: «Έγραψα μια μονογραφία για ένα (μη προσδιοριζόμενο) είδος φυτού. Το βιβλίο βρίσκεται μπροστά μου, ξεφυλλίζω τώρα έναν έγχρωμο διπλώμενο πίνακα. Στο αντίτυπο είναι ενσωματωμένο ένα δείγμα του φυτού. [Και αναλύει το όνειρό του] το πιο οφθαλμοφανές στοιχείο αυτού του ονείρου είναι η βοτανολογική μονογραφία και προέρχεται από τις εντυπώσεις της ημέρας, καθώς στην προσθήκη ενός βιβλιοπωλείου είχα δει όντως μια μονογραφία για το είδος “κυκλάμινο”. Η αναφορά αυτού του είδους λείπει από το ονειρικό περιεχόμενο, στο οποίο έχουν απομείνει μόνο η μονογραφία και η σχέση της προς τη βοτανολογία. Η βοτανολογική μονογραφία φανερώνει αμέσως τη σχέση της με την εργασία για την κοκαΐνη που είχα γράψει κάποτε, από την κοκαΐνη ο ειρμός των σκέψεων πηγαίνει αφενός στην

τιμητική έκδοση και σε ορισμένες περιστατικά σε ένα πανεπιστημιακό εργαστήριο, και αφετέρου στο φίλο μου τον οφθαλμίατρο Dr. Königstein, ο οποίος είχε συμμετοχή στην αξιοποίηση της κοκαΐνης. Με τον Dr. Königstein συνδέονται επίσης η ανάμνηση της διακοπείσας συζήτησης που είχα μαζί του το προηγούμενο βράδυ, καθώς και διάφορες σκέψεις γύρω από την αμοιβή προς τους συναδέλφους για ιατρικές υπηρεσίες. Αυτή η συζήτηση είναι ο πραγματικός υποκινητής του ονείρου. Η μονογραφία για το κυκλάμινο είναι μία επικαιρότητα, αλλά αδιάφορης φύσης. Η βοτανολογική μονογραφία του ονείρου αποδεικνύεται ένα ενδιάμεσο κοινό σημείο μεταξύ δύο βιωμάτων της ημέρας που έχει παραληφθεί αμετάβλητο από την αδιάφορη εντύπωση και συνδέεται με το ψυχικά σημαντικό βίωμα μέσω πλουσιότατων συνειρμικών επαφών.

Με το στοιχείο “βοτανολογική” συνδέονται αναμνήσεις από τον καθηγητή Gärtner, τη γυναίκα του, μια ασθενή και στη συνέχεια το όνομα Gärtner οδηγεί στη συζήτηση με τον Dr. Königstein. Ακόμα-ακόμα αυτός ο όρος θυμίζει ένα γυμνασιακό επεισόδιο και μια εξέταση της πανεπιστημιακής περιόδου και ένα νέο θέμα που είχε θιγεί, το θέμα των προτιμήσεων μου συνδέεται μέσω της αγκινάρας που χάριν αστεϊσμού την αποκάλεσα αγαπημένο λουλούδι με τον ειρμό σκέψεων που ξεκινάει από τα ξεχασμένα λουλούδια. Πίσω από την αγκινάρα κρύβεται η ανάμνηση της Ιταλίας και μια παιδική σκηνή, με την οποία εγκαινίασα τις σχέσεις μου με τα βιβλία. Το “βοτανολογική” λοιπόν είναι ένα αληθινό, κομβικό σημείο στο οποίο συνενώνονται πολλοί ειρμοί σκέψεων για το όνειρο. Η “μονογραφία” στο όνειρο θίγει δύο θέματα, το μονόπλευρο χαρακτήρα των σπουδών μου και το πολυδάπανο των προτιμήσεων μου καθένα από τα στοιχεία του ονειρικού περιεχομένου λοιπόν αποδεικνύεται υπερκαθορισμένο, δηλαδή

αντιπροσωπεύεται πολλαπλά στις ονειρικές ιδέες. Ο έγχρωμος πίνακας που ανοίγω στο όνειρο στοχεύει σε ένα νέο θέμα, την κριτική των συναδέλφων στις εργασίες μου, στις προτιμήσεις μου, αλλά και στην παιδική ανάμνηση όπου διαλύω ένα βιβλίο με έγχρωμους πίνακες. Το αποξηραμένο δείγμα του φυτού θίγει το γυμνασιακό βίωμα με τον βοτανολόγο και υπογραμμίζει ιδιαίτερα αυτήν την ανάμνηση [...]. Βλέπω λοιπόν τι είδους σχέση υπάρχει μεταξύ ονειρικού περιεχομένου και ονειρικών σκέψεων: δεν καθορίζονται πολλαπλά μόνο τα στοιχεία του ονείρου από τις ονειρικές ιδέες, αλλά και οι επιμέρους ονειρικές ιδέες αντιπροσωπεύονται μέσα στο όνειρο από περισσότερα στοιχεία. Από ένα στοιχείο του ονείρου ξεκινούν συνειρμοί προς περισσότερες από μία ονειρικές σκέψεις, και από μία ονειρική σκέψη προς περισσότερα ονειρικά στοιχεία. Επομένως, το σύνολο των ονειρικών ιδεών υφίστανται ορισμένη επεξεργασία, από την οποία τα πιο πολύ και πιο καλά υποστηριζόμενα στοιχεία προκρίνονται για την είσοδο στο ονειρικό περιεχόμενο. Τα στοιχεία του ονείρου πλάθονται από το σύνολο των ονειρικών ιδεών και καθένα από αυτά καθορίζεται πολλαπλά σε σχέση με τις ονειρικές ιδέες» (Freud, 1995).

Η δεύτερη εργασία του ονείρου είναι η μετάθεση, η οποία αποτελεί και το ουσιώδες τμήμα της ονειροπλασίας, και μαζί με τη συμπύκνωση ο Freud τις αποκάλεσε «τους δύο αρχιτεχνίτες» του ονείρου και της παραμόρφωσής του. Εκδηλώνεται ή όταν ένα λανθάνον στοιχείο δεν αντικαθίσταται από ένα δικό του στοιχείο, αλλά από κάτι πιο μακρινό –όπως έναν υπαινιγμό– ή όταν το ψυχικό κέντρο βάρους μετατοπίζεται από ένα σημαντικό στοιχείο σε ένα άλλο λιγότερο σημαντικό και έτσι το όνειρο εμφανίζεται διαφορετικά επικεντρωμένο και παράξενο (Freud, 1995).

Κατά τη μετάθεση, λοιπόν, η ψυχική φόρτιση αποσύρεται από ένα σημαντικό στοιχείο, για να μετατοπιστεί σε άλλα πιο ασήμαντα και αδιάφορα σημεία, με αποτέλεσμα την αποκέντρωση του συναισθήματος (Κρανάκη,2000). Αναφέρει ο Freud «φταίει η μετάθεση που το έκδηλο όνειρο περιέχει την αδιάφορη εντύπωση στη θέση του δικαιολογημένα συνταραχτικού βιώματος, το αδιάφορο υλικό στη θέση του δικαιολογημένα ενδιαφέροντος» (Freud, 1983). Το όνειρο αποδίδει μια παραποιημένη μορφή της ονειρικής επιθυμίας που υπάρχει στο ασυνείδητο. Η ονειρική παραμόρφωση υπάρχει λόγω της λογοκρισίας που ασκεί στις σκέψεις μας η μία ψυχική αρχή κατά μιας άλλης. Η εργασία της μετάθεσης είναι ένα από τα κύρια μέσα επίτευξης αυτής της παραμόρφωσης και είναι ξεκάθαρα προϊόν της λογοκρισίας (Freud, 1995). Είναι γεγονός ότι οι εργασίες του ονείρου, όπως αυτή της μετάθεσης, υπάρχουν μόνο στα πολύπλοκα και δυσκατανόητα όνειρα, αφού στα λογικά και ευκολονόητα όνειρα η έκφραση της επιθυμίας είναι σχεδόν φανερή. Όσο περισσότερο μπερδεμένο είναι το όνειρο, τόσο περισσότερο θα πρέπει κατά την ερμηνεία να λαμβάνεται υπόψη η μετάθεση.

Η τρίτη εργασία του ονείρου είναι η μετατροπή των ιδεών σε οπτικές εικόνες ή εικονικότητα της επιθυμίας. Παρόλο που οι οπτικές εικόνες δεν είναι η μοναδική μορφή, στην οποία μετατρέπονται οι ονειρικές ιδέες, είναι το ουσιώδες χαρακτηριστικό της ονειροπλασίας. Τα διάφορα ψυχικά φαινόμενα δεν μπορούν να έχουν από όλα τα άτομα την ίδια ορατότητα και δεν προσφέρονται εξίσου στην εικονική παράσταση. Για αυτόν το λόγο, το όνειρο επιλέγει ανάμεσα στις διάφορες ασυνείδητες επιθυμίες ανάλογα με τις δυνατότητες της συμβολικής της παράστασης. Για τη δραματοποίηση των «παράνομων» ιδεών, το όνειρο διαθέτει ένα

πλούσιο ρεπερτόριο από σεξουαλικά σύμβολα που μπορούν εύκολα να ξεφύγουν από τη λογοκρισία (Κρανάκη,2000).

Ο Freud υποστήριζε ότι μερικά από τα σύμβολα, τα οποία παρουσιάζονται στις ονειρικές εικόνες, μπορεί να είναι ήδη υπάρχοντα σύμβολα που βρίσκονται στην ασυνείδητη φαντασία του λαού και παριστάνουν τις ασυνείδητες σεξουαλικές επιθυμίες. Αυτό το ασυνείδητο είναι το αρχαϊκό φυλογενετικό ασυνείδητο και αυτά τα χαρακτηριστικά του ονείρου είναι τα αρχαϊκά (Freud, 1996).

Η τέταρτη και τελευταία εργασία του ονείρου είναι η δευτερογενής επεξεργασία του ονείρου, η οποία συντελείται όταν η συνειδητή σκέψη της εγρήγορσης επεμβαίνει στο σχηματισμό του ονείρου, για να αποκαταστήσει μια λογική τάξη και να σκεπάσει τις λανθάνουσες σκέψεις κρύβοντας το αληθινό τους νόημα. Ένα παράδειγμα δευτερογενούς επεξεργασίας, που εμφανίζεται πολύ συχνά, είναι η σκέψη που κάνουμε συνειδητά λέγοντας μέσα στον ύπνο μας «όνειρο ήτανε» και την οποία παρεμβάλλουμε μέσα στο κείμενο του ονείρου, για να μετριάσει το βάρος της παράνομης-απαγορευμένης ομολογίας που πάει να ξεφύγει από τη λογοκρισία (Κρανάκη,2000).

Στη δευτερογενή επεξεργασία, λοιπόν, το όνειρο προσπαθεί να αποκτήσει ένα περισσότερο λογικό χαρακτήρα και για αυτόν το λόγο γεμίζει τα ονειρικά κενά με ονειροπολήσεις που συμβαίνουν κατά την εγρήγορση ή με ασυνείδητες ή συνειδητές φαντασιώσεις που έχουν αποθηκευτεί στην σκέψη κατά τη διάρκεια της άγρυπνης ζωής (Freud, 1996).

Σε αυτό το πρώτο μέρος αυτού του κεφαλαίου λοιπόν, είδαμε συνοπτικά τα κυριότερα μέρη της θεωρίας του Freud για το όνειρο. Φυσικά υπάρχουν πολλά κενά καθώς η θεωρία είναι ογκωδέστατη

και δεν θα ήταν αρκετές αυτές οι σελίδες για να την περιγράψουν ολόκληρη. Αμέσως παρακάτω θα αναφερθούμε σε άλλες θεωρήσεις για το όνειρο που διατυπώθηκαν μετά τον Freud, ξεκινώντας από αυτή του Jung.

2.2 Η ΘΕΩΡΙΑ ΤΟΥ JUNG

Ο Jung, ο οποίος υπήρξε μαθητής του Freud, διαφοροποιήθηκε από το δάσκαλό του σε ό,τι αφορούσε στη θεωρία του για τα όνειρα, και αυτό λόγω της διαφορετικής αντίληψής του για το ασυνείδητο. Το ασυνείδητο του Freud αποτελείται από ένα απωθημένο από τη συνείδηση υλικό, το οποίο απαρτίζεται από παιδικές σεξουαλικές επιθυμίες. Αυτές οι επιθυμίες, επειδή είναι ασυμβίβαστες με τον εαυτό, εμφανίζονται παραμορφωμένες στα όνειρα με τη μορφή συμβόλων, για να ξεφύγουν από τη λογοκρισία. Ο Jung συμφωνεί με τον Freud στο ότι είναι δυνατόν κάποιες ατομικές εμπειρίες του παρελθόντος να απωθούνται στο ασυνείδητο, αλλά θεωρεί ακόμη ότι η μελέτη των ονείρων φανερώνει την ύπαρξη υλικού που έχει προέλθει από αρχαϊκές πηγές και από εμπειρίες του ανθρώπινου γένους. Έτσι, διαχωρίζει το ασυνείδητο, στο προσωπικό και στο συλλογικό, και αναπτύσσει με βάση αυτόν το διαχωρισμό τη θεωρία του για τα όνειρα.

2.2.1 ΤΟ ΑΣΥΝΕΙΔΗΤΟ

Ο Jung, λοιπόν, έκανε διαχωρισμό ανάμεσα στο προσωπικό και στο συλλογικό ασυνείδητο. Το προσωπικό ασυνείδητο αποτελείται από υλικό που υπήρχε στο συνειδητό και αργότερα απωθήθηκε, ενώ το συλλογικό ασυνείδητο αποτελείται από το υπόλειμμα όλων των προγονικών μας εμπειριών και εκδηλώνεται με τις αρχέγονες εικόνες. Σε ό,τι αφορά στην επιλογή του όρου «συλλογικό» ο Jung αναφέρει «διάλεξα τον όρο “συλλογικό”, γιατί αυτό το τμήμα του ασυνείδητου δεν είναι ατομικό, αλλά παγκόσμιο. Αντίθετα με την προσωπική ψυχή, περιέχει έννοιες και τρόπους συμπεριφοράς που είναι λίγο ή πολύ ίδιοι παντού και σε όλα τα άτομα» (Jung, 1964).

Το συλλογικό ασυνείδητο είναι απόθεμα προγονικών εμπειριών από το βάθος εκατομμυρίων ετών, είναι ο αντίλαλος συμβάντων της προϊστορικής εποχής και κάθε αιώνας που περνάει τού προσθέτει ένα απειροελάχιστο ποσό παραλλαγής και διαφοροποίησης. Ακόμα, το συλλογικό ασυνείδητο δεν περιέχει μόνο όλες τις ωραίες και μεγάλες σκέψεις της ανθρωπότητας, αλλά και κάθε αισχρή και σατανική πράξη που μπόρεσε ποτέ να επιτελέσει ο άνθρωπος (Hadfield, 1997).

Κατά τον Jung, το ασυνείδητο δεν περιέχει αποκλειστικά και μόνο αναμνήσεις του μακρινού παρελθόντος, αλλά είναι δυνατό να ξεπηδούν από αυτό καινούργιες έννοιες και ιδέες που ποτέ πριν δεν υπήρξαν ως συνειδητές. Πρόκειται για ιδέες που «γεννιούνται από τα σκοτεινά βάθη του πνεύματός μας σαν να ήταν λωτός και αποτελούν σπουδαιότατο κομμάτι της λανθάνουσας ψυχής» (Jung, 1964). Ένα άλλο τμήμα του ασυνείδητου αποτελείται από ένα πλήθος σκέψεων, εντυπώσεων, εικόνων προσωρινά σβησμένων που αν και χάθηκαν από το συνειδητό πνεύμα, συνεχίζουν να το

επηρεάζουν. Πρόκειται για το υλικό, το οποίο συσσωρεύεται στο κατώφλι της συνείδησης από όπου παράγονται αυθόρμητα τα σύμβολα των ονείρων μας. Αυτό το υλικό που είναι λανθάνον, είναι δυνατό να αποτελείται από κάθε είδους ανάγκες, παρορμήσεις, επιθυμίες, διαισθήσεις από παράλογες ή λογικές σκέψεις, από συμπεράσματα, επαγωγές όπως και από μια κλίμακα αισθημάτων. Ο λόγος που το μεγαλύτερο μέρος αυτού του υλικού έχει περάσει στο ασυνείδητο είναι ότι απλά δεν υπάρχει θέση για αυτό μέσα στο συνειδητό πνεύμα. Επίσης, μερικές σκέψεις μένουν στο κατώφλι της συνείδησης, γιατί δεν έχουν σχέση με ό,τι μας απασχολεί τη δεδομένη περίοδο ή γιατί εμείς επιζητούμε να εξαφανιστούν. Αυτή η απώλεια μνήμης είναι απαραίτητη, καθώς έτσι δημιουργείται χώρος στη συνείδηση για καινούργιες εντυπώσεις και ιδέες (Jung, 1964).

Η λανθάνουσα πλευρά, λοιπόν, όλων όσων μας συμβαίνουν παίζουν μικρό ρόλο φαινομενικά στην καθημερινή ζωή, αλλά στην ανάλυση των ονείρων αυτή η λανθάνουσα πλευρά αποβαίνει πολύ σημαντική, επειδή αποτελεί τις σχεδόν αόρατες ρίζες των συνειδητών σκέψεών μας. Έτσι ο ύπνος δείχνει να είναι απροσπάτετος μπροστά στις εφόδους των εικόνων του ασυνειδήτου. Το μήνυμα που προέρχεται από το ασυνείδητο, έχει πολύ μεγαλύτερη σημασία από αυτή που νομίζουν ότι έχει οι περισσότεροι άνθρωποι, καθώς το κάθε περιεχόμενο της συνείδησης φέρει μία ασυνείδητη φόρτιση. Αναφέρει ο Jung ότι «όσο περισσότερο επηρεάζει τη συνείδησή μας από προκαταλήψεις, φαντασιώσεις, νηπιακές επιθυμίες, τόσο είναι δυνατό να δημιουργηθεί μία νευρωτική αποσύνθεση και να οδηγήσει σε μια τεχνητή ζωή, απομακρυσμένη από υγιή ένστικτα, τη φύση και την αλήθεια» (Jung, 2005). Σε αυτό το σημείο ακριβώς είναι που επεμβαίνουν τα όνειρα, ώστε να επιφέρουν την

ισορροπία κατά τη διάρκεια του ύπνου, αποκαθιστώντας τις εικόνες και τα συναισθήματα που εκφράζουν την κατάσταση του ασυνειδήτου.

Ο Jung υποστήριζε πως οι νευρώσεις προέρχονται από το προσωπικό ασυνείδητο και από τις απωθημένες εμπειρίες, ενώ οι ψυχώσεις από το συλλογικό ασυνείδητο. Αναφέρει ειδικότερα ότι «η ψύχωση σε ένα μεγάλο βαθμό είναι μία ακούσια υποχώρηση μπροστά στη βίαιη εισβολή του ασυνείδητου νου που έχοντας αποκτήσει μεγαλύτερο δυναμικό από ό,τι το συλλογικό κατακλύζει το αναχαιτιστικό φράγμα» (Jung, 1964).

Η ασυνείδητη πλευρά των γεγονότων που αποκαλύπτεται με το όνειρο εκδηλώνεται με συμβολική και όχι με λογική σκέψη. Το σύμβολο υποστήριζε ότι είναι φυσικό παράγωγο, και ότι δεν εμφανίζεται μόνο στα όνειρα, αλλά και σε ψυχικές εκδηλώσεις. Ακόμα, τα πιο σημαντικά σύμβολα δεν είναι τα ατομικά, αλλά τα συμβολικά και, κυρίως, αυτά που βρίσκονται στις θρησκείες. Σύμφωνα με τη θεωρία του Jung, το σύμβολο δεν συγκαλύπτει, αλλά αντίθετα αποκαλύπτει εγκαίρως. Και αυτή η θέση του είναι μια σημαντική διαφοροποίηση από τη θέση του Freud (Jung, 2005).

2.2.2 ΤΑ ΑΡΧΕΤΥΠΑ ΣΤΟ ΣΥΜΒΟΛΙΣΜΟ ΤΩΝ ΟΝΕΙΡΩΝ

Κατά τον Jung, όπως είδαμε, στο όνειρο εμφανίζονται συχνά στοιχεία που δεν είναι ατομικά και που δεν προέρχονται από την προσωπική εμπειρία του ατόμου, αλλά εμφανίζονται ως αρχέγονα, έμφυτα και κληρονομημένα πρότυπα του ανθρώπινου νου. Ο νους του ανθρώπου έχει ιστορία με αφητηρία τον αρχαϊκό άνθρωπο, του οποίου η ψυχή ήταν όμοια με εκείνου ενός ζώο. Αυτή η πολύ παλιά ψυχή αποτελεί τη βάση του νου μας όπως ακριβώς η δομή του σώματός μας στηρίζεται πάνω στη γενική ανατομία των θηλαστικών. Αυτά τα αρχαϊκά υπολείμματα ο Jung τα ονόμασε «αρχέτυπα» ή «αρχέγονες εικόνες». «Το αρχέτυπο είναι μία κληρονομημένη τάση του ανθρώπινου νου να σχηματίζει αναπαραστάσεις μυθολογικών μοτίβων, αναπαραστάσεις που διαφέρουν πολύ, χωρίς να χάνουν το βασικό πρότυπό τους» (Jung, 2005). Τόσο τα ένστικτα, όσο και τα συλλογικά πρότυπα σκέψης, αλλά και οι συναισθηματικές εκδηλώσεις λειτουργούν λίγο-πολύ με τον ίδιο τρόπο σε όλους μας, καθώς είναι κληρονομημένα και μπορούν να αναγνωριστούν ως ίδια σε όλη τη γη.

Είναι γεγονός όμως ότι μερικά όνειρα ή σκέψεις μπορούν να εμφανιστούν ξαφνικά και παρά τη μελέτη τους δεν μπορεί κανείς να φανταστεί τι τα προκαλεί, χωρίς αυτό να σημαίνει ότι δεν έχουν καμία αιτία, αλλά είναι τόσο μακρινή και ασαφής που δεν μπορεί να προσδιοριστεί. Πρέπει έτσι να περιμένουμε μέχρι το νόημα του ονείρου να κατανοηθεί αρκετά ή μέχρι να συμβεί κάποιο εξωτερικό γεγονός που θα ερμηνεύσει το όνειρο (Jung, 2005).

Σε ό,τι αφορά στην προβλεπτική ικανότητα του ονείρου ο Jung υποστήριζε ότι όπως οι συνειδητές μας σκέψεις ασχολούνται συχνά με το μέλλον, έτσι κάνει και το ασυνείδητο με τα όνειρά του. Τα όνειρα μπορούν να έχουν προγνωστική πλευρά, αλλά ο

συνειδητός νους δεν τα γνωρίζει. Το ασυνείδητο φαίνεται να είναι ήδη ενημερωμένο και μπορεί να υποβάλει μία υπόθεση σε προγνωστική εξέταση, όπως ακριβώς θα έκανε και η συνείδηση αν τη γνώριζε. Το ασυνείδητο λειτουργεί μάλλον με ενστικτώδη τρόπο, και όχι τόσο με τη λογική, και καθοδηγείται από ενστικτώδεις τάσεις, οι οποίες αντιπροσωπεύονται από τα αρχέτυπα (Jung, 2005).

Τα αρχέτυπα, λοιπόν, είναι κάποια από τα περιεχόμενα του ασυνειδήτου του σύγχρονου ανθρώπου που μοιάζουν με τα παράγωγα του πνεύματος του πρωτόγονου ανθρώπου. Τα συναντάμε στην ιστορία και στη μυθολογία και παρουσιάζουν θέματα και παραστάσεις που αν και με το πέρασμα του χρόνου αλλάζουν στις λεπτομέρειές τους, δεν χάνουν ποτέ το βασικό τους σχήμα. Όλες αυτές οι παραστάσεις που είναι κληρονομημένες στο ασυνείδητο του κάθε σύγχρονου ανθρώπου, βρίσκουν την έκφρασή τους σε ένα πολύ μεγάλο μέρος τους στα όνειρα. «Το αρχέτυπο στην πραγματικότητα, είναι μία τάση του ενστίκτου τόσο έκδηλη, όσο κι η παρόρμηση που ωθεί το πουλί να χτίζει μία φωλιά και τα μυρμήγκια να οργανώνουν τις αποικίες» (Jung, 1964).

Παραδείγματα αρχέτυπων που εμφανίζονται διαρκώς στα όνειρα των ανθρώπων είναι ο «Ήρωας», ο «Λυτρωτής», ο «Μεσσίας», η «Μητέρα» κ.ά. Αυτές οι εικόνες αντιπροσωπεύουν φυλετικές εμπειρίες βαθιά ριζωμένες στον άνθρωπο. Αρχέτυπα επίσης είναι η ανάγκη της θυσίας ή η «σκιά», δηλαδή η μη αναπτυγμένη πλευρά της προσωπικότητάς μας, το κατώτερο κομμάτι μας.

Άλλο ένα αρχέτυπο αποτελεί η «Περσόνα», που είναι το προσωπίδιο που φοράμε, για να κρύψουμε από την κοινωνία τον πραγματικό εαυτό μας. Η μορφή της Περσόνας εμφανίζεται διαρκώς στο όνειρο, καθώς η σύγκρουση ανάμεσα σε αυτήν και τον

πραγματικό μας εαυτό είναι η συνηθισμένη αιτία νευρώσεων. Ο σκοπός του προσωπείου είναι διπλός: αρχικά να κάνει εντύπωση στους άλλους και ύστερα να κρύψει την εσωτερικότητα του ατόμου από την περιέργειά τους (Jung, 1964).

Ένα ακόμα σημαντικό αρχέτυπο είναι η «anima» και ο «animus». Η «anima» εμφανίζεται συχνά στα όνειρα των ανδρών σαν γυναικεία μορφών και αναλόγως ο «animus» εμφανίζεται στα όνειρα των γυναικών σαν αντρική μορφή, καθώς σε κάθε άνθρωπο υπάρχουν και αντρικά και γυναικεία χαρακτηριστικά. Το «anima» είναι το απωθημένο γυναικείο κομμάτι στον άνδρα και το «animus» στη γυναίκα. Ο «animus» της γυναίκας αποτελεί το αντρικό στοιχείο του εαυτού της. Ο Jung χρησιμοποίησε ένα ρητό του Μεσαίωνα, το οποίο έλεγε πως «κάθε άντρας κλείνει μέσα του μία γυναίκα» και ανέφερε ότι «το θηλυκό τούτο στοιχείο που υπάρχει σε κάθε άντρα αποκάλεσα «anima» (Jung, 1964). Οι ονειρευόμενοι συνηθίζουν να αγνοούν και να απορρίπτουν μηνύματα τέτοιου είδους και όσο αυτές οι λειτουργίες παραμένουν απωθημένες, η προσωπικότητα δεν ολοκληρώνεται, καθώς τα θηλυκά χαρακτηριστικά ενός άνδρα είναι απαραίτητα για την ολοκλήρωση της προσωπικότητάς του και το ίδιο ισχύει και για τη γυναίκα (Hadfield, 1997).

Σύμφωνα με τον Jung, τα όνειρα λειτουργούν αντισταθμιστικά, το απωθημένο υλικό δηλαδή που υπάρχει στο ασυνείδητο και που εμφανίζεται στα όνειρα, είναι το αντίθετο του περιεχομένου της συνείδησης, με αποτέλεσμα να αντισταθμίζει τις ελλείψεις του συνειδητού, για αυτό και ο κόσμος παρατηρεί ότι «στα όνειρα βγαίνει το αντίθετο». Έτσι, από τα όνειρά μας δεν περιμένουμε μόνο να μας αποκαλύψουν τις πρωτόγονες δυνάμεις που δρουν στο ασυνείδητό μας, αλλά και μας υποδεικνύουν και από ποια

άποψη είναι λαθεμένη η συνειδητή συμπεριφορά μας και κατά πόσο έχει διαστρεβλωθεί ο χαρακτήρας μας (Hadfield, 1997).

Παρατηρούμε, λοιπόν, ότι ο Jung δεν ενδιαφέρεται τόσο για τις αιτίες του ονείρου, όπως έκανε ο Freud, αλλά κυρίως για τον σκοπό και το τέρμα προς το οποίο οδηγείται το όνειρο. Επίσης, θεωρεί απαραίτητη για την κατανόηση του ονείρου τη γνώση του παρελθόντος του ανθρώπου και την ορθή κατανόηση των μύθων και των συμβόλων.

2.3 Η ΘΕΩΡΙΑ ΤΟΥ ADLER

Ο Adler, εκπρόσωπος της ατομικής ψυχολογίας, διαφοροποιήθηκε από τη φροϋδική θεωρία για τα όνειρα και την αναλυτική ψυχολογία. Υποστήριξε ότι η θεωρία του Freud σε κάποια σημεία της έβγαλε το όνειρο έξω από την περιοχή της επιστήμης και παρατήρησε ότι αν όλα τα όνειρα εδράζονταν σε σεξουαλικό υπόβαθρο, τότε δε θα είχαν σημασία στην εκδήλωση ολόκληρης της προσωπικότητας, αλλά ενός μόνο μέρους της. Προκειμένου, ωστόσο, να κατανοήσουμε τις αντιλήψεις του Adler για τα όνειρα, θα στρέψουμε την προσοχή μας στο σημείο αυτό στην ευρύτερη θεωρία του.

Εκτενέστερα, ως πατέρας του όρου «σύμπλεγμα κατωτερότητας», ο Adler, θεώρησε ότι τα πράγματα ξεκινάνε από μία οργανική κατωτερότητα, από ένα φυσικό ελάττωμα που προκειμένου να το αντισταθμίσουμε, βάζουμε πλασματικούς στόχους. Κάποιοι άνθρωποι στην προσπάθειά τους να αντισταθμίσουν ένα μειονέκτημα, θέτουν πολύ υψηλούς στόχους, με αποτέλεσμα να αποτυγχάνουν. Αυτές οι αποτυχίες μπορεί να γίνουν αιτίες νευρικών κλονισμών, παράλυσης και στη συνέχεια αυτά τα συμπτώματα χρησιμοποιούνται ως δικαιολογίες για τη μη επίτευξη του στόχου. Όταν η οργανική κατωτερότητα του ατόμου δημιουργεί υπερβολικό πάθος για υπεροχή –καθώς υπάρχει σε κάθε άτομο τάση για υπεροχή– τότε είναι λιγότερο πιθανό να πραγματοποιηθούν οι στόχοι και το αποτέλεσμα, όπως ήδη αναφέραμε, είναι ο νευρικός κλονισμός. Αυτό ακριβώς το πρόβλημα εμφανίζεται στα όνειρα. Όλα τα όνειρα αφορούν το πρόβλημα ανωτερότητας-κατωτερότητας, και τα σύμβολα στα όνειρα σχετίζονται με αυτό το θέμα. Για παράδειγμα μία νίκη στο όνειρο μπορεί να αναπαρίσταται με ένα ανέβασμα στον ουρανό, η

αποτυχία με ένα γκρέμισμα στην άβυσσο ή ακόμα ένα σεξουαλικό όνειρο μπορεί να εκφράζει τον πόθο επικράτησης πάνω σε κάποιον άλλον (Hardfield, 1997).

Κατά τον Adler, κάθε όνειρο καθορίζεται πάντα από τον ατομικό στόχο υπεροχής και αποτελεί ένα μέρος του στιλ-σχήματος ζωής του (Adler, 1978). Ο στόχος του ονείρου υποστηρίζει ότι βρίσκεται στα συναισθήματα που αυτό προκαλεί, καθώς κάθε πρωί που ένας άνθρωπος ξυπνάει, το μόνο που έχει μείνει από το όνειρό του είναι όχι οι εικόνες ή η κατανόησή του, αλλά τα συναισθήματα που δημιουργήθηκαν κατά τη διάρκειά του και αναφέρει ότι «το όνειρο είναι το μέσο, το όργανο για να διεγείρει συναισθήματα. Ο σκοπός του ονείρου είναι το συναίσθημα που αφήνει πίσω του» (Adler, 1984).

Όταν κοιμόμαστε συνεχίζουμε να βρισκόμαστε σε επαφή με την πραγματικότητα. Έτσι, όταν είμαστε ξύπνιοι και μας απασχολούν προβλήματα ή είμαστε ταραγμένοι, τότε και κατά τη διάρκεια του ύπνου θα είμαστε ταραγμένοι με τη διαφορά ότι όταν κοιμόμαστε είμαστε μόνοι μας, οι απαιτήσεις της κοινωνίας δεν μας πιέζουν και δεν είμαστε υποχρεωμένοι να υπολογίζουμε με τα ίδια κριτήρια και εντιμότητα την κατάσταση γύρω μας (Adler, 1984).

Το καθήκον του ονείρου σε μια δύσκολη κατάσταση που αντιμετωπίζει ο άνθρωπος, είναι να αντιμετωπίσει τις δυσκολίες και να προσφέρει λύση στο πρόβλημα. Στόχος του είναι να υποστηρίζει το σχήμα ζωής του ατόμου ενάντια στις απαιτήσεις της κοινής λογικής. Τα συναισθήματα που δημιουργούνται σε ένα όνειρο πρέπει να συμφωνούν με το σχήμα ζωής του ατόμου, και όταν κάποιος δεν επιθυμεί να λύσει ένα πρόβλημα με την κοινή λογική, τότε υποστηρίζει την στάση του με μέσο τα όνειρά του. Έτσι, παρατηρούμε ότι, σύμφωνα με τον Adler, το όνειρο λειτουργεί ως ανταγωνιστής της κοινής λογικής και προκαλεί τα

συναισθήματα που έχει ανάγκη το άτομο, προκειμένου να υποστηρίξει το στίλ ζωής του. Σε ό,τι αφορά στην επιλογή εικόνων, γεγονότων και περιστατικών που εμφανίζονται στο όνειρο, το άτομο επιλέγει από τη μνήμη του μόνο εκείνα τα περιστατικά που μπορούν να εξυπηρετήσουν τον ατομικό του στόχο ανωτερότητας. Έτσι, είναι σαν μέσα από το όνειρο να εξαπατούμε τον εαυτό μας και κάθε όνειρο να λειτουργεί σαν μία αυτο-νάρκωση, αυτο-ύπνωση (Adler, 1984).

Ένα χαρακτηριστικό περιστατικό που αναφέρει ο Adler είναι το παρακάτω: «είναι ένας φοιτητής τη μέρα πριν τις εξετάσεις. Πρόκειται για ένα νέο άνδρα που είναι γνωστός τεμπέλης. Μπορούμε να μαντέψουμε τι θα συμβεί σε αυτόν. Όλη την ημέρα είναι γεμάτος ανησυχία, δεν μπορεί να συγκεντρωθεί και λέει τελικά: δε μου φτάνει ο χρόνος. Θέλει να αναβάλει τις εξετάσεις. Τη νύχτα βλέπει ένα όνειρο πως πέφτει κάτω. Και με αυτόν τον τρόπο εκδηλώνεται το στίλ ζωής του, γιατί χρειάζεται να δει ένα τέτοιο όνειρο για να πετύχει τον στόχο του» (Adler, 1978). Ένα όνειρο, λοιπόν, έχει σκοπό να προετοιμάσει το δρόμο που θα οδηγήσει στο άτομο στον προσωπικό του στόχο, υπεροχής-ανωτερότητας. Στο συγκεκριμένο όνειρο, ο στόχος είναι να δικαιολογήσει ο φοιτητής την αποτυχία του στις εξετάσεις, όχι με λογική σκέψη και με τη συνειδητοποίηση ότι βαριέται να διαβάσει, αλλά με το να εξαπατήσει τον εαυτό του, ταυτίζοντας τις εξετάσεις με το πέσιμο.

Άλλοι στόχοι που ίσως ένα όνειρο προσπαθήσει να εκπληρώσει, είναι η επιθυμία κάποιου ατόμου να βρίσκεται στο επίκεντρο του ενδιαφέροντος, να διατάζει και να εξουσιάζει τους άλλους ή να προσπαθεί να ξεφύγει από τις δύσκολες καταστάσεις της ζωής του. Βέβαια ακόμα ο σκοπός του ονείρου δεν εκφράζεται λογικά και απροκάλυπτα, αλλά μέσω των συναισθημάτων που

δημιουργεί και είναι αδύνατο να διασαφηνιστούν τελείως όλα τα σημεία του.

Σε ό,τι αφορά στην προφητική σημασία του ονείρου, ο Adler τη θεωρεί δεισιδαιμονία, καθώς κάθε όνειρο περιέχει κάποια αλήθεια και ο ονειρευόμενος απλώς σκέφτεται στον ύπνο του πράγματα που δεν σκέφτεται στον ξύπνιο του. Για παράδειγμα, αν κάποιος ονειρευτεί ότι θα πεθάνει κάποιος γνωστός του και πεθάνει όντως στην πραγματικότητα, αυτό δε σημαίνει ότι το όνειρο είναι προφητικό, αφού δεν προβλέπει πολλά περισσότερα από αυτά που θα προέβλεπε ένας γιατρός ή ένας ασθενής (Adler, 1978).

Όσον αφορά στους ανθρώπους εκείνους που δεν ονειρεύονται ποτέ, ο Adler υποστηρίζει ότι είναι αυτοί που δεν επιτρέπουν στον εαυτό τους να εξαπατηθούν, είναι δηλαδή λογικοί και αντιμετωπίζουν τα προβλήματά τους χωρίς υπεκφυγές. Ωστόσο, ο ίδιος επισημαίνει ότι όταν ένα όνειρο απαρτίζεται μόνο από λίγες εικόνες ή λίγες λέξεις, ο ονειρευόμενος επιδιώκει να αυταπατηθεί όσο πιο γρήγορα γίνεται (Adler, 1978).

2.4 ΝΕΟΤΕΡΕΣ ΚΑΙ ΣΥΓΧΡΟΝΕΣ ΘΕΩΡΗΣΕΙΣ ΤΟΥ ΟΝΕΙΡΟΥ / FROMM, LACAN, LEWIN, BION ΚΑΙ PONTALIS

Η φροϋδική θεωρία του ονείρου μπορούμε να πούμε ότι αποτέλεσε τον ακρογωνιαίο λίθο για τη μελέτη του φαινομένου τα επόμενα χρόνια, καθώς οι περισσότερες μετέπειτα θεωρίες στηρίχθηκαν σε αυτήν και τη συμπλήρωσαν. Παρακάτω θα αναφερθούμε συνοπτικά σε μερικές από αυτές.

Ένας από τους ψυχαναλυτές που ασχολήθηκε με τη μελέτη του ονείρου υπήρξε κι ο Fromm. Ο ορισμός που του έδωσε είναι ο εξής: «το όνειρο είναι μια γεμάτη νόημα και σημασία έκφραση κάθε είδους πνευματικής δραστηριότητας κάτω από την κατάσταση του ύπνου» (Fromm, 1975). Υποστήριζε ότι αν και όταν κοιμόμαστε είμαστε σωματικά ανίσχυροι ταυτόχρονα, είμαστε περισσότερο ελεύθεροι από ό,τι την ξύπνια κατάσταση, είμαστε επίσης περισσότερο έξυπνοι και σωστοί και σε θέση να κρίνουμε καλύτερα όταν κοιμόμαστε, καθώς η κουλτούρα και ο πολιτισμός της καθημερινής μας ζωής έχει καταστροφική επίδραση στις πνευματικές και ηθικές λειτουργίες μας. Αυτή η έλλειψη επαφής με τον πολιτισμό κατά τη διάρκεια του ύπνου, συμβάλλει στο να εμφανίζεται στα όνειρά μας και ο καλύτερος και ο χειρότερος εαυτός μας. Ο ορισμός του Fromm για το όνειρο βασίζεται στην θεωρία του Freud, αλλά σε πολλά σημεία έρχεται σε αντίθεση. Για παράδειγμα, πίστευε όπως ο Freud ότι τα όνειρα μπορεί να είναι έκφραση των πιο ταπεινών και παράλογων λειτουργιών του πνεύματός μας, αλλά συμπλήρωσε ότι μπορεί να είναι έκφραση συγχρόνως και των υψηλότερων και πολυτιμότερων λειτουργιών. Ακόμα διαφωνεί με την άποψη του Freud περί της κακότητας των παιδιών, επειδή δεν αναφέρει καθόλου τις θετικές ικανότητές τους, όπως ο αυθορμητισμός τους, η ακατάπαυστη προσπάθειά τους να

συλλάβουν τον κόσμο ή τη λεπτή τους κρίση για τους ανθρώπους (Fromm, 1975).

Ένας ακόμη ψυχαναλυτής που βασίστηκε στη φροϋδική θεωρία είναι και ο Lacan. Πιο συγκεκριμένα, η υπόθεσή του ότι το ασυνείδητο είναι δομημένο σαν γλώσσα μπορεί εξ αρχής να ενταχθεί στη φροϋδική θεωρία του ονείρου και συμφωνεί στο ότι τα δύο σημαντικότερα έργα του ονείρου είναι η συμπύκνωση και η μετάθεση. Εκτενέστερα υποστήριξε ότι ολόκληρη η διαδικασία του ονείρου είναι μία μετωνυμική διαδικασία και θεώρησε ότι οι ασυνείδητες διαδικασίες λειτουργούν όπως ορισμένα χαρακτηριστικά της γλώσσας (Dor, 2007). Κατά την ανάλυση ενός ονείρου το υποκείμενο καλείται με τους ελεύθερους συνειρμούς να αναφέρει ό,τι του έρχεται στο μυαλό. Οι λέξεις, όμως, που χρησιμοποιεί δεν θα πρέπει να θεωρούνται στοιχεία του αναζητούμενο νοήματος, καθώς αυτές είναι τα σημαίνοντα στοιχεία και όχι τα σημαινόμενα (Rasmussen, 2006). Ο Lacan πιο συγκεκριμένα αναφέρει ότι «η γλώσσα των ονείρων, μας υπενθυμίζει ότι αυτό που αποκαλούμε πραγματικότητα έχει υποστεί επεξεργασίες και μετασχηματισμός μέσα στο ψυχο-νοητικό μας όργανο με τον ίδιο τρόπο που η γλώσσα μετασχηματίζει και δημιουργεί νοήματα μέσα από την πληθώρα των λέξεων και των γραμματικών κανόνων» (Μπέιτμαν και Χόλμς, 2001). Κατά τον Lacan, λοιπόν, το ασυνείδητο δεν είναι κάτι μακρινό και ακατανόητο, αλλά είναι σαν μια σειρά από γλωσσολογικούς κανόνες που να γίνει κατανοητό απαιτείται το κείμενο των ονείρων. Ένα καλό όνειρο είναι αυτό στο οποίο τα συναισθήματα αναπαρίστανται συμβολικά με κατανοητό τρόπο (Müller & Richardson, 1994).

Μια ακόμα σημαντική τομή στην ψυχαναλυτική κατανόηση των ονείρων αποτελεί η εισαγωγή της έννοιας «οθόνη του ονείρου»

από τον Lewin, ο οποίος έδωσε αυτήν την ονομασία παρατηρώντας τον κινηματογραφικό τρόπο με τον οποίο παρουσιάζονται τα όνειρα. Στο ερώτημα που τον απασχόλησε τι πράγμα είναι αυτή η οθόνη, απάντησε ότι είναι το μητρικό στήθος (Μπέιτμαν και Χόλμς, 2001). Το όνειρο, λοιπόν, σύμφωνα με τον Lewin, αναπαράγει απλώς την πρωταρχική σκηνή. Η οθόνη είναι η αναπαράσταση κατά την οποία αναπαράγεται η εμπειρία του θηλασμού που έχει το βρέφος λίγο πριν κοιμηθεί. Γίνεται συγχώνευση του μητρικού στήθους και του δέρματος του βρέφους. Άρα τελικά η «οθόνη του ονείρου» παρά το δέρμα του ονειρευόμενου υποκειμένου (Κούκης, 2004).

Ένας ακόμη ψυχαναλυτής που ήρθε σε αντίθεση με τη φροϋδική θεωρία των ονείρων ήταν και ο Bion, ο οποίος υποστήριξε ότι το όνειρο προέρχεται αποκλειστικά από το νευρωτικό τμήμα της προσωπικότητας και ότι για να χαρακτηριστεί ως τέτοιο θα πρέπει να εμφανίζει τα εξής στοιχεία: οπτικές εικόνες, συναισθήματα που να συνδέονται με αυτές τις εικόνες και την ικανότητα για την κινητοποίηση της συνειρμικής διαδικασίας. Ακόμη υποστήριξε ότι το όνειρο δεν προέρχεται από ασυνείδητο, αλλά από το ασυνείδητο «εν εγρηγόρσει» που είναι μία διαρκής διαδικασία πρωτίστως της εν γρηγόρσει ζωής και δευτερευόντως της ζωής κατά τη διάρκεια του ύπνου (Κούκης, 2004).

Από την άλλη, ο Pontalis, παρομοίωσε το όνειρο με ένα εργαστήριο, στο οποίο μεταμορφώνονται οι αισθήσεις, τα κατάλοιπα της προηγούμενης ημέρας, πρόσωπα και αναμνήσεις, άνθρωποι και τόποι. Το όνειρο λέει είναι μία μετακίνηση, μία μεταφορά του νου και μοίρα του είναι η λήθη. Θλιβόμαστε όταν φεύγουμε από το όνειρο, όχι τόσο γιατί χάσαμε τις εικόνες του, αλλά επειδή δεν είμαστε πια σε κίνηση ή επειδή η σεξουαλική διέγερση του νου έχει σταματήσει. «Το αποτέλεσμα του ονείρου είναι ευνοϊκό, το πνεύμα

σε εγρήγορση, αχόρταγο, περίεργο για το ίδιο και για τα έργα του»
(Pontalis, 2000).

2.5 ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΤΙΚΑ-ΤΥΠΙΚΑ ΟΝΕΙΡΑ

Αν και κατά κανόνα κάθε όνειρο στηρίζεται στο συγκεκριμένο άτομο που το διηγείται και στις προσωπικές ασυνείδητες σκέψεις του, υπάρχουν όνειρα που παρά την ελευθερία του ατόμου να διαμορφώνει τον ονειρικό του κόσμο, με βάση την ατομική του ιδιαιτερότητα, τα ονειρεύεται σχεδόν κάθε άνθρωπος, με τον ίδιο μάλιστα τρόπο, και είναι πιθανόν να προέρχονται από τις ίδιες πηγές σε όλους τους ανθρώπους. Τέτοιου είδους όνειρα που μπορούμε να πούμε ότι διαθέτουν μία οικουμενική, συμβολική διάσταση είναι μερικά απ' τα ακόλουθα: το όνειρο με την αμηχανία, λόγω γύμνιας, τα όνειρα για το θάνατο αγαπημένων προσώπων, το όνειρο των εξετάσεων, τα όνειρα πτήσης ή πτώσης, τα οιδιπόδεια όνειρα, τα όνειρα με άγχος ευνουχισμού, τα όνειρα οδοντικού περιεχόμενου ή όνειρα με άγρια ζώα.

Στο σημείο αυτό θα εστιάσουμε σε ορισμένα από τα παραπάνω όνειρα. Ένα από τα όνειρα που συναντάται πολύ συχνά και οι περισσότεροι από μας το έχουν ονειρευτεί, είναι αυτό της γύμνιας. Είναι χαρακτηριστικό ότι πολλές φορές, όταν κάποιος βλέπει ότι είναι γυμνός ή μισοντυμένος, δεν αισθάνεται αμηχανία ή ντροπή για αυτήν του την κατάσταση. Το όνειρο όμως αξίζει το ενδιαφέρον των ψυχαναλυτών, όταν ο ονειρευόμενος αισθάνεται ντροπή και θέλει να φύγει ή να κρυφτεί από το συγκεκριμένο μέρος ή ότι θέλει να φύγει, αλλά δεν μπορεί από αυτό. Πρόκειται για μία «οδυνηρή αίσθηση αιδούς» που το άτομο νιώθει ανίκανο να ξεφύγει από αυτήν (Freud, 1995). Τα άτομα μπροστά στα οποία ο ονειρευόμενος νιώθει αμηχανία, λόγω της γύμνιας του, συνήθως του είναι ξένα και ακαθόριστα, δεν τον προσβάλουν, δεν τον κοιτάζουν περίεργα, δεν του κάνουν παρατηρήσεις, αλλά αντίθετα παραμένουν αδιάφορα και τυπικά. Η αμηχανία του ονειρευόμενου

και η αμηχανία των παρευρισκόμενων στο όνειρο δημιουργούν μία αντίφαση, καθώς σύμφωνα με το συναίσθημα του ονειρευόμενου θα περιμείναμε την κοροϊδία των ξένων ή τουλάχιστον το απορημένο βλέμμα τους (Freud, 1995).

Στο όνειρο γύμνιας το λανθάνον περιεχόμενό του κρύβει επιθυμίες που έχουν απωθηθεί. Αυτό το όνειρο μπορεί να προέρχεται από αναμνήσεις της παιδικής ηλικίας, κατά την οποία ένα γυμνό παιδί δε σοκάρει τους γύρω του και είναι αποδεκτό στα μάτια όλων. «Αυτή η χωρίς αιδώ παιδική ηλικία, μας φαίνεται αναδρομικά σαν παράδεισος, κι ο ίδιος ο παράδεισος δεν είναι τίποτα άλλο παρά η μαζική φαντασίωση του ατόμου για την παιδική ηλικία. Γι' αυτό και στον παράδεισο οι άνθρωποι είναι γυμνοί και δεν ντρέπονται ο ένας τον άλλον, ώσπου έρχεται μία στιγμή όπου αφυπνίζονται η αιδώς και το άγχος, γίνεται η έξωση και αρχίζει η σεξουαλική ζωή και η πολιτιστική εργασία. Σε αυτόν τον παράδεισο λοιπόν μπορεί να μας μεταφέρει κάθε βράδυ το όνειρο» (Freud, 1995).

Τα όνειρα, λοιπόν, της γύμνιας μπορούν να χαρακτηριστούν ως όνειρα επιδειξιμανίας. Πολλά παιδιά νιώθουν ευχάριστα να είναι γυμνά, και έχουν τάση να δείχνουν τα γενετικά τους όργανα. Αυτή η παιδική παρόρμηση εμφανίζεται συχνά στο όνειρο με το άτομο να αναζητά την αναπαραγωγή και την επανάληψη εκπλήρωσης μιας επιθυμίας που βιώθηκε στις απαρχές της σεξουαλικής του ζωής (Βασματζίδης, 2001). Το όνειρο γύμνιας μπορεί κάλλιστα να παραλληλιστεί με το γνωστό παραμύθι του Andersen, *Τα καινούργια ρούχα του αυτοκράτορα*, στο οποίο δύο απατεώνες φτιάχνουν στον αυτοκράτορα μία πολύτιμη ενδυμασία, η οποία γίνεται ορατή μόνο στους καλούς και τους πιστούς, και οι περισσότεροι άνθρωποι τρομαγμένοι προσποιούνται ότι δεν παρατηρούν τη γύμνια του αυτοκράτορα (Freud, 1995).

Ένα ακόμη χαρακτηριστικό όνειρο είναι αυτό που αφορά στο θάνατο αγαπημένων προσώπων. Συνήθως τα άτομα που εμφανίζονται στα όνειρα να έχουν πεθάνει, είναι πολύ κοντινοί συγγενείς, γονείς, αδέρφια και παιδιά. Τα συγκεκριμένα όνειρα διακρίνονται εξαρχής σε δύο κατηγορίες: σε αυτά που υπάρχουν ίχνη πένθους και οδύνης και σε αυτά που δεν υπάρχει κανένα ίχνος πένθους και πόνου και ξυπνώντας απορούμε με τα συναισθήματά μας και την αναισθησία μας. Στα όνειρα, στα οποία ο ονειρευόμενος δεν αισθάνεται οδύνη, στην ανάλυσή τους δείχνουν να σημαίνουν κάτι πολύ διαφορετικό, να απευθύνονται στην εκπλήρωση μιας άλλης επιθυμίας, όπως για παράδειγμα ότι ο ονειρευόμενος θέλει να δει πολύ σύντομα το πρόσωπο που βλέπει ως πεθαμένο. Αντίθετα, όταν το όνειρο θανάτου συνοδεύεται με συναισθήματα λύπης και πένθους, το όνειρο σημαίνει, σύμφωνα με τον Freud, ότι ακριβώς δηλώνει το περιεχόμενό του, την επιθυμία δηλαδή να πεθάνει το αναφερόμενο πρόσωπο ή ότι έστω, κάποτε στην παιδική μας ηλικία, έχουμε επιθυμήσει το θάνατό του (Freud, 1995).

Πολλά άτομα, λοιπόν, είναι δυνατό να φέρουν στο ασυνείδητό τους παιδικές κακόβουλες επιθυμίες εναντίον αγαπημένων τους προσώπων και να εκπληρωθούν αυτές στα όνειρά τους στην ενήλικη ζωή. Αυτή η επιθυμία εμφανίζεται πολλές φορές σε ένα παιδί για τα αδέρφια του, καθώς οι εχθρικές παρορμήσεις των περισσότερων για αυτά είναι αδιαμφισβήτητες, λόγω της εγωιστικής τάσης των παιδιών για την ικανοποίηση των αναγκών τους και της αντίληψης που διαμορφώνουν ότι τα αδέρφια τους είναι ανταγωνιστές τους. Σε αυτό το σημείο πρέπει να λάβουμε υπόψη ότι τα παιδιά έχουν διαφορετική αντίληψη για το θάνατο από ό,τι έχουν οι ενήλικες, αφού θεωρούν ότι όταν ένα άτομο πεθαίνει, απλώς φεύγει.

Τα όνειρα που παρουσιάζουν το θάνατο των γονέων, αφορούν κυρίως το γονέα του ίδιου φύλου και σχετίζονται με το οιδιπόδειο σύμπλεγμα, σύμφωνα με το οποίο το αγόρι βλέπει τον πατέρα και το κορίτσι τη μητέρα ως ερωτικό ανταγωνιστή που από τον παραγκωνισμό του μόνο όφελος μπορεί να προκύψει (Βασματζίδης, 2001).

Σε ό,τι αφορά στο τυπικό όνειρο των εξετάσεων, παρατηρούμε ότι πολλά άτομα, τα οποία έχουν ολοκληρώσει τις σπουδές τους και τις εξετάσεις τους, επιμένουν ακόμη να βλέπουν όνειρα άγχους, ότι δίνουν εξετάσεις και ότι αποτυγχάνουν ή ότι πρέπει να επαναλάβουν την τάξη. Είναι χαρακτηριστικό ότι αυτά τα αγχώδη όνειρα των εξετάσεων παρατηρούνται στους επιτυχόντες κι όχι στους αποτυχόντες και εμφανίζονται κυρίως όταν την επόμενη ημέρα πρέπει να φέρουν εις πέρας μία υπεύθυνη εργασία ή να λύσουν κάποιο πρόβλημα. Είναι σαν να λένε στον εαυτό τους «μη φοβάσαι για αύριο, σκέψου πόσο φοβήθηκες τότε, κι όμως δεν έπαθες τίποτε» (Freud, 1995). Ακόμα, αυτό το όνειρο να εκφράζει το φόβο της αποτυχίας που συνεπαγόταν με την αρνητική γονεϊκή κριτική και την τιμωρία για κάτι που δεν έγινε σωστά (Βασματζίδης, 2001).

Εδώ, θα αναφερθούμε επίσης και στα όνειρα που αφορούν στο άγχος του ευνουχισμού και τα οποία παρουσιάζονται μέσω της διεργασίας του ονείρου με τις εξής συμβολικές παραστάσεις: τη φαλάκρα, το κόψιμο των μαλλιών, το πέσιμο των δοντιών ή τον αποκεφαλισμό. Με αυτά τα όνειρα συνδέονται και τα όνειρα επίδειξης του αιδίου. Όταν μία γυναίκα εμφανίζεται στο όνειρο ενός άνδρα να επιδεικνύει κοροϊδευτικά το αιδίο της, τον αντιμετωπίζει ως δειλό και ευνούχο. Άνδρες που βλέπουν τέτοιου είδους όνειρα, έχουν άγχος ευνουχισμού. Όνειρο αντίστασης στον ευνουχισμό αποτελεί η εμφάνιση ενός συμβόλου του πέους ή η εμφάνιση της

σαύρας με το συμβολισμό ότι όπως κόβεται η ουρά της και μεγαλώνει ξανά, κατά τον ίδιο τρόπο επανέρχεται και η στύση του πέους.

Έχοντας αναφέρει έως εδώ, λοιπόν, μερικές από τις κυριότερες ψυχαναλυτικές θεωρήσεις που αφορούν στο όνειρο, τα αίτια και την ερμηνεία του, θα παρουσιάσουμε στη συνέχεια το πώς μπορεί το όνειρο να λειτουργήσει στην ψυχοθεραπεία και στην ομαδική ανάλυση.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 3

Η ΣΧΕΣΗ ΤΟΥ ΟΝΕΙΡΟΥ ΜΕ ΤΙΣ ΠΝΕΥΜΑΤΙΚΕΣ ΔΙΑΤΑΡΑΧΕΣ ΚΑΙ ΤΗ ΘΕΡΑΠΕΙΑ

3.1 ΤΟ ΟΝΕΙΡΟ, Η ΝΕΥΡΩΣΗ ΚΑΙ Η ΨΥΧΩΣΗ

Ο Freud αρχικά, στα πρώτα χρόνια που ασχολήθηκε με την ανάλυση και ερμηνεία του ονείρου, το παρομοίωσε με τον έρωτα και το θάνατο και το χαρακτήρισε ως «ομαλό πρότυπο των παθολογικών παθήσεων», παραλληλίζοντας τη διεργασία του με τη διαδικασία με την οποία συγκροτούνται οι ψυχώσεις. Συγκεκριμένα ανέφερε στην *Ερμηνεία των ονείρων* «εργαζόμαστε για την διαλεύκανση των ψυχώσεων, όταν προσπαθούμε να φωτίσουμε το μυστικό του ονείρου» (Freud, 1995).

Το νευρωτικό όνειρο, και σε αντίθεση με το ψυχωτικό, είναι αυτό που συναντάται στο φυσιολογικό ονείρεμα του ανθρώπου. Αργότερα, από το 1915 και μετά, τροποποίησε κατά ένα μέρος τη θεωρία του, διαπιστώνοντας την καταλυτική διαφορά που υπάρχει ανάμεσα στη διεργασία του ονείρου και στη διαδικασία βάσει της οποίας συγκροτούνται οι ψυχώσεις και ιδιαίτερα η σχιζοφρένεια. Η διαπίστωση της διαφοράς αυτής συνιστάται στο γεγονός ότι το όνειρο (νεύρωση) προϋποθέτει για να υπάρξει μια σημαντική υπέρβαση του πρωτογενούς ναρκισσισμού, εκ μέρους του ονειρευόμενου-νευρωτικού υποκειμένου (υπό την έννοια της παλινδρόμησης της λίμπιντο σε μία αρχαϊκή ναρκισσιστική κατάσταση) ενώ η ψύχωση από την άλλη προϋποθέτει την καθήλωση του υποκειμένου στον πρωτογενή ναρκισσισμό (Κούκης, 2004).

Σε ό,τι αφορά στον όρο «ψύχωση» (από τότε που σταμάτησε να συγχέεται με την υστερία) σύμφωνα με τον Freud καλύπτει τις εξής περιπτώσεις: την άνοια, η οποία αποτελεί και την πιο βαριά ψυχωτική διαταραχή, η παράνοια, τη σχιζοφρένεια, την παρανοϊκή σχιζοφρένεια, τις ναρκισσιστικές ψυχονευρώσεις και τη μανιοκατάθλιψη. Η ψύχωση απαρνείται την πραγματικότητα και ζητά να την αντικαταστήσει με έναν αυτοπλαστικό τρόπο σε αντίθεση με τη νεύρωση, η οποία δεν αρνείται την πραγματικότητα, αλλά δεν θέλει να γνωρίζει τίποτε για αυτήν. Πρόκειται για μια διαφορά απάρνησης και αδιαφορίας. Είναι γεγονός πάντως ότι τόσο η νεύρωση, όσο και η ψύχωση αντλούν το υλικό τους από τον κόσμο της φαντασίωσης, ο οποίος είναι ο κόσμος της πρωταρχικής επιθυμίας και ικανοποίησης που βρίσκεται το βρέφος, πριν αυτό εισέλθει στην αρχή της πραγματικότητας (Κούκης, 2004).

Ο Freud συνδέοντας άμεσα τον τρόπο που παρουσιάζεται το όνειρο με την ψύχωση, υποστήριξε ότι η «τοπική παλινδρόμηση», με την οποία επιτελείται η διεργασία της απεικόνισης, αποτελεί τη βασική προϋπόθεση τόσο του νευρωτικού, όσο και του ψυχωτικού ονείρου. Η μετατροπή των αναπαραστάσεων σε οπτικές εικόνες δεν παρατηρείται μόνο στο όνειρο, αλλά και στις ψευδαισθήσεις και στα οράματα που εμφανίζονται τόσο υπό συνθήκες υγείας, όσο και ως συμπτώματα ψυχονευρώσεων. Το πρωτότυπο της εικονοποίησης, στο οποίο βασίζεται το νευρωτικό όνειρο εντοπίζεται στην ίδια την ψυχωτική διαδικασία (Freud, 1995).

Το όνειρο, λοιπόν, είναι δυνατό να στραφεί είτε προς τη νευρωτική κατεύθυνση, που αν και εμπλέκεται σε μία ψυχωτική διαδικασία, δεν θα αποκτήσει παραληρηματική μορφή, είτε προς την ψυχωτική κατεύθυνση και θα εμφανιστεί τότε ως παραλήρημα. Βέβαια, ο παραλογισμός στο όνειρο δεν θα πρέπει σε καμία περίπτωση να θεωρηθεί ότι δηλώνει παράλυση της ψυχικής

δραστηριότητας, αλλά είναι ένα από τα παραστατικά μέσα της διεργασίας του ονείρου (Κούκης, 2004).

Η ψύχωση αποτελεί κατά έναν τρόπο την παραφθορά της διεργασίας του ονείρου. Η φαντασίωση της επιθυμίας που αποεπενδύθηκε από το ασυνείδητο, προσέφυγε στο συνειδητό και μετά από μία πολύ ισχυρή άμυνα εναντίον της, εκ μέρους του συνειδητού, δεν μπορεί να μετασχηματιστεί σε όνειρο (όπως συμβαίνει στην περίπτωση της νεύρωσης). Έτσι, λοιπόν, κατά την εγρήγορση η φαντασίωση εξέρχεται άμεσα στην συνείδηση και παίρνει τη μορφή μιας νόμιμης πράξης ή ψευδαίσθησης κι όχι παραληρήματος. Στο ψυχωτικό όνειρο η λογοκρισία εμφανίζεται παθολογικά εξασθενημένη, ενώ στο νευρωτικό υπάρχει μία ήπια-λογική εξασθένιση της λογοκρισίας (Κούκης, 2004).

Μετά το 1921, ο Freud υποστήριξε ότι ακόμα και στην περίπτωση της ψύχωσης, το νευρωτικό τμήμα του εαυτού στο βάθος παραμένει άθικτο ή ικανό να επαναδραστηριοποιηθεί. Ακόμα ότι τα όνειρα αποτελούν έναν τρόπο του σκέπτεσθαι και «έναν μετασχηματισμό που υφίσταται το προσυνειδητό υλικό της σκέψης από τη διεργασία του ονείρου και τις συνθήκες της» (Κούκης, 2004). Επίσης, σε ό,τι αφορά την σχέση ονείρου και ψύχωσης, ο Freud είχε παρατηρήσει στο βιβλίο *Μελέτες για την υστερία* ότι «ενώ οι ονειρικές μας ψυχώσεις δεν επηρεάζουν την κατάσταση αγρύπνιας μας, τα προϊόντα των υπνοειδών καταστάσεων, επεκτείνονται στην άγρυπνη ζωή ως υστερικά [ψυχωτικά] φαινόμενα» (Freud, 2002).

Στην *Ερμηνεία των ονείρων* ο Freud είχε παρατηρήσει ότι συχνά το πρώτο ξέσπασμα της παράνοιας χρονολογείται από την στιγμή ενός τρομακτικού ονείρου και ότι η κυρίαρχη ιδέα της ψύχωσης σχετίζεται με το όνειρο αυτό. Η ψύχωση, λοιπόν, μπορεί να εκδηλωθεί ξαφνικά με ένα δραστικό όνειρο, το οποίο περιέχει

την παρανοϊκή εξήγηση, αλλά μπορεί επίσης να αναπτυχθεί αργά με πρόσθετα όνειρα. Επίσης, παρατήρησε και ανέφερε ότι σε περιπτώσεις ανάρρωσης από μία ψύχωση, κι ενώ κατά την ημέρα το άτομο είναι υγιές, η ονειρική του ζωή μπορεί να παραμένει καθλωμένη στην ψύχωση (Freud, 1995).

Μετά από όλα αυτά, καταλήγει στο ότι υπάρχει τελικά εσωτερική συγγένεια μεταξύ ονείρου και πνευματικής διαταραχής και παραθέτει μερικές απόψεις όπως αυτήν του Kant ότι «ο τρελός είναι ο ονειρευόμενος στην αγρύπνια» ή του Schopenhauer που αποκαλεί το όνειρο σύντομη τρέλα και την τρέλα ένα μακρύ όνειρο ή την άποψη του Radestock ότι η παράνοια που είναι ένα ανώμαλο και νοσηρό φαινόμενο, πρέπει να θεωρείται μία επίταση της περιοδικά επανερχόμενης ομαλής κατάστασης του ονείρου (Freud, 1995).

Σε αντίθεση με τον Freud, ο Bion θα διαφοροποιήσει εξολοκλήρου το ψυχωτικό από το νευρωτικό όνειρο και θα αμφισβητήσει επίσης την ικανότητα του ψυχωτικού υποκειμένου να ονειρεύεται (με την νευρωτική έννοια) εάν δεν έχει υποβληθεί κι ολοκληρώσει μία ψυχαναλυτική θεραπεία. Συμφωνεί με τον Freud στην άποψη ότι το ασυνείδητο του ψυχωτικού είναι αποεπενδυμένο και η συνείδησή του υπερεπενδυμένη από το Αυτό. Το νευρωτικό υποκείμενο φοβάται το ενδεχόμενο ότι οι συνεχείς συνειδητοποιήσεις των ασυνείδητων συγκρούσεων του, θα τον οδηγήσουν σε πλήρη αποεπένδυση του ασυνείδητου και συνεπώς στην ψύχωση. Ο ψυχωτικός από την άλλη, φοβάται το ενδεχόμενο ότι η μεγάλη επαφή της συνείδησής του με το ασυνείδητό του θα οδηγήσει στην ολοκληρωτική απώλεια αυτής (Κούκης, 2004).

Κατά τον Bion, ο ψυχωτικός έχει καταστρέψει κατά ένα μεγάλο μέρος την σκέψη του κι αυτό έχει σαν αποτέλεσμα να αδυνατεί να συγκροτήσει ένα σύνολο ασυνείδητων σκέψεων (λανθάνον

περιεχόμενο) οι οποίες θα πάρουν τη μορφή έκδηλου περιεχομένου (νευρωτικό όνειρο). Βέβαια, τόσο στο ψυχωτικό, όσο και στο νευρωτικό υποκείμενο εκείνο που είναι σημαντικό, δεν είναι το λανθάνον περιεχόμενο, αλλά η συναισθηματική εμπειρία, βάσει της οποίας αυτό θεμελιώνεται. Ο ψυχωτικός, όμως, στερείται μιας τέτοιας εμπειρίας και δεν μπορεί να παράγει ένα τέτοιο όνειρο με τη μορφή ενός έκδηλου περιεχομένου με τη νευρωτική έννοια, καθώς ό,τι παρουσιάζεται ως τέτοιο είναι ένα συνειδητό δημιούργημα. Το όνειρο, και συγκεκριμένα το έκδηλο περιεχόμενό του, προκύπτει δια μέσου του παραληρήματος. Ο ψυχωτικός λογοκρίνει τα ίδια τα όνειρά του, κατά κάποιον τρόπο τα ακυρώνει, έτσι ώστε να τα επαναφέρει δια της παραληρηματικής οδού (Κούκης, 2004).

Σύμφωνα με τη θεωρία, ωστόσο, του Lacan για την ψύχωση, αυτή δεν έγκειται στην αποκοπή του ατόμου από την πραγματικότητα, αλλά στην πάνω από το λογικό όριο επαφή που ενέχει με αυτήν και με αυτό που το ίδιο το υποκείμενο αποκαλεί «πραγματικό», δηλαδή την απογυμνωμένη από κάθε συμβολική και φαντασιακή επένδυση πραγματικότητα (Κούκης, 2004).

Κατά την Klein, οι ψυχώσεις αποτελούν παθολογικό αποτέλεσμα μιας ελλιπούς μετάβασης μεταξύ τριών σταδίων. Από το σαδιστικό-στοματικό στην παρανοειδή-σχιζοειδή θέση και στη συνέχεια τη μετάβαση από την παρανοειδή-σχιζοειδή θέση στην καταθλιπτική θέση εκ μέρους του υποκειμένου κυρίως κατά τον πρώτο χρόνο της ζωής του (Arnoux, 2007). Το όνειρο είναι αυτό που αναπαριστά τους τρόπους με τους οποίους το άτομο προσπαθεί να διαχειριστεί την καταθλιπτική θέση στην οποία έχει εισέλθει ή πρόκειται να εισέλθει. Η καθήλωση στο σαδιστικό-στοματικό στάδιο αποκλείει την παραγωγή ενός νευρωτικού ονείρου (Κούκης, 2004).

Θεωρώντας, λοιπόν, μέχρι τούδε μερικές από τις απόψεις των ψυχαναλυτών που αφορούν στην σχέση ψύχωσης και ονείρου, θα αναφερθούμε εν συνεχεία σε όνειρα που σύμφωνα με μελέτες παρατηρούνται κοινά σε κάποιες ψυχώσεις. Πιο συγκεκριμένα, οι καταθλιπτικοί περιγράφουν σύντομα όνειρα που συχνά δεν τα θυμούνται, που δεν τα χαρακτηρίζει θυμός και που δεν εμφανίζονται σε αυτά άγνωστα άτομα. Τα αυτοκαταστροφικά άτομα βλέπουν όνειρα με στοιχεία βίας και θανάτου. Στα ανορεκτικά άτομα συναντάμε όνειρα που τα χαρακτηρίζουν οι παραμορφωμένες εικόνες του εαυτού του υποκειμένου, δυσφορία με αισθητηριακο-κιναισθητικά, απουσία επιθετικότητας, εδεσμάτων και σεξουαλικών στοιχείων, καθώς και η ανάκλησή τους είναι δύσκολη. Επιπροσθέτως, οι γυναίκες με προεμμηνόρρυσιακή διαταραχή έχουν πολλαπλές αφυπνίσεις, λόγω αγχωδών ονείρων με δυσάρεστο περιεχόμενο. Παρ' όλα αυτά, είναι δυνατό να συμβαίνει και το αντίθετο. Δηλαδή το περιεχόμενο του ονείρου να επηρεάζει την ψυχική διάθεση του ατόμου και όχι μόνο η συμπτωματολογία της ψυχικής πάθησης, την ονειρική δραστηριότητα (Βασματζίδης, 2001).

3.2 ΤΟ ΟΝΕΙΡΟ ΣΤΗ ΘΕΡΑΠΕΙΑ ΚΑΙ ΤΗΝ ΟΜΑΔΙΚΗ ΑΝΑΛΥΣΗ

Το όνειρο, αν και η αλήθεια είναι ότι δεν έχει μελετηθεί πολύ και δεν έχει πάρει τη θέση που του αρμόζει σε σχέση με την ψυχοθεραπεία, πήρε τη θέση που έχει σε αυτήν από τότε που ο Freud το χαρακτήρισε ως τη βασική οδό για το ασυνείδητο. Το να δουλεύει ένας θεραπευτής με τα όνειρα στη θεραπεία συνεπάγεται την πίστη του ότι κατά κάποιον τρόπο αυτά ενέχουν ψυχολογικά σημαντικό νόημα και κλινική αξία (Pesaut-Zadra, 2004).

Είναι γεγονός ότι παρανοήσεις που υπάρχουν σχετικά με τα όνειρα και την ερμηνεία τους, δυσκολεύουν αρκετά τη χρήση τους μέσα στη θεραπεία. Για παράδειγμα κάποιοι κλινικοί, θεωρούν τα όνειρα χωρίς ψυχολογικό νόημα, αντι-επιστημονικό αντικείμενο για μελέτη και η ανάλυσή τους αφορά μόνο στην ψυχανάλυση ή στην μακροχρόνια ψυχοθεραπεία. Σε μικρής διάρκειας θεραπεία (όπως μιας εβδομάδας) ο ασθενής μετά την περιγραφή ενός ονείρου του έχει πολύ λίγο χρόνο για την ανάλυσή του, με βάση τους ελεύθερους συνειρμούς κάθε μέρους του, διαδικασία η οποία είναι εξουθενωτική (Lane-Harris, 2002).

Ακόμα κάποιοι κλινικοί δουλεύουν με τα όνειρα μόνο περιστασιακά, καθώς η διαδικασία είναι πολύ απαιτητική και δεν αισθάνονται ικανοί ή έμπειροι, για να ασχοληθούν με κάτι τέτοιο και να έχουν αποτελέσματα. Παρ' όλες αυτές τις επιφυλάξεις, πρόσφατα στοιχεία δείχνουν ένα αυξημένο ενδιαφέρον στην κλινική χρήση του ονείρου και αυξανόμενο επίσης αριθμό μελετών που επικεντρώνονται στη θεραπευτική χρήση και στην αποτελεσματικότητα της εργασίας με το όνειρο. Ακόμα κι άλλοι κλάδοι της ψυχολογίας, όπως αυτοί των συμπεριφοριστών,

δείχνουν κι αυτοί σιγά-σιγά ενδιαφέρον για την ενσωμάτωση του ονείρου στην πρακτική τους (Pesaut-Zadra, 2004).

Για κάποιους από τους θεραπευτές λοιπόν η θεραπεία η οποία βασίζεται κατά ένα μέρος στο όνειρο είναι ένας ιδιαίτερος τρόπος χρησιμοποίησης αυτού που οδηγεί στην εξέλιξη της προσωπικής επίγνωσης και κατανόησης των ανθρώπινων κινήτρων, συμπεριφοράς και προσωπικότητας. Μερικοί σταματούν σε αυτό το σημείο. Άλλοι το χρησιμοποιούν στοχεύοντας σε αλλαγές σε ατομικά χαρακτηριστικά ή σε αλλαγές που αφορούν στη διαχείριση των ανθρώπινων σχέσεων και στην κατανόησή τους ή και για την ανάλυση εσωτερικών συναισθηματικών συγκρούσεων (www.sciencedirect.com).

Ένας από τους ψυχοθεραπευτές, ο οποίος χρησιμοποίησε το όνειρο στην πρακτική του, είναι ο Robert Langs. Σύμφωνα με τον ίδιο, το έκδηλο περιεχόμενο που εμφανίζεται στο όνειρο είναι συνειδητές κι όχι ασυνείδητες φαντασιώσεις, βιώνονται απλά σε μία διαφορετική κατάσταση συνειδητότητας και μπορούν να ανακαλούνται από το άτομο σε κατάσταση εγρήγορσης. Θεώρησε ότι υπάρχουν τρία επίπεδα δυνατής εργασίας με τα όνειρα. Το πρώτο επίπεδο σχετίζεται με το έκδηλο περιεχόμενο, χωρίς τους συνειρμούς. Όταν το έκδηλο περιεχόμενο του ονείρου υποδηλώνει κάτι πολύ σημαντικό ή πιεστικό και απαιτεί έρευνα ή σχολιασμό οποιαδήποτε ώρα, είναι δυνατό να μη χρησιμοποιηθούν ελεύθεροι συνειρμοί και το γενικό πλαίσιο του ονείρου.

Το δεύτερο επίπεδο εργασίας με το όνειρο επικεντρώνεται στο έκδηλο περιεχόμενο του ονείρου όπως αυτό υπάρχει και εκφράζεται στο συγκεκριμένο γενικό πλαίσιο που αναφέρεται. Το γενικό πλαίσιο συνήθως καθορίζεται από τα υπολείμματα της ημέρας ή από γεγονότα που επέσπευσαν το όνειρο. Το έκδηλο περιεχόμενο του ονείρου στο γενικό πλαίσιο αποτελεί αντανάκλαση

υλικού που ανακινείται από το συνειδητό, από το ασυνείδητο Υπερεγώ και από διάφορες λειτουργίες του Εγώ, αλλά και από τις αντικειμενότροπες σχέσεις και τους αμυντικούς μηχανισμούς (Βασματζίδης, 2001). Σε αυτό το επίπεδο, ο θεραπευτής θα επιχειρήσει να ερμηνεύσει, αφού θα έχει εξαντλήσει όλες τις προσπάθειές του για να εξασφαλίσει όλους τους συνειρμούς που είναι δυνατόν να δημιουργηθούν.

Το τρίτο επίπεδο εργασίας περιλαμβάνει τους συνειρμούς του ονειρευόμενου και κατευθύνεται προς την κατανόηση της διεργασίας του ονείρου και τις σχέσεις του με το λανθάνον περιεχόμενό του. Οι συνειρμοί για α στοιχεία του ονείρου αποτελούν σωματικούς δρόμους για κατανοήσεις στη θεραπεία. Συχνά οδηγούν στο λανθάνον περιεχόμενο, το οποίο δεν θα μπορούσε να προβλέψει ο ασθενής μόνο από το έκδηλο όνειρο ή το γενικό πλαίσιο. Μπορούμε να θεωρήσουμε ότι το έκδηλο περιεχόμενο του ονείρου με ή και χωρίς τους ελεύθερους συνειρμούς, είναι σημαντική πηγή κατανόησης ασυνείδητων καταστάσεων, μείζονες πηγές επιβεβαίωσης των θεραπευτικών ερμηνειών και ζωτικές συνεισφορές για νέα μονοπάτια στην εργασία της ψυχοθεραπείας (Βασματζίδης, 2001).

Όπως λοιπόν το όνειρο έχει πάρει μια θέση στην ψυχανάλυση και στη ψυχοθεραπεία έτσι έχει συμβεί και στην ομαδική ανάλυση. Ο ιδρυτής της ομαδικής ανάλυσης, ο Foulkes, έχει συνδέσει άμεσα τη θεραπευτική φιλοσοφία της ομαδικής αναλυτικής διαδικασίας και της λειτουργίας του ονείρου στην ομαδική ανάλυση με προσέγγιση του ονείρου, όπως την καθιέρωσε ο Freud στην *Ερμηνεία του ονείρου*. Συμφωνεί κι αυτός ότι το όνειρο αποτελεί ένα νευρωτικό σύμπτωμα (Κούκης, 2004).

Οι θεραπευτικοί και οι κλινικοί που ακολουθούν την ομαδική αναλυτική κατεύθυνση συμφωνούν στο σημείο ότι το όνειρο που ο

ασθενής αφηγείται κατά τη διάρκεια της θεραπείας του στην ομάδα δεν είναι δυνατόν να αποτελέσει αντικείμενο ψυχαναλυτικής εκμετάλλευσης. Όπως αναφέρει ο Yalom «η εντατική λεπτομερής προσωπική μελέτη των ονείρων που γίνεται στην ατομική θεραπεία με ψυχαναλυτικό προσανατολισμό, δεν είναι εφικτή στην ομαδική θεραπεία» (Yalom, 2006). Επίσης ο ίδιος αναφέρει ότι τα όνειρα πρέπει να αντιμετωπίζονται με φροντίδα και σεβασμό, καθώς αποτελούν μια έκφραση του εαυτού και όχι σαν ένα μυστικό μήνυμα που πρέπει να σπάσουμε τον κώδικά του. Τα όνειρα είναι δυνατόν να αντανakλούν σε τι κατάσταση βρίσκεται η αίσθηση εαυτού του ονειρευόμενου (Yalom, 2006).

Ο Foulkes, λοιπόν, αν και δεν υποστήριξε την κλασική ψυχαναλυτική προσέγγιση του ονείρου στην ομάδα θεώρησε ότι το όνειρο ενός μέλους μπορεί να αναλυθεί και να ερμηνευθεί βάσει των συνειρμών που αυτό προκαλεί και στα υπόλοιπα μέλη της ομάδας. Επίσης, καθώς μέσα σε μια ομάδα τα μέλη γνωρίζουν καλά μετά από ένα διάστημα το ένα το άλλο, είναι δυνατόν να εντοπίσουν και εκείνα στοιχεία που έχουν να κάνουν με τη ζωή του ονειρευόμενου και εμφανίζονται στο όνειρό του και έτσι να βοηθήσουν με αυτόν τον τρόπο στην ερμηνεία του (Broadridd, 1990).

Ο Foulkes διέκρινε τα όνειρα σε δύο βασικές κατηγορίες. Στα «ομαδικά όνειρα» και στα «άλλα όνειρα». Το ομαδικό όνειρο σύμφωνα με τον ίδιο είναι: «το όνειρο που παρουσιάζεται στην ομάδα και αφορά ειδικά είτε τρέχοντα διαπροσωπικά δυναμικά της ομάδας, είτε τον συντονιστή, είτε τη συνειδητοποίηση “κοινών” πλην “ασυνείδητων” αντιστάσεων» (Κούκης, 2004). Τα «άλλα» όνειρα είναι τα ατομικά όνειρα που απηχούν ενδοατομικές καταστάσεις που όμως ακόμα κι αυτά απορροφούνται από την ομάδα. Ο Κούκης κάνει αναφορά ακόμα στην άποψη του

Zimmerman, σύμφωνα με τον οποία το κάθε όνειρο που αναφέρεται από ένα μέλος μέσα σε μια ομάδα απηχεί το γενικότερο συναισθηματικό κλίμα και άρα μπορεί να χαρακτηριστεί ως ομαδικό (Κούκης, 2004).

Ο Battegay υπήρξε αυτό που καθιέρωσε τον όρο «ομαδικό όνειρο». Το ομαδικό όνειρο δεν είναι το οποιοδήποτε όνειρο κάθε μέλους, αλλά αυτό που με κάποιον τρόπο δείχνει να έχει έμμεση ή άμεση σχέση και σύνδεση με αυτήν. Συνήθως αυτού του είδους τα όνειρα εμφανίζονται ή στην αρχική ή στην τελική φάση, δηλαδή και στο στάδιο της μεγάλης παλινδρόμησης ή στο στάδιο της ωρίμανσης. Ο Foss υποστήριξε ότι από τη στιγμή που ένα όνειρο παρουσιάζεται στην ομάδα αποτελεί αναπόσπαστο κομμάτι της υπό την έννοια τού ότι τα υπόλοιπα μέλη το αντιμετωπίζουν ως μια έκφραση επιθυμίας του ατόμου που το ονειρεύτηκε. Ο Foukault με τη σειρά του υποστήριξε ότι όταν το υποκείμενο αφηγείται το όνειρό του και αφού αυτό κάνει τον κύκλο του στην ομάδα, τότε σε καμία περίπτωση δε θα πρέπει να θεωρείται το ίδιο με αυτό που παρουσίασε το υποκείμενο. Ο Lawrence τέλος θεώρησε ότι η αξία του ονείρου που παρουσιάζει ένα μέλος της ομάδας έγκειται στο γεγονός ότι καθιστά συνειδητό το ασυνείδητο και αναδεικνύει δυναμικά της ομάδας που παρέμεναν ασυνείδητα (Κούκης, 2004).

Η ομαδικο-αναλυτική διαδικασία κυρίως όταν αγγίζει τα όρια μιας «ψυχωτικής» διαδικασίας, είναι σε θέση να αναδεικνύει με πλήρη ενάργεια το ψυχωτικό όνειρο ως προς τη φαινομενολογία (εκδηλο-λανθάνον περιεχόμενο) και ως προς τη βαθύτερη σύσταση του. Από την άλλη μεριά και το ψυχωτικό όνειρο κι αυτό συμπαρακολουθεί την ανάπτυξη και την εξέλιξη της ομάδας και παρέχει μια ερμηνεία αυτής της πορείας. Τα όνειρα, τα οποία παράγονται από τους ασθενείς και επιβεβαιώνουν την ώθηση που

έχει λάβει η θεραπεία είναι τα ριμουλκούμενα όνειρα όπως τα έχει χαρακτηρίσει ο Freud (Yalom, 2006).

Το ψυχωτικό όνειρο λοιπόν φαίνεται ότι παρακολουθεί και αποτυπώνει τα στάδια της ομάδας και κατά αναλογία με τα στάδια που έχει περιγράψει στη θεωρία της η M. Klein αυτά τα στάδια, όπως έχουμε ήδη αναφέρει είναι το στοματικό-σαδιστικό στάδιο η παρανοειδής-σχιζοειδής θέση και η καταθλιπτική θέση. Το πρώτο στάδιο είναι εκείνο στο οποίο κυριαρχούν πλέον ισχυρές προβληματικές και ενδοβλητικές ταυτίσεις, οι ψευδαισθήσεις ή και καταστροφή της σκέψης. Οι συγκεκριμένες ταυτίσεις είναι αναβιώσεις πρώιμων ταυτίσεων του ψυχωτικού με τα «κακά» αντικείμενα εμπεριέχει το μητρικό σώμα και γίνεται προσπάθεια απαλλαγής τους.

Η δεύτερη φάση του ψυχωτικού ονείρου (παρανοειδής-σχιζοειδής θέση) και παράλληλα της ίδιας της ομαδικής διαδικασίας, σύμφωνα με την Klein περιλαμβάνει τη σχέση του υποκειμένου και του αντικειμένου και το αίσθημα καταδίωξης που νιώθει το υποκείμενο εκ μέρους και του κακού και του καλού αντικειμένου. Κατά την τρίτη φάση του ψυχωτικού ονείρου και της ομαδικής διαδικασίας (καταθλιπτική θέση) και αφού έχει επιτευχθεί μια επαρκής πρωταρχική σχέση, το υποκείμενο εκ μέρους και του κακού και του καλού αντικειμένου. Κατά την τρίτη φάση του ψυχωτικού ονείρου και της ομαδικής διαδικασίας (καταθλιπτική θέση) και αφού έχει επιτευχθεί μια επαρκής πρωταρχική σχέση, το υποκείμενο έχει αρχίσει πλέον να επιτελεί μέσα του ένα συμβολικό θάνατο του μητρικού αντικειμένου ως πράγματος (Κούκης, 2004).

3.3 Η ΘΕΡΑΠΕΙΑ GESTALT ΚΑΙ ΤΟ ΟΝΕΙΡΟ

Ο Fritz Perls, του οποίου η συμβολή στην ανάπτυξη της θεραπείας Gestalt υπήρξε πολύ μεγάλη, χαρακτήρισε το όνειρο ως τη βασιλική οδό προς την ολοκλήρωση. Σύμφωνα με τον ίδιο, το όνειρο αποτελεί την πιο αυθόρμητη έκφραση της ύπαρξης του ανθρώπου. Τα διάφορα μέλη του ονείρου αποτελούν αποσπάσματα της προσωπικότητας του ατόμου και μάλιστα μερικά από τα οποία τα έχει αποποιηθεί. Στο όνειρο θεώρησε ότι μπορούμε να δούμε ένα πλήρες υπαρξιακό μήνυμα αυτού που λείπει από τη ζωή μας, αυτού που αποφεύγουμε να κάνουμε ή να ζήσουμε. Έδωσε έμφαση στο όνειρο, κυρίως ως προβολή, όπου επιθυμίες, στάσεις και συμπεριφορές αποδίδονται από το άτομο σε κάποιον άλλο και όχι στον εαυτό του (Leary, 1995).

Στη θεραπεία Gestalt δεν χρησιμοποιείται και δε θεωρείται έγκυρη καμία ερμηνεία του ονείρου ή των συμβόλων που υπάρχουν σε αυτό. Το όνειρο μπορεί να χαρακτηριστεί ως μια μισοτελειωμένη υπόθεση από τη ζωή του ατόμου και μια δήλωση της «εδώ και τώρα» ύπαρξής του. Τα όνειρα είναι ένα μέσο αναβίωσης και επεξεργασίας συναισθηματικά φορτισμένων εμπειριών και τα πιο σημαντικά και πολύτιμα είναι εκείνα που επανέρχονται, γιατί αυτά εκφράζουν μισοτελειωμένες υποθέσεις, δηλαδή ανολοκλήρωτες εμπειρίες και συναισθήματα που επιμένουν στη μνήμη του ατόμου. Ο οργανισμός έχει την τάση να ολοκληρώνει μια κατάσταση που δεν έχει τελειώσει και γι' αυτό τις επαναφέρει μέσω του ονείρου. Το άτομο κατά τη θεραπεία καλείται να βιώσει ξανά το όνειρο, εξιστορώντας το δυνατά και σε χρόνο ενεστώτα. Κάθε λεπτομέρεια είναι κομμάτι της ζωής του. Κατά αυτήν τη διαδικασία ο θεραπευόμενος γίνεται όλοι οι άνθρωποι, τα πράγματα, τα μέρη και οι πράξεις του ονείρου. Ο θεραπευτής απ'

τη μεριά του χρησιμοποιεί μια κατευθυνόμενη, παραστατική, συνειρμική διαδικασία, με την οποία καλεί το άτομο να ξαναζωντανέψει το όνειρο και να δώσει φωνή σε ανθρώπους και πράγματα (Leary, 1995).

Σύμφωνα με την προσέγγιση Gestalt λοιπόν όλα τα ονειρικά στοιχεία είναι κατανοητά ως προεκτάσεις των δεινών ή ανεπιθύμητων πλευρών της προσωπικότητας του ονειρευόμενου. Η εργασία του ονείρου αποβλέπει στην ενσωμάτωση των απορριπτέων μερών του εαυτού (Resant & Zadra, 2004).

Οι James και Jongeward (1971) προτείνουν αν τα άτομα δεν μπορούν να θυμηθούν τα όνειρά τους, να έχουν πάντα χαρτί και μολύβι δίπλα στο κρεβάτι τους και να τα γράφουν αμέσως μόλις ξυπνήσουν. Ο Perls έδινε την εξής συμβουλή: «γράψτε το όνειρό σας και γράψτε μια λίστα με όλες τις λεπτομέρειές του. Θυμηθείτε κάθε άτομο, αντικείμενο και διάθεση και μετά επεξεργαστείτε το και γίνετε καθένα από αυτά» (Leary, 1995). Επίσης, είναι πολύ σημαντικό να προσέχουν τον τόπο που γίνεται το όνειρο, καθώς το περιβάλλον, στο οποίο συμβαίνει αυτό αποτελεί το υπόβαθρό του.

Όπως αναφέραμε, ο θεραπευτής Gestalt καλεί τον θεραπευόμενο να γίνει τα πρόσωπα και τα στοιχεία του ονείρου, καθώς όλα τα στοιχεία του αντικατοπτρίζουν πλευρές του ατόμου, και έτσι μπορούν να προσφέρουν πληροφορίες. Ο Perls άφηνε τον ασθενή να παίξει όλες τις πλευρές του ονείρου, αλλά οι ασθενείς δυσκολεύονταν να παίξουν με τα αποκομμένα και αποξενωμένα μέρη, γιατί δε θέλουν να τα αναγνωρίσουν ως δικά τους.

Σύμφωνα με την προσέγγιση Gestalt υπάρχουν πολλοί τρόποι επεξεργασίας των ονείρων. Ο πρώτος ξεκινά με το στοιχείο «Εγώ». Οι θεραπευόμενοι μπορούν να είναι ο εαυτός τους στο όνειρο και να μιλούν στο πρώτο ενικό πρόσωπο. Η δεύτερη επιλογή είναι να ξεκινά η επεξεργασία με το πρόσωπο ή το αντικείμενο, για το

οποίο ενδιαφέρεται περισσότερο το άτομο. Η τρίτη επιλογή είναι ότι οι θεραπευόμενοι μπορούν να αρχίσουν με το πρόσωπο ή το αντικείμενο που θυμούνται λιγότερο από όλα. Στην περίπτωση που εμφανίζεται πρόβλημα στο όνειρο, αυτό αναπαρίσταται με μια άδεια καρέκλα και έτσι ο πελάτης κάνει διάλογο με το πρόβλημα και έρχεται αντιμέτωπος με αυτό. Κατά αυτόν τον τρόπο, ο άνθρωπος στο πλαίσιο της θεραπείας Gestalt αντιμετωπίζεται σαν μια ενότητα που απαρτίζεται από πολλά μέρη που λειτουργούν αλληλένδετα και έτσι το όνειρο επηρεάζεται απ' όλες τις εκφάνσεις ζωής του ονειρευόμενου.

ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ

Συμπερασματικά θα μπορούσαμε να πούμε ότι η αρχική ψυχαναλυτική θεωρία, στην οποία βασίστηκαν οι μετέπειτα θεωρίες, υπήρξε αυτή του Freud, η οποία στη συνέχεια αμφισβητήθηκε σε πολλά σημεία της κυρίως για τον ισχυρισμό ότι το όνειρο είναι αποτέλεσμα ανεκπλήρωτων κυρίως σεξουαλικών επιθυμιών δημιουργημένων κατά την παιδική ηλικία. Ο Jung, εκπρόσωπος της ψυχαναλυτικής θεωρίας και μαθητής του Freud, ήταν ο πρώτος που διαφώνησε με αυτόν, δημιουργώντας μια διαφορετική θεωρία για τη φύση του ασυνείδητου και υποστηρίζοντας ότι μια από τις βασικές πηγές του ονείρου είναι τα κληρονομημένα στοιχεία του ανθρώπινου γένους. Ο Adler διαφοροποιήθηκε κι αυτός σε μεγάλο βαθμό από τη θεωρία του Freud, θεωρώντας ότι η ζωή του ονείρου αποτελεί ένα μέρος του όλου, όπως και η ζωή του ξύπνιου, υποστηρίζοντας παράλληλα ότι ο σκοπός του ονείρου είναι να προετοιμάσει το δρόμο που οδηγεί στον προσωπικό στόχο υπεροχής του κάθε ατόμου. Μια ακόμη σημαντική τομή στην ψυχαναλυτική κατανόηση των ονείρων δόθηκε από τον Lewin, ο οποίος έκανε λόγο για την οθόνη του ονείρου.

Όλες οι θεωρίες που αναφέρθηκαν, αλληλοσυμπληρώνοντας η μία την άλλη και εμπλουτίζοντας την αρχική θεωρία του Freud, τόνισαν τη σημαντικότητα του ονείρου στη ζωή του κάθε ανθρώπου. Μια διαπίστωση στην οποία θα μπορούσαμε να καταλήξουμε είναι ότι ο κοινωνικά ισότιμος άνθρωπος δεν εξουσιάζει τον ψυχικό του βίο και η ζωή του καθορίζεται από ασυνείδητες διεργασίες, επιθυμίες και συγκρούσεις. Η ψυχανάλυση μπορεί να θεραπεύσει αυτές τις αθέατες ασυνείδητες συγκρούσεις και να τις επαναφέρει στις ενσυνείδητες συνθήκες της ζωής. Το

όνειρο αποτελώντας έκφραση του καταπιεσμένου απωθημένου υλικού, κατέχει ιδιαίτερα σημαντική θέση στην ψυχανάλυση, καθώς η ερμηνεία του αποκαλύπτει τις ανθρώπινες ενορμήσεις, τα πάθη και τις επιθυμίες. Η ερμηνεία του ωθεί το άτομο στο να αντιμετωπίσει κατά πρόσωπο και όχι συγκαλυμμένα τους φόβους, τους συμβιβασμούς και την εσωτερική του αλήθεια. Αποτελεί εντύπωμα της μοναδικότητας του εσωτερικού κόσμου κάθε ανθρώπου, αφού τελικά ο ονειρικός κόσμος είναι αποκλειστικά δημιούργημα του ονειρευόμενου.

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

Αντλερ, Α. (1978): *Η γνώση της ζωής*, Επίκουρος, Αθήνα.

Αντλερ, Α. (1984): *Τι θα έπρεπε να σημαίνει για 'σενα η ζωή*, Κέδρος, Αθήνα.

Αρνoux, D. J. (2007): *Melanie Klein*, Κατάρτι, Αθήνα.

Βασματζίδης, Π. (2001): *Ερμηνεία των ονείρων. Είκοσι επτά αιώνες πριν και ένας αιώνας μετά*, Καστανιώτη, Αθήνα.

Broadribb, D. (1990): *The dream story*, Inner City Books, Canada.

Dodds, E.(1977): *Οι Έλληνες και το παράλογο*, Καρδαμίτσα, Αθήνα.

Dor, J. (2007): *Εισαγωγή στην ανάλυση του Lacan, Το ασυνείδητο δομημένο σαν Γλώσσα*, Πλέθρον, Αθήνα.

Empson, J.(1993): *Sleep and Dreaming*, Harvester wheat sheaf.

Hadfield J. A. (1997): *Όνειρα και εφιάλτες*, Θυμάρι, Αθήνα.

Holowchak, A.M.(2002): *Ancient science and dreams.oneirology in Greco-Roman Antiquity*, University press of America, Inc Lanham ,New York, Oxford.

Jung, G. K. (2005): *Η ερμηνεία των ονείρων*, Ιάμβλιχος, Αθήνα.

Jung, G. K. (1964): *Ο Ανθρωπός και τα σύμβολά του*, Αρσενίδη, Αθήνα.

Jouvet, M. (1993): *Ο πύργος των ονείρων*, Κάτοπτρο, Αθήνα.

Jouvet, M. (1993): *Ο Ύπνος και το όνειρο*, Κάτοπτρο, Αθήνα.

Kalat, J. W. (2003): *Βιολογική Ψυχολογία*, Έλλην, Αθήνα.

Κούκης, Α. (2004): *Το όνειρο στην ομαδική ανάλυση*, Σαββάλας, Αθήνα.

Κρανάκη, Μ. (2000): *Διαβάζοντας τον Φρόυντ*, Βιβλιοπωλείο της Εστίας, Αθήνα.

Lavie, P. (1999): *Ο μαγικός κόσμος του ύπνου*, Ελληνικά γράμματα, Αθήνα.

Lieshout, R. G. A. (1980): *Greeks on dreams*, Hes Publishers, Utrecht.

Malinofsci, B. (1993): *Σεξουαλικότητα και καταπίεση στην πρωτόγονη κοινωνία*, Καστανιώτη, Αθήνα.

Μαννονί, Ο, (1993): *ΦΡΟΥΝΤ*, βιβλιοπωλείο της Εστίας, Αθήνα.

Μπέιτμαν, Α. & Χολμς Τ. (2001): *Εισαγωγή στη ψυχανάλυση, σύγχρονη θεωρία και πρακτική*, Καστανιώτη, Αθήνα.

Μπρέννερ, Τ. (2001): *Στοιχειώδες εγχειρίδιο ψυχανάλυσης*, εκδ. Πατάκη, Αθήνα.

Muller, p. j. & Richardson, W. (1994): *Lacan and Language*, Internacional universities press, U.S.A.

Νίτσε, Φ. (2006): *Ανθρώπινο πολύ ανθρώπινο*, Δαμιανός, Αθήνα.

Ξηροτύρης, Η. Ι. (χ.χ): *Ιστορία της ψυχολογίας. 1860-1970 σύγχρονες κατευθύνσεις*, Γρηγόρη.

O' Leary, E. (1995): *Η θεραπεία Gestalt*, Ελληνικά γράμματα, Αθήνα.

Pontalis, J. B. (2000): *Η δύναμη της έλξης*, Σμίλη, Αθήνα.

Yalom, D. I. (2006): *Θεωρία και πράξη της ομαδικής ψυχοθεραπείας*, Άγρα, Αθήνα.

Φρόντ, Σ. (1996): *Εισαγωγή στη ψυχανάλυση*, Επίκουρος, Αθήνα.

Φρόντ, Σ. (χ, χ): *Gradiva*, Συμυρνιώτης, Αθήνα.

Φρόντ, Σ. (1995): *Η ερμηνεία των ονείρων*, Επίκουρος, Αθήνα.

Φρόυντ, Σ. & Μπρόουερ, Γ. (2002): *Μελέτες για την υστερία*, Επίκουρος, Αθήνα.

Φρόυντ, Σ. (2005): *Μεταψυχολογικά κείμενα του 1915*, Επίκουρος, Αθήνα.

Φρόυντ, Σ. (1983): *Όνειρο και τηλεπάθεια*, Επίκουρος, Αθήνα.

Φρόυντ, Σ. (χ, χ): *Το εγώ και το εκείνο*, Άπαντα, Σμυρνιώτης, Αθήνα.

Φρόυντ, Σ. (1968): *Ψυχαναλυτική προσέγγιση στο όνειρο*, Κόσμος, Αθήνα,

Φρόυντ, & Οπενχάιμ, ΝΤ.Ε. (1999): *Όνειρα και λαογραφία*, Νησίδες, Σκόπελος.

Φρομ, Ε. (1975): *Η ξεχασμένη γλώσσα*, Μπουκουμάνη, Αθήνα.

ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

Barbera, J. (2007): "Sleep and dreaming in Greek and Roman philosophy", www.sciencedirect.com

"Dream therapy", Encyclopedia of the neurological sciences, www.sciencedirect.com.

Fagioli, I. (2002): "Mental activity during sleep", www.sciencedirect.com.

Grick, F. & Mitchison, G. (1995): "REM sleep and neural nets", www.sciencedirect.com.

Lane, R. C. & Harris M. (2002): "Dreams, Use in psychotherapy", , www.sciencedirect.com.

Pesant, N. & Zadra, A. (2004): "Working with dreams in therapy: what do we know and what should we do?", www.sciencedirect.com.

Rasmussen, R. (2006): "Psychoanalysis and Language", www.sciencedirect.com.

Ribeiro, S. & Nicolelis, M. A. L. (2007): "The evolution of neural systems for sleep and dreaming", www.sciencedirect.com.

Speppard, E. & Karon, B. (1964): "Systematic studies of dreams : Relationship between the manifest dream and associations to the dream elements", www.sciencedirect.com.