

РАЗВИТИЕ ПСИХОДИНАМИЧЕСКОЙ ТЕОРИИ СНОВИДЕНИЙ

Д.Г. ТРУНОВ

В статье прослеживается изменение представлений о толковании сновидений в рамках психодинамической парадигмы. В качестве основных вех развития теории сновидений рассмотрены взгляды З.Фрейда, А.Адлера, К.Юнга. Каждый из них внес свой вклад в теорию сновидений; при этом дополнения и изменения касались главным образом тех контекстов, с точки зрения которых интерпретируются символы сновидений. В качестве обобщающего итога в статье представлена авторская классификация интерпретативных контекстов, которые могут быть использованы для понимания значения символов сновидения. В заключение намечена перспектива феноменологического подхода к сновидениям, выходящего за рамки психодинамического.

Ключевые слова: теория сновидений, интерпретация, психодинамический подход, символика сновидения, интерпретативный контекст, классификация контекстов, феноменологический подход.

Можно считать, что официальная история психоанализа началась с теории сновидений: в 1900г. вышла первая книга Зигмунда Фрейда, посвященная психоанализу, она называлась «Толкование сновидений» (Фрейд, 1992). Несомненная заслуга Фрейда заключалась в том, что он вывел теорию сновидений в новую концептуальную плоскость, благодаря чему сновидения стали рассматриваться как объекты, достойные психологического исследования.

Во времена Фрейда существовало, как минимум, две кардинально противоположные точки зрения на сновидения. Традиционный взгляд придавал сновидениям мистический смысл, сновидение было мантическим средством проникновения в будущее. Вероятно, первым таким руководством по толкованию сновидений была «Онейрокритика» Артемидора (Артемидор, 1999). На рубеже XIX-XX века был весьма популярен сонник Миллера (Миллер, 2001), который был отражением все той же мантической традиции. В связи с развитием в конце XIX века наук о человеке появился новый, естественнонаучный взгляд на

сновидения. Сновидение было очищено от мистического ореола, теперь оно — продукт иррациональной и хаотической деятельности спящего мозга, а потому психологическое изучение сновидений становится бессмысленным.

В некотором роде Фрейд возвратил прежний статус сновидениям как объектам, нуждающимся в пристальном внимании и изучении, вместе с тем он снял мистический покров с темы сновидений и попытался придать изучению сновидений исключительно научный характер. Для Фрейда сновидения уже не являются «бессмыслицей», они, безусловно, имеют свою логику и несут определенное содержание, которое можно расшифровать, но это содержание уже не мистическое, а сугубо психологическое. Конечно, этот психологический смысл сновидений непосредственным образом вытекал из психоаналитической теории и был в известной степени ограничен ею, но главное было сделано — на содержание сновидений стали смотреть другими глазами. Более того, анализ сновидений стал естественной и необходимой процедурой в психотерапевтическом процессе. Дальнейшее развитие теории сновидений шло по пути ее обогащения новыми смысловыми плоскостями, и сегодня можно уже смело говорить об *онейротерапии* как самостоятельном направлении в психотерапии, основанном на разнообразных техниках работы со сновидениями (Трунов, 2004).

Цель настоящей статьи — проследить историю развития теории сновидений в рамках психодинамической парадигмы, в частности рассмотреть точки зрения трех представителей этой парадигмы: З.Фрейда, А.Адлера и К.Юнга.

Теория сновидений З.Фрейда

Кроме книги «Толкование сновидений» Фрейд не раз возвращался в своих работах к теме сновидений. Наиболее полный и законченный вид теория сновидений имеет в знаменитых «Лекциях», прочитанных Фрейдом в 1915-1917гг. (Фрейд, 1989).

По Фрейду, сновидения имеют два уровня содержания: явное содержание и скрытое содержание. *Явное содержание* составляют образы, персонажи, события, которые человек видит в сновидении и запоминает при пробуждении. *Скрытое содержание* составляют вытесненные ранее (главным образом в детстве) социально неприемлемые инстинктивные импульсы (сексуальные и агрессивные чувства и желания). Во время сна цензура сознания ослабляется, и бессознательные импульсы проникают в сознание. Тем не менее, вытесненные чувства настолько недопустимы для сознания, что в сновидениях они транс-

формируются в более приемлемые для сновидящего формы: искаженные или символические.

Таким образом, сновидение выполняет две главные функции. С одной стороны, в сновидении реализуются вытесненные в прошлом инстинктивные импульсы и желания, а с другой стороны, это возможно лишь при наличии механизма, видоизменяющего эти импульсы. Фрейд называл этот механизм «деятельностью сновидения», или «работой сновидения», подразумевая под этим преобразование скрытого содержания сновидения (вытесненных инстинктивных импульсов) в явное (приемлемые для сознания образы сновидений).

Фрейд описал следующие механизмы «работы сновидения»: *сгушение* — совмещение различных элементов в один (например, образы жены и матери могут соединиться в единый женский персонаж сновидения); *смещение* — выдвигание незначительных деталей на первый план (например, сновидящий отчетливо запоминает какую-то деталь одежды, но не помнит самого человека); *замещение* — объект, на который направлены вытесняемые импульсы, заменяется на другой — более доступный или менее угрожающий (например, разрушение какой-то вещи, принадлежащей значимому человеку, может означать агрессивные желания по отношению к этому человеку); *изображение мыслей* — превращение мыслей в зрительные образы, наглядное воспроизведение фразеологических оборотов, визуализация абстрактных понятий, напоминающая пиктографическое письмо (например, нарушение брачной верности изображается переломом конечности); *инверсия* — переворачивание смысла, замена одного образа его противоположностью (подъем = спуск, вход = выход, рождение = смерть), изменение порядка следования событий (сначала человек видит следствие, а потом его причину); *проекция* — перенесение вытесненных желаний на других людей (например, персонаж, убивающий другого, может быть воплощением собственных агрессивных импульсов сновидящего); *вторичная обработка* — приведение хаотического материала в связанный сюжет, устранение абсурдности и алогичности сновидения; *вторичное вытеснение* — одно из средств вторичной обработки сновидения, благодаря которому при пробуждении человек забывает сновидение или какие-то его фрагменты.

Наконец, самый главный и самый дискуссионный механизм «работы сновидения» заключается в *символизации*, которую Фрейд понимал как замену бессознательных элементов символическими эквивалентами. Конечно, исходя из своей теории, Фрейд видел в разнообразных символах сновидений прежде всего сексуально-эротическое

содержание. При этом он сам отмечал, что при всем многообразии символов содержание сновидений очень однообразно, но он вовсе не считал это недостатком своей теории сновидений (Фрейд, 1989, с.95).

Фрейд видел в сновидении «королевскую дорогу к бессознательному». Задача психоаналитика, по его мнению, состоит в том, чтобы пройти по этой дороге, то есть с помощью анализа открытого содержания расшифровать его скрытое символическое значение; он называл это «работой толкования», противопоставляя этот процесс «работе сновидения». Заслуга Фрейда состоит в том, что он указал на эту дорогу и описал средства, с помощью которых можно по ней двигаться. Дальнейшее развитие теории сновидений в психоаналитической традиции шло по пути обогащения новыми контекстуальными полями, в рамках которых можно было интерпретировать символику сновидения, а также новыми техническими средствами, помогающими расширить материал сновидения, анализировать его и даже трансформировать сновидение.

Развитие теории сновидений А.Адлером

Альфред Адлер — ученик Фрейда, в 1911г. порвавший с ним и создавший альтернативный вариант психоанализа, который он сначала назвал «свободным психоанализом», а затем «индивидуальной психологией». Адлер пересмотрел психоаналитическую теорию сновидений и внес в нее кардинальные изменения и дополнения, касающиеся, прежде всего, новых контекстов, сквозь призму которых он предлагал рассматривать символику сновидений (Адлер, 1995). Вот основные отличия адлерианской онейрокритики от фрейдистской.

1. Символы и образы сновидения помещаются в контекст будущего, а не прошлого. Фрейд искал в символах и образах сновидения события, чувства и мотивы, которые человек испытывал когда-то в прошлом. Адлер же считал, что сновидение — это переживание предстоящих событий, а не событий, которые когда-то были вытеснены в бессознательное. Сновидение — это не индикатор проблемы (бессознательного конфликта), а попытка решить эту проблему, что-то вроде «виртуальной репетиции». Сновидение также представляет собой стремление предсказать будущее, в нем человек прогнозирует трудности, которые могут встретиться на пути реализации этого будущего. Так Адлер объяснял «пророческие сновидения», которые сбываются именно в силу того, что человек способен предугадать то или иное развитие событий — как позитивное, так и негативное, — и эта способность особенно ярко проявляется у человека во сне. Даже если в сновидении снится фрагмент из прошлого, то Адлер рассматривал его, как символ

предстоящей ситуации. Например, школьный экзамен, который проходил когда-то в прошлом, может через много лет сниться взрослому человеку в ночь перед каким-нибудь сложным испытанием. Таким образом, используя прошлый опыт, человек переживает в сновидении предстоящее ему будущее.

2. *Интерпретация сновидения происходит в социальном, а не биологическом контексте.* Как уже отмечалось, интерпретация образов сновидений в теории Фрейда осуществлялась главным образом в сексуально-эротическом контексте. Это связано с теоретическими положениями ортодоксального психоанализа, в котором основное внимание было сконцентрировано на природных инстинктах — сексуальности («эрос») и агрессии («танатос»). В индивидуальной психологии Адлера на первый план выдвинул не биологические потребности человека, а его социальные потребности, среди которых наибольшее значение придавалось потребности в обретении власти и социального статуса. Это не могло не отразиться на его теории сновидений. Если восхождение по лестнице, взлет, падение для Фрейда были несомненными символами сексуального акта, то для Адлера взлет символизировал желание человека повысить свой социальный статус, восхождение — продвижение по «лестнице карьеры», а падение — боязнь чувства неполноценности, вследствие потери социального статуса.

3. *Индивидуальный характер символики.* Фрейд не отрицал индивидуальный подход к сновидению, тем не менее, он создал что-то вроде своего собственного «сонника» — словаря символов, в котором закрепил за некоторыми образами определенное содержание сексуально-эротического характера. Адлер проповедовал направление психоанализа, которое он назвал «индивидуальной психологией», и образы сновидений, по Адлеру, — это тот материал, который необходимо интерпретировать исходя из особенностей конкретного человека: его личной истории, чувств, мотивов, событий и пр. В этом случае один и тот же символ у разных людей может иметь разное значение. Например, лошадь для одного человека может символизировать груз ответственности за семью, которую он «тащит», для другого человека — стремление первым «прибежать к финишу», для третьего — ощущение свободы.

Развитие теории сновидений К.Юнгом

Карл Густав Юнг — еще один ученик Фрейда, открывший свой собственный путь в психоанализе. В «аналитической психологии» Юнга сновидениям было отведено не меньшее место, чем у Фрейда. Тема сновидений пронизывает практически все работы Юнга. Безусловно,

изменение общей концепции, появление новых понятий (коллективное бессознательное, архетип и пр.) повлияло на теорию сновидений. Ниже кратко перечислены основные изменения, которые внес Юнг в теорию сновидений и практическую работу с ними¹.

1. *Сновидение — не «занавес», а послание.* Главное отличие позиции Юнга от подхода Фрейда заключается в том, что сновидение не скрывает «прорывающееся» бессознательное, а само по себе уже является проявлением бессознательного как такового. Язык сновидения — это настоящий язык бессознательного, а сновидение — это послание человека к самому себе и о самом себе. Сновидение, стало быть, — это путь к индивидуации, то есть обретению человеком самого себя.

2. *Сновидение отражает и прошлое, и будущее.* Юнг различал *ретроспективный* анализ сновидения, под которым понимал перенесение содержания сновидения в контекст ситуаций и обстоятельств прошлого (в том числе ближайшего прошлого), и *проспективный* анализ — рассмотрение содержания сновидения в контексте будущего личности. Нетрудно заметить, что Юнг здесь интегрировал взгляды Фрейда и Адлера.

3. *Сновидения — это отражение внутреннего мира личности.* По Юнгу, образы сновидений могут рассматриваться как на объективном уровне, то есть в контексте внешних ситуаций и событий, так и на субъективном уровне, то есть во *внутриличностном* контексте. Причем последнему Юнг придавал неизмеримо большее значение, чем первому. По Юнгу, все, что человек видит во сне, — это он сам, его душа в своих разнообразных проявлениях. Каждый объект, персонаж, предмет — это «проекция» одной из многочисленных «частей личности» человека: его желание, мотив, черта характера, социальная роль, чувство, представление о себе в будущем и пр. Сюжет сновидения и взаимоотношения его персонажей символизируют внутриличностные отношения. Например, сжигание бумаги с важной надписью символизирует отказ от каких-то принципов; борьба двух персонажей символизирует внутренний конфликт.

4. *Архетипическое содержание сновидений.* Несмотря на то, что Юнг поддерживал индивидуальную трактовку сновидения, его идея коллективного бессознательного часто входила в противоречие с поиском индивидуального контекста. В символическом содержании многих образов Юнг видел проявление архетипических (универсальных) сим-

¹ С юнгианскими представлениями о сновидениях можно познакомиться через многочисленные работы самого Юнга и работы его последователей (см., например: Холл, 1996; Юнг, 1995).

волов. Например, женщина в сновидении мужчины символизирует встречу с Анимой (женским началом), а мужчина в сновидении женщины — встречу с Анимусом (мужским началом), образ круга — встречу с Самостью, архетипом целостности личности.

5. *Трансформация сновидений.* В отличие от Фрейда Юнг более активно вмешивался в содержание сновидения и разработал большое количество разнообразных техник работы со сновидением, позволяющих расширить его содержание. Например, он предлагал клиенту нарисовать содержание сновидения, пластически выразить его, разыграть сюжет сновидения, вступить в диалог с одним из образов сновидения и поговорить от его имени, придумать продолжение сновидения и т.д.

Многообразие контекстов

Развитие теории сновидений в рамках психодинамической парадигмы показало, насколько разнообразными могут быть контексты, в рамках которых интерпретируются образы (символы) сновидений. Теперь пора подвести итоги и составить что-то вроде *классификации* интерпретативных контекстов².

1. Прежде всего, нужно выделить группу *временных контекстов*. Так, сновидение можно интерпретировать в контексте прошлого, то есть ретроспективно (Фрейд, Юнг), в контексте будущего, то есть проспективно (Адлер, Юнг). Кроме этого можно говорить о контексте некоего «условного настоящего», когда сновидение символически описывает текущую ситуацию, в которой часть событий уже состоялась, а часть еще нет.

2. Другая группа контекстов содержательно связана с разными сферами жизнедеятельности личности, с ее *индивидуальным существованием*: инстинктивный контекст (биологические и физиологические потребности), телесный контекст (физическое состояние организма, его здоровье)³, внутрличностный контекст (мир души), межличностный контекст (семейное, деловое или другое окружение), профессиональный контекст (развитие, самореализация), экзистенциальный контекст (жизнь в целом).

3. Наконец, существует еще одна группа контекстов, на которые не обращали внимания психоаналитики, но которые издавна использовались при толковании сновидений. В качестве примера могут высту-

² Данная классификация не ограничивается интерпретативными контекстами, взятыми только из психодинамических концепций.

³ Теория сновидений, опирающаяся на телесный контекст, описана в работе В.Н.Касаткина «Теория сновидений» (Касаткин, 1983).

пить описанные в Библии сны Иосифа (Быт. 37: 6-9), сны фараона, растолкованные Иосифом (Быт. 41: 17-36), сон о мече Гедеона (Суд. 7: 13-14), сон Мардохея (Есф. 1: 1; Есф. 10: 3), сны Навуходоносора, растолкованные Даниилом (Дан. 2: 28-45; Дан. 4: 6-25), сон Даниила (Дан. 7). Особенность толкований этих сновидений состоит в том, что значение их символов выходит за рамки жизни одного человека (сновидящего) и касается судьбы целой группы людей или даже народа. Несмотря на то, что в Библии эти пророческие сновидения выступают в качестве мистических откровений, тем не менее, они вполне поддаются психологическому объяснению. Человек, являющийся лидером какой-либо общности людей и берущий на себя ответственность за эту общность, пассионарная личность, меняющая историю целого этноса, или даже обычный человек, глубоко переживающий судьбу своего народа, — все они в некотором смысле «сливаются» с этой общностью (коллективом, этносом и т.д.), *отождествляют* себя с ней. В силу такой идентификации эти люди выходят за рамки своего сугубо индивидуального существования и мыслят другими масштабами. Вполне понятно, почему у таких людей могут появляться сновидения, образы которых нужно рассматривать не в рамках *индивидуальных* контекстов (вторая группа в нашей классификации), а с точки зрения значительно более широких *коллективных* контекстов⁴.

Таким образом, мы имеем три группы контекстов: временные, индивидуальные и коллективные («контексты идентификации»). Увеличение контекстуальных плоскостей, в которых возможна интерпретация образов (символов) сновидения, с одной стороны, расширяет понимание сновидения, а с другой стороны — создает некоторые практические проблемы. Так, интерпретатор может задаться вопросом: в каком именно контексте надо рассматривать конкретное сновидение? Конечно, если не выходить за рамки той или иной психодинамической концепции, то такой вопрос не возникает, поскольку каждая конкретная концепция в своем толковании сновидения обычно опирается на какой-либо один контекст. Например, классический психоанализ З.Фрейда опирается на сексуально-биологический контекст, индивидуальная психология А.Адлера — на социальный, аналитическая психология К.Юнга — на внутриличностный и архетипический.

В качестве примера приведем различные толкования известного «кошмарного сновидения»: сновидящий безуспешно пытается скрыть-

⁴ «Коллективные контексты», исходя из их сущности, можно также называть «контекстами идентификации».

от бегущего за ним чудовища (человека, или животного). Фрейдистское толкование «обнаружило» бы в этом сновидении сексуальные желания сновидящего, которые сопровождаются страхом наказания. Адлер увидел бы в этом сновидении предчувствие некой социальной опасности, которая угрожает сновидцу. Юнгианское толкование перенесло бы сюжет этого сновидения во внутриличностную сферу и расшифровало бы его как угрозу самому себе, например, «теневого» части души сновидящего его «персоне». Кроме упомянутых выше толкований «кошмарного сновидения», выполненных в стиле Фрейда, Адлера и Юнга, можно увидеть в нем другие значения, связанные с иными контекстами: например, это сновидение может быть растолковано как безуспешная попытка уклониться от некой экзистенциальной неизбежности (кризис, взросление, старость и пр.), как боязнь неминуемых перемен в профессиональной жизни, как «послание» организма о приближении какого-либо опасного заболевания, как угрозу некой социальной общности или группы (семья, организация и пр.), с которой сновидящий идентифицирует себя.

Феноменологическая перспектива

Умножение интерпретативных контекстов, которое мы наблюдаем в связи с развитием психодинамической теории сновидений, приводит к естественным методологическим трудностям, а именно — к сомнениям толкователя при выборе «правильного» контекста. Понимание того, что символы сновидений, будучи рассмотренными в разных контекстах, могут быть многозначными, практически выводит толкователя за рамки психодинамической парадигмы, и из *аналитика* он превращается в *феноменолога*. Теперь образы сновидений перестают быть *символами* в узком аналитическом смысле, то есть некими шифрами, за которыми скрывается определенное содержание (обычно регламентируемое той или иной психодинамической концепцией). С точки зрения феноменологического подхода образы сновидений правильной воспринимать уже не как символы, а как *метафоры*, сквозь призму которых можно рассматривать практически любую сторону жизни сновидящего и таким образом прояснять события, которые в ней происходят. Причем главным экспертом в толковании сновидения становится сам *сновидец*, поскольку именно его мнение становится решающим в вопросе о том, как понимать сновидение. Феноменологический подход к сновидениям предполагает, что при многообразии толкований уже не интерпретатор выбирает контекст, который концептуально ему более всего подходит (как

это происходит в случае психодинамического подхода), а сновидящий сам выбирает контекст, который он считает наиболее актуальным. Внимание интерпретатора и сновидца переносится с анализа символов на анализ контекстов, а роль интерпретатора заключается в том, чтобы помочь сновидящему найти многообразные аналогии (а не «связи») между его сновидением и теми или иными актуальными (для него) контекстами.

ЛИТЕРАТУРА

- Адлер А.* Сны и их толкование // *Адлер А.* Практика и теория индивидуальной психологии. М.: Фонд «За экономическую грамотность», 1995. С. 237–254.
- Артемидор.* Сонник / Пер. с древнегреч. СПб.: Кристалл, 1999.
- Касаткин В.Н.* Теория сновидений. Л.: Медицина, 1983.
- Миллер Г.Х.* Сонник. М.: АСТ, 2001.
- Трунов Д.Г.* Онейротерапия — путь сновидений // Психологическая газета. 2004. № 11. С. 16–17.
- Фрейд З.* Введение в психоанализ: Лекции. М.: Наука, 1989. Часть вторая: Сновидения. С. 50–153.
- Фрейд З.* Толкование сновидений. Обнинск: Титул, 1992.
- Холл Дж.* Юнгианское толкование сновидений. Практическое руководство. СПб.: Б.С.К., 1996.
- Юнг К.* Тэвистокские лекции. СПб.: Кентавр, 1995.

The development of psychodynamic dream theory

D.G. Trunov

The change of representations of dream interpretation within the limits of psychodynamic paradigm is observed. The views of Z.Freud, A.Adler, K.Jung on dreaming are considered to be the basic marks of development of dream theory. Each of them has brought the contribution to the theory of dreams; thus additions and changes are concerned mainly by those contexts from which dreams symbols are interpreted. As a general result of the overview the author's classification of interpretive contexts is proposed which can be used to understand symbols meaning in dreams. In conclusion the phenomenological approach to dreams is discussed which comes beyond psychodynamic theory limits.

Key-words: Dream theory, interpretation, psychodynamic approach, dream symbols, interpretive context, classification of contexts, phenomenological approach.

- Adler A.* Sny i ih tolkovanie // Adler A. Praktika i teorija individual'-noj psihologii. M.: Fond «Za jekonomicheskiju gramotnost'», 1995. S. 237—254.
- Artemidor.* Sonnik / Per. s drevnegrech. SPb.: Kristall, 1999.
- Kasatkin V.N.* Teorija snovidenij. L.: Medicina, 1983.
- Miller G.H.* Sonnik. M.: AST, 2001.
- Trunov D.G.* Onejroterapija — put' snovidenij // Psihologičeskaja gazeta. 2004. № 11. S. 16-17.
- Frejd Z.* Vvedenie v psihoanaliz: Lekcii. M.: Nauka, 1989. (Chast' vtoraja: Snovidenija. S. 50—153).
- Frejd Z.* Tolkovanie snovidenij. Obninsk: Titul, 1992.
- Holl Dzh.* Jungianskoe tolkovanie snovidenij. Praktičeskoe rukovodstvo. SPb.: B.S.K., 1996.
- Jung K.* Tjevistokskie lekcii. SPb.: Kentavr, 1995.