ФИЛОСОФСКИЕ НАУКИ

Белокурова Валерия Михайловна
студентка 5 курса
Смольникова Полина Вячеславовна
студентка 5 курса

ФГБОУ ВПО «Магнитогорский государственный технический университет им. Г.И. Носова»
г. Магнитогорск, Челябинская область

ПРОБЛЕМА ТОЛКОВАНИЯ СНОВИДЕНИЙ

Аннотация*: в статье затронута проблема трактовки сновидений с точки зрения психоаналитической философии. Использован теоретический метод исследования: были изучены работы З. Фрейда и К. Г. Юнга, в результате чего составлено определение и изучены методы толкования сновидения. Сделаны выводы о целесообразности использования сонников.*

Ключевые слова*: сновидения, метод толкования сновидений, метод свободных ассоциаций, сознание, подсознание.*

Почти треть жизни человек проводит во сне, в состоянии, необходимом каждому для жизнедеятельности. Многие видят красочные, загадочные, пугающие, нелепые сновидения. Но как объяснить то, что мы увидели по пробуждении? Влияют ли сны на повседневную жизнь человека? Как же распознать и объяснить их связь? Попытаемся охарактеризовать сны с точки зрения психоаналитической философии.

Обратимся к теории З. Фрейда и его работе «Толкование сновидений». Материал, используемый в сновидении, который образует содержание, – это память. Во-первых, воспоминания детских лет. Во-вторых, информация, появившаяся во сне, но человек не помнит, что пережил это и только спустя некоторое время вследствие каких-то переживаний вспоминает. В-третьих, материал, который наименее значительный и ничтожный в бодрствующей жизни.

В-четвертых, в основном сновидение черпает материал из впечатлений или переживаний, испытанных накануне [1].

Автор считает, что сновидения – это психическое проявление деятельности человека, которое возможно толковать и делит их на три основные группы. Во-первых, понятные сновидения, которые в основном состоят только из неудовлетворенных желаний, которые человек не успел сделать за день или накануне. Такие сны чаще снятся детям, чем взрослым, но во сне взрослого обязательно присутствует часть, где можно проследить желание. Во-вторых, сновидения логичные, объяснимые, но странные. Мы задаемся вопросом: Как мне такое могло присниться? И, в-третьих, бессмысленные, непонятные, запутанные – являются материалом для подробного изучения [2].

Остановимся на вопросе о методе толкования сновидений. Фрейд говорит о двух ненаучных методах: символическом, когда содержание сновидения рассматривается целиком, и человек пытается заменить это содержание другим, понятным; и «расшифрования» – метод, рассматривающий сновидение по частям, каждую часть которого можно заменить тем, что имеет значение [1].

В своей практике Фрейд использовал метод «свободных ассоциаций», когда стоит следовать за всплывающими ассоциациями, приходящими случайно в голову. Причем человек должен быть психически подготовлен, чтобы успешно толковать сны. Необходимо закрыть глаза и принять спокойное положение, чтобы сосредоточиться. Далее следует сообщать свои мысли, появляющиеся при рассуждении, ассоциациях. Необходимо не подавлять абсурдные, неприятные, несущественные, как кажется сновидцу, мысли, чтобы быстрее докопаться до сути душевных переживаний. Обычно человеку сложно раскрывать свои «нежелательные мысли». Желательно сновидящий сам должен толковать свои сновидения, а не врач, которому следует только контролировать процесс. Следует отметить, что лучше разложить сны на составные части и размышлять отдельно о каждой.

Фрейд утверждает, что в каждом сновидении можно найти связь с переживаниями предыдущего дня, поэтому некоторые из них можно проанализировать, вспомнив день накануне сна. Автор считает, что существует не только явное, но и бессознательное скрытое сновидение, которое посредством таких функций, как смещение, сгущение, замещение, переработка материала, становится запутанным. Сновидение посредством этих функций пытается скрыть неприятные аспекты.

Обобщив рассмотренный материал, можно прийти к выводу, что сновидения и состояние бодрствования непосредственно связаны между собой: то, что мы пережили за день, отражается в сновидении, а то что мы увидели во сне является предметом рассуждения наяву.

Обратимся еще к одному автору, который затронул аспекты поставленной проблемы: К.Г. Юнг «Человек и его символы». Для характеристики сновидения стоит разобраться в сознательном и бессознательном. Придерживаясь теории Юнга, для наглядности и понятности эти два термина можно сравнить с памятью компьютера. Сознание – это те файлы, операции, которыми человек пользуется в данный момент (думает, испытывает, чувствует в реальности). Подсознание – это, в свою очередь, те файлы и операции, которые человек проделывал раньше, но сейчас не использует из-за того, что они стали неинтересны или о них забыл, а так же нечто новое, о чем не знает, но это может проявиться. Подсознание в определенный момент «достает» информацию в сознание. Так же, если человек не желает сохранить материал в сознании, то информация переходит в подсознание.

Разобравшись в этих определениях, теперь можно дать определение: сновидение – широко распространенный и доступный источник для изучения способности людей к выработке символов, которые появляются в сновидении бессознательно. Как говорит автор: «сны – язык подсознания и являются, в сущности, зародышами-невидимками наших осознанных мыслей» [3]. То есть, содержание сновидения приходит из подсознания, а, чтобы понять данное «послание» необходимо проанализировать сон, как раз опираясь на символы.

Юнг говорит, что при работе со снами следует, во-первых, относиться к ним, как к фактам, но иметь в виду, что они несут смысл. И, во-вторых, понять, что сон – специфический язык подсознания. Необходимо подробнее остановиться на содержании сна и использовать только составляющий его материал. Юнг неоднократно повторяет, что нет конкретных методов анализа сновидения, которые бы подходили каждому. Ведь человек находится в своем особом состоянии и к конкретному случаю необходим индивидуальный подход, что отразится в толковании сна, поэтому крайне неразумно верить сонникам. Необходимо опираться на опыт и биографию сновидца, предварительно изучив ее.

Итак, ознакомившись с Работам Фрейда и Юнга, можно прийти к выводу, что толкование сновидений – довольно сложный вопрос, с которым сталкивается любой человек, хоть раз изумившийся от увиденного. С вопросом, как объяснить сон, лучше обратиться к специалисту, потому что неопытному человеку самостоятельно сложно все сразу осознать. Хотя, я считаю, что методом «свободных ассоциаций» все-таки стоит попробовать, и может быть, хоть и не с первого раза, труд принесет плоды. Сонники, которые сейчас можно встретить в каждом книжном магазине, не стоит использовать, потому что человек сам по себе индивидуален и толкование «под копирку» неуместно. С точки зрения психоаналитической философии нельзя сомневаться, что сновидения и будни взаимосвязаны, что сны словно посланники нашей души, несущие вести о внутренних душевных проблемах и переживаниях.

Список литературы

1. Фрейд, З. Толкование сновидений / З. Фрейд: пер. с нем. – Мн:. ООО «Попурри», 2003. – 576 с.

2. Фрейд, З. О сновидении / З. Фрейд // [Электронный ресурс] / Режим доступа:

http://www.lib.ru/PSIHO/FREUD/snowideniya.txt

3. Юнг К.Г., Франц, М.Л., Хендерсон Дж.Л., Якоби И., Яффе А. Человек и его символы / пер. Сиренко И.Н., Сиренко С.Н., Сиренко Н.А. – М.: Медков С.Б., «Серебряные нити», 2006. – 352 с., илл.