

П

Научно-методический журнал

СИХОЛОГИЧЕСКАЯ
СЛУЖБА

3⁽⁰⁰⁸⁾

2004



Екатерина Кузьминична АГЕЕНКОВА, кандидат психологических наук, доцент кафедры психологии факультета философии и социальных наук Белорусского государственного университета. Сфера научных интересов и проводимых исследований: психология бессознательного, психология религий, психология творчества, психосоматика. Другие интересы: живопись, туризм

Сидится — или ничего,
или что-то интересное.
Нужно учиться
всесторонне так же:
или никак, или интересно.

Ф. Ницше

Особенности сновидений слепорожденных лиц

Сон — один из самых загадочных наших актов. Мы отдаем ему треть своей жизни, но не постигли его. Для одних он лишь продолжение сознания. Для других — сложное состояние, охватывающее сразу прошлое: вчера, сегодня и завтра, для третьих — непрерывное течение сновидений.

Х. Борхес

Феномен сновидений один из самых загадочных в психической жизни человека. Он понимается одновременно и как психическая бытийность, и как мистическая, влекущая человека в неподвластные ему действия. В попытке разобраться в феномене сновидения становятся единомышленниками и мистики и ученые. Понять сновидение — значит проникнуть в сокровенное человека.

Исследования человеческих культур указывают на то, что еще в древности создавались универсальные подходы к толкованию. Первые древнеегипетские произведения этого жанра относятся ко II тысячелетию до н.э. О природе сновидений писали многие известные мыслители прошлого: Гиппократ, Аристотель, Хрисипп, Цицерон, Лукреций, ибн-Рушд, ибн-Сирин [3; 12]. Причем все древние источники указывают на то, что, вопреки расхожему мнению, в большинстве своем они не являются вещами или предсказательными [6; 15].

68-233

Современная традиция психологического толкования сновидений восходит к З. Фрейду. Он впервые привнес представление о символическом языке бессознательного. В дальнейшем все школы психодинамического направления стали рассматривать символы сновидений, сказок, мифов как своеобразный протоязык как человечества, так и индивидуального бессознательного отдельной личности. Однако современного психолога не интересует вещьность сна, хотя он и не отрицает возможность этого. Персонацентрические ориентиры современной психологии нацелены на познание природы индивидуального психического мира, и поэтому снотолкование имеет скорее психодиагностическую направленность, нежели предсказательную. Яркий пример тому — формирование представлений о сновидении лидеров главных психодинамических школ З. Фрейда и К.Г. Юнга. Оба они считали, что его сценарий — это отражение скрытого бессознательного мира, проявляющего себя в сознании в символическом языке.

Своеобразным «компромиссом» между сознательной и бессознательной сферами является сновидение З. Фрейда [11]. При снотолковании он использовал прием «en detail», или «расшифрование», в котором важен не сюжет сновидения в целом, а отдельные элементы и детали его содержания. Некоторые из представителей психоаналитического направления [2] считают сновидения не уникальным, а обычным явлением, проявлением процессов взаимодействия Эго, Суперэго и Ид.

В отличие от З. Фрейда, К.Г. Юнг отрицал какую-либо интерпретацию сновидения, понимая его целостно («en masse»), а не в деталях. С его точки зрения, символы сновидения — не язык, го-

ворящий от имени бессознательного, требующий интерпретации. Сны и есть сказанное. Как окружающий мир демонстрирует себя через органы чувств, так и бессознательное открывает себя в образах сновидений. ... Сами сны имеют свою собственную, самостоятельную, имеющую смысл функцию. Очень часто сны имеют определенную с очевидностью целеполагающую структуру, указывающую на определенную идею или намерение. ... Последнее, что я оставил ассоциативный путь, который выводил от самого сна. Я предполагал сконцентрироваться на ассоциациях непосредственно самого сна, и оказалось, что последний выражает нечто специфическое, что пытается выразить бессознательное» [13, с. 26–27]. Причем, по мнению К.Г. Юнга, демонстрирует себя через сновидения не каждая составляющая бессознательного, а та целостная структура, являющая собой и бессознательное и сознательное, которую он назвал «самостью». Через сновидение происходит процесс индивидуации (становление собой), процесс, через который самость интегрирует себя в единую целостность [14]. В теории К.Г. Юнга то, что являет собой сновидение, аналогично мифическому отражению мира в сознании первобытного человека [13]. С точки зрения К.Г. Юнга, не может быть универсальных способов толкования сновидений: «Ни один символ не может быть взят отдельно от человека, этот сон видевшего, как нет единой и однозначной интерпретации любого сна» [13, с. 53]. Однако он не отрицал, что достаточно часто встречаются однотипные «мотивы» сновидений. «Среди этих мотивов наиболее часты падения, полет, преследование хищными зверями или врагами, появление в публичных местах в голом или полуголом виде или в не-

лепой одежде, состоянии спешки или потерянности в неорганизованной толпе, сражение в безоружном состоянии или с негодным оружием, изматывающее убежание в никуда» [13, с. 54].

С другой стороны, современное развитие теорий бессознательного приводит часто к полному отрицанию значимости сознания в психической деятельности человека. Согласно А. Менегетти, сновидение — это единственная реальность, в которой существует человек: «Сновидение — это зеркало, целиком отражающее органико-функциональную деятельность нашего существования. Наша память и наше сознание являются вторичными и частичными состояниями, остатками радикального онейрического отражения» [7, с. 22].

Мы полагаем, что школы психоаналитического направления ограничивают психическую деятельность человека рамками его же индивидуального психического пространства, в котором статично и незначимо восприятие внешней действительности, а наибольшую ценность приобретает разворачивающаяся динамичная картина собственного внутреннего мира в картине сновидений.

Однако, какой бы подход к толкованию сновидений мы ни взяли — предсказание, расшифровывание отдельных символов, анализ процесса индивидуации или онтогенеза реальности, он подразумевает присутствие основного объекта этого толкования — *зрительного образа*. Именно зрительные образы сновидений традиционно подлежат толкованию как в фольклорной традиции, так и в рамках сложившихся психологических школ. Даже К.Г. Юнг, обнаруживший среди его универсальных проявлений только действия, интерпретировал их все же как действия с *видимыми* объекта-

ми. И именно в действиях со зрительными образами, по его мнению, являются перед нашим сознанием больше всего архетипов, которые составляют скрытый бессознательный слой как индивидуального психического мира, так и всего общего слоя человеческой культуры.

Но ведь сны видят незрячие. Ито же они «видят», ведь зрительных образов в психическом мире слепорожденных нет? Мы не смогли обнаружить ни одного источника, посвященного данному вопросу.

Первые наши исследования сновидений слепорожденных обнаружили удивительную закономерность. Все они были «сны-вспоминания», в которых сновидцы вновь в подробностях переживали события, происходившие с ними ранее. Среди них не было ни одного «фантастического» сюжета, столь обычного для зрячих. В связи с этим, во втором исследовании в качестве первой задачи проводилось уточнение того, что же переживают во сне незрячие и есть ли среди их сновидений «сны-фантазии». Второй задачей было выявление мотивов сновидений, которые имели бы универсальные для незрячих толкования. Конечно, самой главной задачей нашего исследования мы считали попытку в целом понять и природу человеческих сновидений.

Основную исследуемую группу составили лица с врожденной слепотой, а также те, кто потерял зрение в раннем детстве и у которых не сохранились воспоминания о зримом мире. Анализировались сновидения 10 незрячих лиц и 15 зрячих.

Метод исследования — свободное интервью, в ходе которого затрагивались следующие вопросы: Какие сновидения вам чаще всего снятся: фантастические, сны о желаемых будущих событиях, сны-воспоминания о прошлых событиях? Пе-

реживаєте ли вы в своих сновидениях какие-либо эмоциональные состояния: страх, радость, гнев или иное? Снятся ли вам фантастические сновидения, в которых происходят события, которые с вами в реальности не случались? Расскажите, какие мысли и чувства возникали у вас в этих сновидениях? Что в этом сновидении явилось для вас знакомым (переживания, ситуации, события, люди)? Что в этих сновидениях было для вас необычным, появились ли там незнакомые люди, необычные ситуации, события? Снилось ли вам когда-либо, что вы были другим человеком, или вы присутствовали в своих сновидениях в другой

роли? Снятся ли вам сновидения воспоминания происходивших с вами реальных событий? Снилось ли вам когда-нибудь то, о чем вы мечтали? Как вы понимали, о чем речь или о ком речь в ваших сновидениях? Бывают ли и как часто у вас фантастические сновидения, сны-воспоминания о реальных событиях, сны-исполнения желаний или сны-предсказания будущих событий? В каждом случае предлагалось привести примеры сновидений.

Анализ данных опроса указал на особенности сновидений слепорожденных и зрячих лиц, которые мы свели в следующую таблицу.

Слепорожденные	Зрячие
При восприятии сновидений у всех опрошенных (100%) доминировала звуковая картина разворачивающихся в них событий. Четверть опрошенных (4 чел.) указали, что сны ощущались сновидческий мир за счет моторного взаимодействия с ним. У 40% опрошенных в сновидениях присутствовали ощущения запахов. Они ощущали процесс, происходящий в теле (1 чел.) или присутствие объектов окружающего пространства, но не ощущали их как-либо через органы чувств (1 чел.).	Во всех сновидениях зрячих обязательно присутствовала зримая картина сновидческих событий (100% опрошенных). Данная картина могла дополняться ощущением моторных действий (20% опрошенных). Голоса и другие звуки присутствовали в сновидениях 50% опрошенных. О присутствии запахов в сновидениях не указал ни один зрячий сновидец.
Все опрошенные (100%) указали на то, что обычными для них являются «сны-воспоминания», причем в сновидческих событиях нет каких-либо искажений ранее пережитой реальности. Снятся слепорожденным чаще всего события детства. Причем половина опрошенных (50%) отметили, что им никогда не снились сны фантастического содержания. У 60% опрошенных в сновидениях происходили события, которые они в состоянии бодрствования создавали в своих мечтаниях. В данном случае мы отнесли данные сновидения к категории «снов-воспоминаний», т.к., хотя они и не являются новым сновидческим переживанием реальных событий, однако их действие создавалось в состоянии бодрствования. Ни в одном из анализируемых сновидений сновидец не воспринимал себя другим человеком и всегда во сне выполнял характерные для своего бодрствующего состояния действия.	Только у 30% зрячих в сновидениях присутствовали «сны-воспоминания», в которых снова переживались реальные события жизни. У 70% такие сновидения никогда не встречались.

Слепорожденные	Зрячие
<p>Половина опрошенных (50%) отметили среди своих сновидений и «сны-фантазии»: в картине сновидений появлялись незнакомые люди (сновидцы слышали незнакомые голоса), сновидец взаимодействовал в новых сновидческих событиях с реальными своими знакомыми или с героями телефильмов. В данных сновидениях мы отметили только синтез новых событий в виде взаимодействия сновидца с незнакомыми или знакомыми людьми, а также синтез новых звуков.</p>	<p>Все зрячие опрошенные (100%) видели «сны-фантазии». В данных сновидениях обычно синтезировались новые события, люди и другие живые существа, обстановка, предметы. В новых взаимодействиях вступали известные сновидцу лица. В своих сновидениях он мог быть или только наблюдателем сновидческих событий или его участником. Причем 80% опрошенных присутствовали в своих сновидениях не только в качестве своего реального «я», характерного для бодрствующего состояния, но и могли быть в них другим человеком.</p>
<p>В своих сновидениях слепорожденные переживали различные эмоциональные состояния. Причем характер эмоций в картине сновидений соответствовал переживаниям, характерным для соответствующей реальности. Не было обнаружено неожиданных для сновидца эмоциональных реакций на сновидческие события. При анализе эмоциональных составляющих сновидений у слепорожденных мы смогли обнаружить одну общую закономерность: состояние кошмара переживалось всеми опрошенными в одном сновидческом событии, которое мы обозначили как «отсутствие опоры». Это были или сны, в которых сновидец падал, или сны, где он был в состоянии невесомости.</p>	<p>В своих сновидениях зрячие также переживали весь спектр известных им эмоций. Однако, в отличие от слепорожденных, они могли испытать неожиданные для них чувства по отношению к наблюдаемым в снах картинкам, например, чувство восторга или наоборот угнетения при восприятии вроде бы обычных картин и событий. Чувство страха зрячие сновидцы также испытывали при состоянии падения или невесомости. Однако они могли испытать и восторг от состояния невесомости, когда ощущали себя во сне летящими как птица. Чувство страха во сне зрячими испытывалось также в ситуациях преследования; при обнаружении себя в незнакомой обстановке, откуда не знаешь как выбраться; при падении в темноте или замкнутом пространстве (лифт, самолет); при встречах с покойниками или другими «страшными существами»; при наблюдении картин разрушения (катастрофы, пожары, природные катаклизмы, убийства и казни); при видении обычных предметов или живых существ, которые во сне почему-то воспринимались как страшные.</p>

Картин сведений о сновидениях слепорожденных лиц указывает, как и следовало ожидать, на то, что обедненность картины воспринимаемого реального мира приводит к слабой способности к сочетанию ее деталей в фантастичные образы не только в бодрствующем состоянии, но и во сне. Однако это не осложненные фантазиями сновидения слепорожденных указывают

на то, что является базисным, исходным в структуре сновидений, скорее всего, и зрячих лиц. Похоже, что при сновидческом состоянии просто активизируются процессы памяти. Мы полагаем, что именно данное воспоминание имеет какую-то значимость в контексте реальных (характерных для бодрствующего состояния) событий сновидца. Во сне, при отсутствии ме-

шающих факторов бодрствующей психической деятельности, по-видимому, легче вспомнить прежний опыт, чтобы использовать его в настоящем. В памяти зрячего хранится избыточное количество информации, поэтому при необходимости вспомнить нужное воссоздается множественность информации, которая и сочетается между собой в необыкновенную фантазию сновидения.

В настоящее время, пожалуй, только когнитивные направления в психологии, указывающие на значимость сознания в человеческой жизнедеятельности, рассматривают сновидения как процесс переработки информации, полученной через механизмы сознания. В данном направлении психологии сознание рассматривается не только как функция восприятия внешней статической действительности, но и как функция познания ее. С точки зрения этой парадигмы, благодаря нацеленности сознания на решение поставленных им самим задач, в этот процесс вовлекается и бессознательное, в пределах которого может быть решена данная задача. В этих случаях сновидение превращается в творческий акт, в котором в образном виде человеческому сознанию представляется это решение в готовом виде [1, 4, 8, 10]. Подобные представления имеют также В.С. Ротенберг и В.В. Артаковский [9], полагавшие, что в сновидениях сновидец продолжает деятельность, которая для него необходима, но которую он не завершил в состоянии бодрствования.

Психический мир бодрствующего зрячего человека обычно существует «там и тогда». Здоровый зрячий практически не замечает своего тела, он су-

ществует вне себя. Он воспринимает окружающий физический мир как достаточно обширное пространство, где в разной удаленности от него существуют как различные реальные объекты, из которых ближе видится его собственное тело, так и объекты его мечтаний, мыслей, фантазий, представлений. Таким образом, психическое пространство зрячего безгранично. С физическим окружением он обычно взаимодействует механически, используя закрепленные навыки. Для зрячего более важна сфера социального взаимодействия, в котором необходимо согласовать с окружающими людьми свое не столько моторное, сколько эмоциональное и интеллектуальное поведение. В психической реальности зрячего присутствует оценка психического состояния других, которая часто переживается как Я-другой. В связи с этим в сновидческих событиях иногда воссоздается эта способность быть не Я, а другим.

Воспринимаемый мир слепого максимально приближен к его телу. Круг окружающей его действительности ограничен дальностью действия звукового сигнала, поэтому такую важность для него имеет слуховой анализатор. Даже события в сновидениях они воспринимают на слух. Однако основное взаимодействие с окружающим миром они совершают только моторно, через действия тела, максимально сливая свое Я с этой точкой отсчета психической реальности. Слепому необходимо соизмерять каждое новое построение движений с состоянием реальности и своими возможностями. Этим, с нашей точки зрения, можно объяснить отсутствие в сновидениях слепорожденных состояний, где

это переживается как другой человек. Максимальная приближенность слепого к взаимодействию с предметным миром «здесь и теперь» побуждает и психическую деятельность в сновидении также опираться на реальность, а не на фантазию. С другой стороны, известно, что у слепых формируется высокий уровень недоверия к окружающим людям, в узкий круг доверительных отношений они допускают не многих, что, вполне возможно, также связано с неспособностью быть другим.

Наиболее распространенные «сны-фантазии» слепорожденных — это исполнение мечтаний. Но исполнение ли это желаний? Когда мы нечто желаем, то наша фантазия создает нам и в бодрствующем сознании картину владения желаемым. И это фантазийное действие хранится в нашей памяти так же, как и реальное событие. Поэтому сны-исполнения желаний у слепорожденных можно также отнести к действию процессов памяти во сне. В связи с этим к процессам синтеза нового в сновидениях слепорожденных можно отнести только синтез новых событий в виде взаимодействия сновидца с незнакомыми или знакомыми людьми, а также синтез новых звуков.

В наших исследованиях слепорожденные сновидцы не отметили у себя каких-либо необычных эмоциональных реакций на сновидческие события. Их реакции в сновидениях также соотносятся с эмоциональными проявлениями бодрствующего сознания. Однако исследование позволило выделить одну общую закономерность. Переживание страха в сновидениях слепорожденных всегда связано с падением или потерей опоры под

ногами. Опрос показал, что они и в состоянии бодрствования очень боятся упасть. Мы показали выше, что взаимодействие слепого с окружающим миром обычно ограничено рамками моторных и сенсорных возможностей тела. Падение воспринимается как потеря ориентации в окружающем мире и провал адаптивных действий в нем. Поэтому во сне падение или идентичное ему состояние неосомы превращается в кошмар.

Мы предполагаем, что страх потери опоры может являться первичным и генетически закрепленным инстинктивным поведением. Так, Р.Л. Грегори [5] приводит данные о том, что инстинктивной страх потерять опору существует даже у младенца, вне зависимости от того, имел ли он опыт падения или нет.

Предполагаем, что ситуации переживания кошмара в сновидениях зрячих аналогичны потере устойчивой связи тела с землей или «потере опоры». Как уже было сказано выше, зрячий человек существует в громадном пространстве. Поэтому, хотя желание сохранить связь тела с устойчивой физической опорой и остается первичным, значимым становится страх потери связи Я со сложившимся предметным, экономическим, социальным и родственным окружением и собственной самоидентификацией. Лишь при наличии такой опоры современный человек чувствует себя уверенно во взаимодействии с окружающим миром. Когда во сне сновидец сталкивается с исчезновением таких опор, он испытывает такой же ужас, как слепой при падении. Вполне объяснима, с нашей точки зрения, и замена страха на восторг у зрячих при «полетах» во сне. В

таких сновидениях зрячий сновидец видит, что он не падает вертикально вниз, а парит горизонтально по отношению к земле, и чувствует себя в безопасности, т.к. знает, что полет птиц естествен.

Таким образом, анализ сновидений слепорожденных лиц позволил выделить следующие их отличия от сновидений зрячих:

1. В сновидениях слепорожденных восприятие разворачивающихся событий опирается на те же органы чувств, что и в бодрствующем состоянии.
2. Самым распространенным видом сновидений слепорожденных являются сны-воспоминания о событиях, которые происходили ранее в бодрствующем состоянии (в том числе и в мечтаниях).
3. В сновидениях слепорожденных снижена способность к синтезу нового. В том числе у них не отмечены неожиданные эмоциональные реакции.
4. У всех слепорожденных состояние падения или невесомости во сне переживается как кошмар, что идентично соответствующему явлению в состоянии бодрствования.
5. Во всех проанализированных сновидениях слепорожденные никогда не воспринимали себя другим человеком.
6. Основанием сновидений слепорожденных являются события, происходившие с ними в бодрствующем состоянии. Предполагается, что и у зрячих сновидения — это также «просмотр» прошлого, только при сочетании отдельных элементов из множества ранее воспринятого.

7. Для понимания природы сновидений наиболее подходящими являются теориями, в которых центром является точка зрения, являющаяся моделью не психодинамической психологии, а когнитивной.

ЛИТЕРАТУРА

1. Адамар Ж. Исследование психологии процесса изобретения в области математики. — М.: Сов. радио, 1970.
2. Бреннер Ч. Сновидения в клинической психоаналитической работе // Современная теория сновидений. — М.: АСТ, Рефл-Бук, 1999.
3. Витмер-Буш Э. Сон и сновидения в Средние века // История ментальностей. Историческая психология. — М.: Российская академия наук, Институт всеобщей истории, 1996. — С. 129-141.
4. Голицын Г.А. Информационный подход в психологии творчества // Исследование проблем психологии творчества. — М.: Наука, 1983.
5. Грегори Р.Л. Глаз и мозг. Психология зрительного восприятия. — М.: Прогресс, 1970.
6. Джагаддева. Волшебное сокровище сновидений. — М.: Ладомир, 1996.
7. Менегетти А. Образ и бессознательное. — М.: ННБФ «Онтопсихология», 2000.
8. Пономарев Я.А. Основные звенья психологического механизма творчества // Интуиция, логика, творчество. — М.: Наука, 1987.
9. Ротенберг В.С., Аршавский В.В. Поисковая активность и адаптация. — М.: Наука, 1984.
10. Симонов П.В. Неосознаваемое психическое: подсознание и сверхсознание // Кибернетика живого: Человек в разных аспектах. — М.: Наука, 1985.
11. Фрейд З. Толкование сновидений. — К.: Здоров'я, 1998.
12. Сыркин А.Я. О сновидениях и их индийском толковании / Предисловие к кн. Джагаддевы «Волшебное сокровище сновидений». — М.: Ладомир, 1996. — С. 5-29.
13. Юнг К.Г. Подход к бессознательному // Человек и его символы. — СПб.: Б.С.К., 1996. — С.15-117.
14. Юнг К.Г. Психология и алхимия. — М.: Рефл-Бук; К.: Ваклер, 1997.
15. Ямвлих. О египетских мистериях. — М.: АО «Х.Г.С.», 1995.