

Όνειρο: μία ψυχαναλυτική προσέγγιση

Αλίκη Κατσαρού

ΙΑτρική Ψυχολόγος, M.Sc., Ψυχοθεραπεύτρια, υπ. Μέλος της Ελληνικής Ψυχαναλυτικής Εταιρείας

Ο Φρόυντ, στο βιβλίο του «Η Ερμηνεία των ονείρων» γραμμένο το 1900, κάνει την εξής όμορφη περιγραφή: «... ο άνθρωπος κάθε νύχτα αφαιρεί τα ενδύματα με τα οποία έχει καλύψει το σώμα του κι ενδεχομένως, τα εξαρτήματα που χρησιμοποιεί για να αναπληρώσει τα σωματικά του όργανα, στο μέτρο που κατάφερε να καλύψει την ανεπάρκειά τους με κάποιο υποκατάστατο: γυαλιά, περούκες, ψεύτικες οδοντοστοιχίες κ.ά. Μπορούμε να προσθέσουμε πώς, όταν πηγαίνει για ύπνο, αφαιρεί, με τρόπο ανάλογο, το ψυχισμό του, εγκαταλείποντας τα περισσότερα ψυχικά του προσκλήματα με αποτέλεσμα, κι από τις δύο πλευρές, να πλησιάζει εξαιρετικά την κατάσταση από την οποία ξεκίνησε η ανάπτυξή του.»

Αυτό σημαίνει ότι, κάθε νύχτα, από-επενδύουμε την πραγματικότητα και στρεφόμαστε προς το μέσα μας. Δηλαδή, αποσύρουμε ολοκληρωτικά την προσοχή μας και το ενδιαφέρον μας από ό,τι μας περιβάλλει.

Ο ύπνος, κατά τον Φρόυντ, από σωματική άποψη, είναι «μία αναβίωση της ενδομήτριας ζωής, της οποίας πληροί ορισμένους όρους: ανάπαυση, ζεστασιά και απομάκρυνση των διεγέρσεων». Πολλοί, μάλιστα άνθρωποι, παίρνουν στον ύπνο τους την σωματική στάση του εμβρύου.

Το όνειρο, από την άλλη πλευρά, θεωρείται ως ο **φύλακας του ύπνου**. Αποτελεί, δηλαδή, το όνειρο μία ένδειξη ότι κάτι έχει προκύψει που προτίθεται να διαταράξει τον ύπνο και μας επιτρέπει να καταλάβουμε τον τρόπο με τον οποίο μπόρεσε κανείς να αποτρέψει αυτή τη διατάραξη.

Ο ύπνος μας διαταράσσεται, ως γνωστόν, από εξωτερικά ερεθίσματα, όπως ένα δυνατό θόρυβο. Ο κοιμώμενος, λοιπόν, για να προστατέψει τον ύπνο του μπορεί να παράγει ένα όνειρο όπου ο δυνατός θόρυβος «ενσωματώνεται» στο όνειρο και έτσι το ύπνος συνεχίζεται. Π.χ. ονειρεύεται ότι είναι κάπου έξω και πέφτει ένας δυνατός κεραυνός κλπ... και αυτό το εντάσσει σε ένα γενικότερο σενάριο. Η περίπτωση, όμως, αυτή είναι από τις σπάνιες.

Ο ύπνος μας, όμως, διαταράσσεται συνήθως από εσωτερικά ερεθίσματα. Αυτά είναι ανεκπλήρωτες επιθυμίες και ευχές και άλυτες συγκρούσεις που δημιουργούν εσωτερικές εντάσεις και αυτές ενοχλούν τον ύπνο. Μην ξεχνάμε ότι εδώ μιλάμε για επιθυμίες, ευχές και συγκρούσεις που ίσχυσαν νωρίς, στην παιδική ηλικία όλων μας και οι οποίες, καθότι το ασυνείδητο είναι άχρονο, - δεν γνωρίζει ηλικιακή ωρίμανση-, αυτές παραμένουν μέχρι το σήμερα έχοντας λυθεί όπως ο καθένας μας μπόρεσε να τις λύσει. Ο τρόπος που έλυσε ή «μπάλωσε» ο καθένας μας τις σχέσεις με τους γονείς του καθορίζει το σχετιζόμαστε με το σήμερα.

Για να μπορέσει, όμως, να γεννηθεί ένα όνειρο χρειάζεται αυτό που ο Φρόυντ ονόμασε «**υπόλειμμα της ημέρας**». Δηλαδή, κάποιο γεγονός που συνέβη στη μέρα, κάτι που ειπώθηκε, κάτι που ο ονειρευόμενος διάβασε, συζήτησε κλπ., είτε συνηθισμένο ή σημαντικό. Το υπόλειμμα της ημέρας, με κάποιο τρόπο, συνδέεται και εκπροσωπεί κάποια βαθύτερη ασυνείδητη σύγκρουση. Δηλαδή, με κάποιο τρόπο, το υπόλειμμα της ημέρας πυροδοτεί το όνειρο όπως ένα γεγονός μπορεί να πυροδοτήσει το ξεκίνημα μίας νεύρωσης ή ενός ορισμένου νευρωτικού συμπτώματος.

Είναι δεδομένο ότι η μη-ικανοποίηση βαθιά ριζωμένων ευχών προκαλεί εσωτερικές εντάσεις. Η εκπλήρωσή τους, όμως, θα προκαλούσε άγχος και ενοχή. Αυτός είναι και ο λόγος που οι ευχές

αυτές **απωθήθηκαν** στην αρχή: πέρασαν, δηλαδή, στο **ασυνείδητο**. Χαρακτηριστικό παράδειγμα είναι το τρίχρονο-τετράχρονο κοριτσάκι που λέει στο μπαμπά της ότι θέλει να τον παντρευτεί, δηλαδή η ψυχική κίνηση στοχεύει την ικανοποίησή αυτής της επιθυμίας. Στη συνέχεια διαπιστώνει όμως ότι αυτό είναι ανεπίτρεπτο και απαγορευμένο, η ευχή απωθείται –θα λέγαμε δεν την γνωρίζουμε πια, γίνεται ασυνείδητη- και το κοριτσάκι κάποια στιγμή παντρεύεται κάποιον που μοιάζει με τον πατέρα της.

Το εγώ του ατόμου πρέπει να προστατευθεί από την ένταση που ξεπηδά από τις ανεκπλήρωτες επιθυμίες και το άγχος και ενοχή που θα συνόδευαν την εκπλήρωσή τους. Έτσι ο Φρόυντ θεωρεί τα όνειρα **σαν το αποτέλεσμα ενός συμβιβασμού ανάμεσα στις ασυνείδητες ευχές που ζητούν έκφραση και στη λογοκρισία της απώθησης**.

Οι απωθημένες ευχές εκφράζονται μέσα από μία **«άκακη ψευδαισθητική εμπειρία»**, δηλαδή η απωθημένη-απαγορευμένη ευχή **ικανοποιείται μέσα στο όνειρο**. Το όνειρο είναι, λοιπόν, η ψευδαισθητική ικανοποίηση μιας ασυνείδητης επιθυμίας. Ξαναζούμε στο σήμερα, μέσω του ονείρου, μία επιθυμία του παρελθόντος και ψευδαισθητικά την ικανοποιούμε. Άλλωστε εμείς είμαστε οι σεναριογράφοι του σεναρίου του ονείρου μας και χειριζόμαστε τα πράγματα όπως μας είναι πιο βολικά.

Υπάρχουν και ακραίες περιπτώσεις όπου το άτομο δεν κοιμάται διότι φοβάται να ονειρευτεί. Σ'αυτήν την περίπτωση το εγώ του ατόμου νιώθει ανίκανο να λογοκρίνει το περιεχόμενο της απώθησης που ελευθερώνεται κατά τη διάρκεια του ύπνου.

Υπάρχει μία εργασία που επιτελεί το όνειρο. Κάποιος μας αφηγείται ένα όνειρο. Οι λεπτομέρειες του σεναρίου που ακούμε αποτελούν το **έκδηλο** (φανερό) περιεχόμενο του ονείρου. Ξέρουμε, όμως, ότι το σενάριο αυτό καλύπτει τις **λανθάνουσες** σκέψεις του ονειρευόμενου (τις ασυνείδητες ευχές του και συγκρούσεις του). Η εργασία του ονείρου, λοιπόν, μετατρέπει τις λανθάνουσες σκέψεις του ονείρου, που δεν είναι αποδεκτές στο εγώ του ατόμου, ακόμα και όταν κοιμάται, σε φαινομενικά αθώο έκδηλο περιεχόμενο του ονείρου. Επιτελείται, δηλαδή, μία ψυχική εργασία με στόχο το μασκάρωμα των «από κάτω» σκέψεων του ονειρευόμενου.

Η ψυχική εργασία του ονείρου στοχεύει στην **εκπλήρωση-ικανοποίηση** των απαράδεκτων και συγκρουσιακών ευχών μέσα από το **μασκάρεμά** τους. Πώς το κάνει αυτό;

1. Εργασία της **συμπύκνωσης**: Το όνειρο με τη βοήθεια της παράλειψης δίνει μία πολύ ατελή απόδοση των ονειρικών ιδεών, ενώ υπάρχουν πολλά κενά. Θα λέγαμε ότι κάνει μία συνοπτική μετάφραση του λανθάνοντος περιεχομένου. Πολλές συνειρμικές αλυσίδες εκφράζονται από μία εικόνα και μόνο.
2. Εργασία της **μετάθεσης**: Τα πιο σημαντικά στοιχεία του λανθάνοντος περιεχομένου απεικονίζονται στο έκδηλο περιεχόμενο σαν ελάχιστονες λεπτομέρειες. Δηλαδή ο τονισμός, το ενδιαφέρον και η ένταση ορισμένων ιδεών αποσπώνται και μεταφέρονται σε άλλες λιγότερο έντονες, οι οποίες συνδέονται με τις πρώτες μέσω συνειρμικών αλυσίδων.
3. Εργασία της **συμβολοποίησης**: Εδώ μιλάμε για συμβολικές εκφράσεις της επιθυμίας ή σύγκρουσης, δηλαδή έμμεσους τρόπους ακόμα και μορφή εικόνας, η οποία είναι δύσκολο να αποκωδικοποιηθεί. Το παιδικό όνειρο θεωρείται λιγότερο συμβολικό από το όνειρο του ενήλικα, στο μέτρο που η επιθυμία εκεί εκφράζεται με λίγη ή ακόμη και χωρίς καθόλου μεταμφίεση.
4. Εργασία της **εικονοποίησης**: Οι σκέψεις μετατρέπονται σε εικόνες.

Τα όνειρα είναι απολύτως εγωιστικά. Όπου στο ονειρικό περιεχόμενο δεν εμφανίζεται το εγώ του ονειρευόμενου, αλλά ένα ξένο πρόσωπο, εκεί μπορούμε να υποθέσουμε ότι πίσω από αυτό το πρόσωπο κρύβεται, μέσω ταύτισης, το εγώ του ονειρευόμενου. Μπορεί, δηλαδή, ο ονειρευόμενος να παραστήσει το εγώ του με πολλαπλούς τρόπους, τη μια φορά κατευθείαν, την άλλη μέσω ταύτισης με ξένα πρόσωπα. Με πολλές τέτοιες ταυτίσεις μπορεί ένα πάρα πολύ πλούσιο υλικό ιδεών να συμπυκνωθεί.

Τι κάνει ο ψυχαναλυτής με τα όνειρα; Ζητάμε τους συνειρμούς του αναλυόμενου όχι για το όνειρο στο σύνολό του αλλά για όλα τα επιμέρους στοιχεία του, όπως επίσης το τι προηγήθηκε του ονείρου. Επίσης, ζητάμε και τις σκέψεις του αναλυόμενου για τα σημεία του ονείρου που του φαίνονται περίεργα. Αυτές οι πληροφορίες είναι που βοηθούν στην ερμηνεία του και βέβαια να σημειώσουμε ότι αυτή δεν γίνεται σε μία συνεδρία, διότι τα όνειρα φέρουν πολύ πλούσιο υλικό και σε διάφορα στρώματα και ο αναλυόμενος μπορεί να επανέλθει με νέο όνειρο και να εμπλουτίσει το ήδη υπάρχον.

Πρέπει, επίσης, να πούμε ότι τα όνειρα για τον ψυχαναλυτή είναι ενδεικτικά και για την παθολογία του αναλυόμενου. Η θεωρία του ονείρου στηρίχθηκε βασικά σε αναλύσεις που έκανε ο Φρόυντ και αφορούσαν σε νευρωσικά κυρίως άτομα. Μετά το 1920 ο Φρόυντ συμπλήρωσε τη θεωρία του και εκεί τα πράγματα γίνονται πιο περίπλοκα. Αναφέρεται σε όνειρα ωμά και βίαια ή σε τραυματικά όνειρα. Εκεί μέσα από το όνειρο γίνεται εκφόρτιση των σκόρπιων ασυνείδητων στοιχείων του ψυχισμού.

Εδώ τα πράγματα είναι διαφορετικά. Ο τραυματισμός απειλεί με τρόπο πιο ριζικό την ακεραιότητα του ατόμου και καταργεί την **αρχή της ηδονής** που υπάρχει κάτω από όλα τα όνειρα που συζητήσαμε. Όταν λέμε αρχή της ηδονής εννοούμε το γεγονός ότι το σύνολο της ψυχικής μας δραστηριότητας αποσκοπεί στην αποφυγή της δυσαρέσκειας και στον προσπορισμό ηδονής.

Στον τραυματισμό (που θα μπορούσε να είναι απλό ατύχημα, βιασμός, κακοποίηση ανηλίκου ...) έχουμε μία υπερβολική εισροή διεγέρσεων με αποτέλεσμα ο ψυχισμός για να τα βγάλει πέρα πρέπει να συνδέσει αυτές τις διεγέρσεις κατά τρόπο που να επιτρέπει, στη συνέχεια, την εκφόρτισή τους. Έτσι μπορούμε να έχουμε μία επανάληψη ονείρων όπου το άτομο ξαναζεί έντονα π.χ. ένα ατύχημα που έχει υποστεί και έτσι ξαναβρίσκεται στην τραυματική κατάσταση σαν να προσπαθούσε να την ελέγξει. Μπαίνει, δηλαδή, σε έναν καταναγκασμό της επανάληψης.

Σε αυτές τις περιπτώσεις οι χειρισμοί του αναλυτή είναι διαφορετικοί όπως επίσης και η ψυχική εργασία του αναλυόμενου.

Μέσα από τη μελέτη του ονείρου –ενός παγκόσμιου φαινομένου- άνοιξε η κατανόηση του παγκόσμιου τομέα της σκέψης του ονείρου και της γλώσσας του ονείρου που ξεπερνά την εργασία για την κατανόηση του ονείρου της νύχτας. Ο Φρόυντ ονόμασε την ανάλυση και κατανόηση των ονείρων σαν την **βασιλική οδό προς το ασυνείδητο του ανθρώπου**.