

## Трансформирующая работа сновидения

*Н.В. Майн*

*Майн Надежда Владимировна – психоаналитик, психиатр, кандидат психологических наук. Руководитель образовательного центра «Школа практического психоанализа».*

*Тема формирования сновидения, роли сновидения в психическом функционировании субъекта и работы со сновидениями в ходе психоанализа с самого начала формирования психоаналитического метода была ключевой. Именно с работы З. Фрейда «Толкование сновидений» и начинается история психоанализа. Представления основателя психоанализа о работе сновидения постепенно расширялись, а его последователи внесли значительный вклад в понимание функций сновидения. В данной статье предлагается систематизация классических и современных представлений о работе сновидения, одной из главных задач которой является психическая трансформация.*

*Ключевые слова: сновидение, психическая работа, желание, инфантильная сексуальность, травматизм, трансформация, работа сновидения, латентное, манифестное содержание сновидения, интерпретация, перенос.*

Работа со сновидениями является одной из важнейших составляющих аналитического процесса, а интерпретация сновидений была обозначена Фрейдом как королевская дорога к пониманию бессознательного. Работа сновидения заключается на видимом уровне в создании сна, а на скрытом уровне – это трансформации психического и телесного. Но вот что именно и во что трансформируется и каким образом это происходит – это вопросы, на которые психоаналитики постоянно ищут и предлагают разные ответы. Работа сновидения участвует в аналитическом процессе, и сам этот процесс включается в работу сновидения.

Главная функция сновидения – охранять сон, давая возможность процессу работы сновидения. Процесс сновидения дает возможность безвредного галлюцинаторного переживания и обеспечивает продолжение

сна. З. Фрейд пишет, что в идеале единственным следом сновидения при пробуждении было бы чувство, что хорошо выспался и готов начать новый день с восстановленной и доступной либидинальной энергией (Фрейд, 1930). Депривация сновидений приводила в эксперименте к появлению психотических переживаний, тогда как прерывание фаз сна, лишенных сновидений, вызывало только значительное утомление.

Сновидение возникает в условиях регрессии, снижения сознательного контроля и смещения внутреннего равновесия сил в сторону бессознательного. Это регрессия от системы предсознательного, вторичного процесса к системе бессознательного, или первичного процесса, то есть топическая регрессия. Ночное ослабление вытеснения используется бессознательным побуждением для того, чтобы проникнуть сновидением в сознание, но сопротивление вытеснения со стороны Я не исчезло во сне, просто оно уменьшилось и сохраняется в виде цензуры сновидения и запрещает бессознательному побуждению выразиться в формах, которые ему подходят. Они должны быть подвергнуты изменениям и ослаблениям, которые делают неузнаваемым предосудительный смысл сновидения (Фрейд, 1900).

Сначала Фрейд выделил два вида сновидений: инфантильное, или непосредственное, почти неискаженное удовлетворение желания. Оно встречается чаще у детей как продолжение дневного желания. Яркий пример: во сне съесть клубнику, которую так хотелось и не получилось съесть накануне. Во сне реализуется то, о чем мечталось. Другие сновидения искаженные. Под искажением (деформацией) понимается процесс, с помощью которого бессознательный или предсознательный предосудительный материал, а именно желание, меняется до неузнаваемости. Когда такое желание становится неузнаваемым для Я, оно может беспрепятственно пройти сквозь цензуру между сознательным и бессознательным и появиться в искаженном виде в манифестном содержании сновидения. Функцию цензуры выполняет Я под влиянием Сверх-Я, это защитная функция Я. В таком сновидении есть конфликт между желанием, его осуществлением и страхом последствий или страхом перед необходимыми условиями для осуществления такого желания.

Фрейдовская формула сновидения: *сновидение есть (скрытое) исполнение (вытесненного) желания*. Позже он внес коррективу и говорил о попытке исполнения желания сновидением. По определению Фрейда *работа сновидения* – это работа, которая не думает, не считает, не судит, но ограничивается тем, что дает другую форму латентным мыслям, трансформируя их в манифестное содержание. Работу сновидения Фрейд разложил на две фундаментальные операции: *продукция мыслей сновидения* и *трансформация их в содержание сна*. Мысли сновидения составляют базовое, неявное и скрытое содержание сновидения, и оно всегда отражает желание. Это попытка или реализация желания, но какого желания? Желания, которое активно, которое ожило в человеке под влиянием внешних событий, воспоминаний, чаще всего не явно, но на уровне предсознательного. Это актуальное желание находит поддержку в каком-то вытесненном желании, то есть желании инфантильном, инфантильной

сексуальности, которое подверглось вытеснению, но не оставило попыток своей реализации. Таким образом, любое взрослое желание подпитывается и пропитывается инфантильными желаниями, которые переносят на него свою конфликтность. Это детско-взрослое желание находит возможность своего осуществления в сновидении, но осуществления переодетого, чтобы быть принятым цензурой сновидения. Работа сновидения и занимается этим изменением. Материалом, из которого создается сновидение, становятся дневные остатки, мнестические следы событий, мыслей, аффектов ближайших дней и телесные сенсации во время сна: голод, жажда, боль, сексуальное возбуждение. Но это все только материал, источник же сновидения и его движущая сила – это неосуществленные потребности и желания.

Инфантильное желание всегда конфликтно и по определению неосуществимо. Конфликт пропитывает любое желание и связан с противодействием двух принципов психического функционирования – принципа удовольствия/неудовольствия и принципа реальности. Первый стремится найти способ испытать удовольствие, причем здесь и сейчас, и любой ценой избежать неудовольствия, дискомфорта и боли, а второй ищет способ примирить все это с требованиями, запретами и ограничениями реальности. Сновидение, как и любое компромиссное образование, – это попытка найти способ осуществить страшное, запретное или невозможное желание. Для этого сновидение должно исказить, замаскировать мысли сновидения и так избежать цензуры. Деформация, перестройка, ремоделирование формы происходит посредством трех основных процессов – *сгущения, смещения и перевода в изобразительность*.

*Сгущение* выражает в одном образе события, человека, представления, аффекты, разделенные и даже противоположные. В *смещении* представление, аффективно нейтральное, замещается другим, нагруженным аффектом, – это смещение образов.

Третий процесс – *перевод в образы*, преимущественно зрительные. Это инсценировка, где субъект является одновременно и режиссером, и актером, играющим все роли, и зрителем. В сгущении нечто общее обнаруживается у нескольких людей или предметов; часть, одна черта может обозначать целое. Из нескольких частей, аспектов образуется третье. В смещении психический акцент с важного элемента смещается на неважные, наслаивается на другие события, более нейтральные. З. Фрейд приводит анекдот для понимания действия смещения: сельский кузнец совершил преступление, за которое полагается смертная казнь. Суд решил, что вина должна быть искуплена, но, поскольку больше кузнецов в деревне не было, а он был незаменим, то вместо кузнеца повесили одного из портных, которых в деревне было несколько (Фрейд, 1930).

Бессознательные мысли (латентное содержание) переводятся на язык образов, хотя что-то остается в виде мыслей или ощущений, знаний. Работа сновидения мало придерживается словесных представлений, она всегда готова перемешивать слова между собой, пока не найдет того выражения, которое предоставляет наиболее благоприятную возможность для наглядного изображения. Сновидение использует символы, изображающие

конкретные явления и объекты, части тела, его функции, взаимодействие тел. В образы переводятся как репрезентации вещей, так и репрезентации слов. Искаженное, переведенное в образы или символы содержание сновидения должно быть переработано, упорядочено и приведено к сообразным категориям, действующим в состоянии бодрствования, чтобы в результате возникло нечто цельное и связное. Там, где необходимо, делаются вставки, и наоборот, отдельные элементы выбрасываются. Отсутствие или недостаточность вторичной переработки объясняет, почему сновидения сразу после пробуждения кажутся непонятными, странными, загадочными, запутанными и находящимися полностью под влиянием первичного процесса. В этом и заключается *вторичная переработка* сновидения. Первичный процесс, где несвязанные энергии свободно перетекают, где царит первичный процесс, трансформируется во вторичный процесс, действующий под знаком связывания энергии, где доминирует рациональная интеллектуальная активность. Сновидение старается убрать несоответствия и абсурдности первичного процесса, придавая манифестному содержанию приемлемый для здравого смысла фасад.

В приведенных ниже сновидениях пациентки, молодой девушки, и ее ассоциациях к ним можно увидеть действие перечисленных элементов и этапов работы сновидения. Латентное содержание раскрывается через связь манифестного содержания, ассоциаций пациентки и более раннего материала сессий. Сон: «С Сашей стоим, а перед нами Оля, подруга из школы, смотрим на нее, а она как-то странно двигается, ненормально, как будто она больная, дэцэпэшница. Саша говорит: "Ой, что это она такая?"». Саша – коллега, с ним были близкие отношения, которые на какое-то время были испорчены ее изменой с мужчиной его сестры. Она восхищалась этой сестрой, завидовала ей и хотела ее заместить в отношениях с парнем, сказав себе, что «они не должны быть вместе». Оля действительно была странная, громко смеялась, на письме у нее слова не сочетались в падеже и роде, она часто врала. Пациентка себя часто чувствует странной, говорит о себе «я псих», маму тоже называет странной. В Оле сгустились образы и самой пациентки, и ее мамы, вообще всех женщин. Папа ее всегда говорит, что женщины ничего не умеют, они неловкие, даже не могут крышку закрутить на банке, в резьбу не попадают. Про себя и пациентку он говорит «мы, мужики». Работает пациентка в мужском коллективе, там ее воспринимают как своего парня. Одевается она чаще «по-пацански», чтобы никто не заметил, что она девушка, хотя уже появилась идея, что это хорошо, когда ее воспринимают как девушку и помогают сделать что-то тяжелое физически. Все же она пока остается по ту сторону женского, смотрит на женщин со стороны.

Сон из следующего сеанса: «Приснилось, что я беременна, но не внешне. Я делаю тесты. Стою у стола, на нем куча тестов, не знаю, как я это узнаю. Думаю, надо подождать, вдруг все поменяется». Пациентка продолжает: «Проснулась с огромным облегчением, что это только сон, а проснулась от того, что показалось, что кто-то лезет в окно, но только показалось, это просто ветер. Отвратительное воспоминание, как увидела фотографию женщины с маленьким ребенком на руках. Тошнит...

У нее не было ни рук, ни ног, они сгнили, такая болезнь из-за беременности возникла. Вспомнила про это, и так плохо стало, горло сжалось. Иногда за свое здоровье сильно переживаю. Это моя самая страшная фобия. Все свои царапины заливаю перекисью. И я испугалась такой же стать, в такой же ситуации оказаться, как у этой женщины. Стало страшно жить... Прочитала новость, что Совет матерей хочет предложить налог на бездетность. Я в ужасе. Если родители узнают, тогда я для них стану взрослой. Для папы я стану не маленькой. Убить хочется этих матерей». Именно через ассоциации, воспоминания реконструируется латентное содержание сновидения и раскрывается конфликтность инцестуозного желания занять место матери и родить ребенка отцу, быть женщиной-матерью, ценной чего является необходимость принятия кастрации и страх той же кастрации как наказания за осуществленное запретное желание. Видна также трансформация сновидения, постепенное приближение к женской/материнской идентификации, пациентка находится уже по эту сторону этой темы.

З. Фрейд расширяет представление о работе сновидения на все психические процессы: идеаторные формации, дневные фантазии, защитные структуры, формирование симптомов, бред, галлюцинации. Сновидение строится так же, как невротический симптом, и является компромиссным образованием между притязаниями вытесненного побуждения влечения и сопротивлением Я. Работу сновидения можно приравнять к защитной деятельности бодрствующего Я. Если образование сновидения прошло успешно, сновидец может спать дальше. В своей разработке вопроса формирования сновидения З. Фрейд начал с понимания сновидения как исполнения желания, затем он уточнил, что это только попытка исполнения желания, но потом встала проблема травматичных, неприятных и повторяющихся сновидений, не укладывающихся в логику принципа удовольствия/неудовольствия. З. Фрейд описал посттравматические сновидения, в которых сновидец повторно переживает обстоятельства, предшествующие несчастному случаю. Однако тревожные сновидения всегда прекращаются непосредственно перед воспроизведением самого несчастного случая, как если бы ретроспективно в последний момент его можно было отсрочить или избежать. Страх в этих сновидениях не является реакцией на определенное желание. Эти сны подчиняются не принципу удовольствия и неудовольствия, а принципу навязчивого повторения – бессознательному желанию Я аннулировать травматическое событие. Именно открытие феномена навязчивого повторения привело З. Фрейда к постулированию влечения смерти (Фрейд, 1920).

Ш. Ференци также обнаружил в сновидении присутствие симптоматических элементов, касающихся травматизма, пережитого в прошлом, и обозначил *травматолитическую функцию сновидения*. Сон, таким образом, становится попыткой дать решение травматическому событию. Для Ш. Ференци сновидение – это бесконечный поиск аффективного и репрезентативного отражения и обозначения травматических событий, которые не имеют внутреннего контейнера, чтобы быть мыслями, и не могут быть представленными в словах, чтобы быть сообщенными сознательно.

Травматолитическая функция сновидений состоит в попытке дать решение, лучшее и креативное, избыточному болезненному опыту. Это повторение, которое исходит из Я в усилиях модифицировать страдания более экономичным способом. Для Ш. Ференци сновидение с самого начала включено в повторение, где под видом дневных остатков оно представляет травматичные элементы, чтобы их эмоционально прожить и проработать, дать им разрешение или лучше справиться с ними психически (Ferenczi, 1909).

Он описал разделение сновидения у пациентки. В период очень глубокого сна у нее наблюдались состояние ажитации, неприятные ощущения, телесная боль без представлений, которые пробуждали пациентку. Он полагал, что таким образом драматичные впечатления, неразрешенные и глубоко погруженные в бессознательное, могут наконец получить место в восприятии и моторной разрядке, которую они не могли иметь во время травмы. Тогда они привели к параличу чувствительности и блокаде восприятия. Второй период сна менее глубокий. Этот сон представляет характеристики привычной для сновидения деформации, позволяющей иметь доступ к переодетому в приемлемую форму содержанию травмы. Эти два этапа Ференци расценил как попытку сновидицы прийти к единственной цели – разрешению травматизма.

Работа сновидения для У.Р. Биона заключается не только в трансформации бессознательного в сознательное, но также в обратной трансформации, из сознательного в бессознательное. Пробраз и начало этого процесса он видит в трансформации допсихического сенсорияльного матерью, воспринимающей проективные идентификации младенца (бета-элементы), что способствует созданию мыслей сновидения (альфа-элементы), запоминаемых и пригодных для мышления. Этот же процесс ребенок потом будет делать сам в своей онирической активности, которая действует и ночью, и днем (Блон, 1965).

Работа сновидения как одна из форм мышления возможна, когда есть способность переводить бессознательные элементы в образы и слова, когда эффективно работает процесс символизации. Психическая трансформация – это и есть символизация, а возможна она только в опоре на эдипов объект, то есть на третьего и на речь как его функцию. Речь является аппаратом символизации. Еще одно условие успешной символизации, как пишет Р. Руссийон, заключается в достаточном развитии репрезентативной способности, которая требует, чтобы количество возбуждения, связываемое символизацией, было относительно умеренным и не превышало психических возможностей субъекта (Руссийон, 2005).

То, что воспринимается в сновидении, представляется сновидцу реальным, поскольку испытание реальностью упразднено из-за снижения инвестиции Я. При этом сновидец не принимает на себя никакой ответственности за происходящее во сне, сновидение с ним случается. Пересказывая сновидение, человек чувствует себя в безопасности – это в прошлом. Через сновидение можно сказать любую правду. Пересказ сновидения подразумевает представление сценария на языке образов, в котором рассказчик выступает зрителем или слушателем, даже если в тексте

сновидений он представлен как действующее лицо. Это сближает сновидение с первофантазмами, в которые субъект включен одновременно как участник и как наблюдатель, он может играть в этом сценарии любую роль, даже роль синтаксиса (Лапланш, Понталис, 2005).

Работа со сновидением в аналитическом процессе заключается в его интерпретировании. Фрейд писал: «Совершенно естественно, что мы не очень интересуемся явным содержанием сновидения. Для нас не важно, выстроено ли оно последовательно или разбито на ряд несвязанных отдельных картин». Первым, кто проявил интерес к манифестному содержанию сновидения, был П. Федерн. Он утверждал, что нередко конфликт выражается в манифестном содержании сновидения, которое изображает борьбу между желаниями прошлого и потребностями и возможностями настоящего и отражает процесс их интеграции. Интерпретация сновидения представляет собой процесс обозначения в последствии субъективной природы, в которой интерпретация аналитика имеет в виду рассказ сновидения, сделанный на сеансе, расширенный ассоциациями и вписанный в отношения переноса. Аналитик должен быть в состоянии установить связи между разными планами и содержаниями, которые являются объектом его внимания.

Трансформированный работой сновидения, затем проработанный в динамике переноса бессознательный вытесненный материал находит слова, чтобы высказать страдание и обозначить его источник. Аналитик выполняет функцию зеркала, лица матери, восстанавливая для пациента то, что он транслирует аналитику, что должно быть увиденным и услышанным. У. Блон считал, что оформленные в слова ассоциации пациента являются продуктом трансформации мыслей и эмоций, связанных с внешними и внутренними, прошлыми и настоящими событиями. Точно так же психоаналитическая интерпретация является трансформацией мыслей аналитика в слова, которые становятся частью процесса трансформации эмоционального опыта, полученного во время контакта с пациентом (Блон, 1965). Аналитик помещает в слова, в интерпретацию искаженное бессознательное желание, одновременно деформированное и исполненное в сновидении. В конце концов аналитик конструирует текст об опыте, предшествующем воспоминанию, которое не было вытеснено. Аналитическая работа дает обозначение и тому опыту, который никогда не был ни сознательным, ни вытесненным, поскольку никогда не был мыслимым. Результатом станут воспоминания или конструкции воспоминаний, которые позволят разблокировать психическую жизнь.

В сновидении проявляются не только влечения и желания, но Я субъекта, который ищет жизнь, более полную на эмоциональном уровне и более вовлеченную на межличностном. Т. Огден пишет, что к аналитику приходят, потому что страдают, но не могут это эмоциональное страдание обозначить и не могут видеть сны (то есть делать бессознательную работу) или же так обеспокоены тем, что видят во сне, что сон прерывается. Собственный эмоциональный опыт остается чуждым, что мешает меняться, расти, становиться другим (Ogden, 2005). Для Ш. Ференци богатый символический потенциал сновидения описывает события жизни,

прошлые и настоящие, которые становятся ментальными модальностями субъекта, помогают конфронтировать себя с внешним миром. Сновидение является местом переносной постановки, повторения, местом, в котором история прошлая и история недавняя аналитической пары может найти новую возможность изобразительности (*Ferenczi, 1909*).

Работа сновидения становится для Фрейда в конце концов моделью для работы анализа. *Traumarbeit*, работа сновидения, – это процесс трансформации бессознательных мыслей в сознательные; а анализ, *Analysearbeit* – обратная работа, противоположная трансформация. Цель аналитической работы заключается в том, чтобы создать условия, которые помогут видеть свои неувиденные сны и сны, которые были прерваны. Сновидение становится возможностью для Я усилить себя благодаря помещению в свет вытесненных движений влечений. Оно необходимо для трансформации травматогенных эмоций в представления. Через сновидение субъект присваивает свою историю и историю своих предков, трансформируя ее и вписывая в свои теории себя и мира. Сновидение является и пространством творчества, где создаются новые связи, находятся ответы на волнующие вопросы, предлагаются решения. Решения бывают разными, иногда приводящими к манифестации психоза, а иногда выводящими человека на новый уровень самоосознания и реализации. Сновидение позволяет создать и сохранять организованным опыт дифференциации и диалог между сознательной и бессознательной жизнью.

Так, в рассказе Ф. Кафки «Превращение» однажды утром Замза, молодой коммивояжер, который живет с родителями и сестрой, проснувшись в своей комнате, обнаружил, что стал насекомым. Сначала он в это не поверил и попытался снова заснуть, но не смог перевернуться на другой бок. Тогда Замза осознал, что все происходит реально. За радикальным внешним внезапным изменением последовала внутренняя трансформация, не менее драматичная (Кафка, 1912). Приступ шизофрении, начало депрессивной или маниакальной фазы наступает однажды утром после сновидения.

Другой пример – сон мужчины, прошедшего анализ: «Я сплю и понимаю, что сплю, и как бы перемещаюсь в годы, когда только поступил в университет, я был первым и единственным из семьи, кому это удалось, я очень готовился и переживал – и вот... меня приняли. Это было огромное счастье! И оно во сне еще раз произошло, я долго-долго и полноценно, ярко прочувствовал это переживание. Счастье, робкая, но крепнущая уверенность, радость, что ты причастен к этому великому, красивому, важному. И чуть позже грусть, светлая грусть, потому что это уже прошло, этого больше не будет и, наверное, я распорядился этим временем, этими возможностями не очень хорошо. Но благодарность и светлая радость с грустью за то, что это было в моей жизни. Когда проснулся, чувство сохранилось, в нем был сильный компонент новых возможностей, как будто новый, интересный, красивый мир стал открыт и доступен».

Таким образом, понимание сути работы сновидения по мере развития психоаналитической теории и практики было расширено от представления

о сновидении как о компромиссном образовании, позволяющем сновидцу реализовать свои вытесненные неприемлемые для Сверх-Я желания, до признания сновидческой активности как особой формы трансформирующего мышления. Так, благодаря трансформирующей работе сновидения травматизм, индивидуальная история, история рода смогут стать частью психического, субъективно присвоиться субъектом, станут для него источником креативности.

## СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. *Бион У.Р.* Трансформации. М.: Гелсина Станкевич, 2020.
2. *Кафка Ф.* Превращение. М.: Эксмо, 2019.
3. *Лаплани Ж., Понталис Ж.-Б.* Первофантазм. Фантазм первоначал. Первоначало фантазма // Французская психоаналитическая школа. СПб.: Питер, 2005, с. 244–274.
4. *Руссийон Р.* Символизирующая функция объекта // Французская психоаналитическая школа. СПб.: Питер, 2005, с. 285–299.
5. *Фрейд З.* Лекции по введению в психоанализ. Лекция 5–15: Сновидения // Фрейд З. Лекции по введению в психоанализ: Сб. произведений. М.: Апрель-Пресс, Изд-во Эксмо-Пресс, 2001, с. 93–215.
6. *Фрейд З.* По ту сторону принципа удовольствия // Фрейд З. Очерки по психологии сексуальности. Минск: Попурри, 1997.
7. *Фрейд З.* Толкование сновидений. Минск: Попурри, 1997.
8. *Ogden T.N.* (2012) *Cet art qu'est la psychanalyse. Rêver des rêves inrêvés et des cris interrompus.* Paris: Édition Ithaque.
9. *Ferenczi S.* (1990) *L'interprétation scientifique des rêves.* Paris: Payot.

## The transformative work of the dream

*N.V. Main*

*Main Nadezhda Vladimirovna – psychoanalyst, psychiatrist, Ph.D. of Psychological Sciences. Head of the Educational Center "School of Practical Psychoanalysis".*

*The topic of the formation of a dream, the role of a dream in the mental functioning of the subject and work with dreams in the course of psychoanalysis has been the key subject from the very beginning of the formation of the psychoanalytic method. It is with the work of S. Freud "The Interpretation of Dreams" that the history of psychoanalysis begins. The ideas of the founder of psychoanalysis about the work of the dream gradually developed, and his followers made significant contributions in the understanding of the functions of the dream.*

*This article proposes a systematization of classical and modern ideas about the dream work, one of the main tasks of which is mental transformation.*

*Keywords: Dream, psychic work, desire, infantile sexuality, traumatism, transformation, dream work, latent, manifest dream content, interpretation, transference.*