



BACHARELADO EM PSICOLOGIA

GUSTAVO DA SILVA OLIVEIRA

**A IMPORTÂNCIA DA INTERPRETAÇÃO SIMBÓLICA DOS SONHOS
PELA PERSPECTIVA DA PSICOLOGIA ANALÍTICA**

**Conceição do Coité – BA
2022**

GUSTAVO DA SILVA OLIVEIRA

**A IMPORTÂNCIA DA INTERPRETAÇÃO SIMBÓLICA DOS SONHOS
PELA PERSPECTIVA DA PSICOLOGIA ANALÍTICA**

Artigo apresentado à Faculdade da Região Sisaleira
como requisito para obtenção do título de Bacharel
em Psicologia.

Orientadora: Profa. Esp. Patrícia Melo Prado.

**Conceição do Coité - BA
2022**

Ficha Catalográfica elaborada por:
Carmen Lúcia Santiago de Queiroz – Bibliotecária
CRB: 5/1222

O41 Oliveira, Gustavo da Silva
A importância da interpretação simbólica dos sonhos
pela perspectiva da psicologia analítica/Gustavo da Silva
Oliveira. - Conceição do Coité: FARESI, 2022.
20f..

Orientador: Profa. Esp. Patrícia Melo Prado.
Artigo científico (bacharel) em Psicologia –
Faculdade da Região Sisaleira (FARESI). Conceição do
Coité, 2022.

1 Psicologia 2 Interpretação dos sonhos 3 Símbolos
4 Psicologia analítica. I Faculdade da Região Sisaleira –
FARESI.II Prado, Patrícia Melo. III Título.

CDD: 154.63

A IMPORTÂNCIA DA INTERPRETAÇÃO SIMBÓLICA DOS SONHOS PELA PERSPECTIVA DA PSICOLOGIA ANALÍTICA

Gustavo da Silva Oliveira¹

Patrícia Melo Prado²

RESUMO

Este trabalho busca apresentar a visão da psicologia analítica a respeito do que são os sonhos e como este fenômeno pode ser utilizado enquanto técnica pelo profissional da psicologia para acessar camadas profundas do inconsciente e trazê-las a consciência, proporcionando assim um nível maior de autoconhecimento e conseqüentemente avançando o desenvolvimento da autonomia do sujeito num processo a qual Carl Gustav Jung chamou de individuação. Primeiramente foram apresentados conceitos básicos da psicologia analítica para que o leitor se situe do direcionamento que será dada a interpretação dos sonhos, já que dependendo da perspectiva teórica que está trabalhando os sonhos todo o significado das imagens oníricas será diferente. Em seguida, foi mencionado o que são os símbolos e as imagens psíquicas, que são conceitos prévios importantes para a realização do trabalho com sonhos nessa abordagem. Por fim, falou-se sobre a natureza do processo onírico, a análise contextual dos sonhos, temas oníricos comuns e o uso clínico dos sonhos, concluindo o trabalho.

PALAVRAS CHAVE: interpretação dos sonhos. Símbolos. Psicologia analítica.

ABSTRACT

This work search to present the sight of the analytical psychology about what the dreams are and how this phenomenon can be used while technique for the psychologiy professional to access deeper layers of the unconscious and bring that to the conscious, providing like that an bigger level of self knowledge and consequently advancing the development of what Carl Gustav Jung called of individuation. Firstly were introduce basicly concepts of the analytical psychology so that the reader be located of the direction that will be given to the interpretation of the dreams, given that depending on the theoretical perspective that it's working the dreams all the meaning of the dreamlike images will be diferent. Then, what are the symbols and psychic images were mentioned, which are important pre-concepts for the realization of dream work in this approach. Finally, the nature of the dream process, the contextual analysis of dreams, common dream themes and the clinical use of dreams were discussed, concluding the work.

KEY WORDS: Dream Interpretation. Symbols. Analytical Psychology.

1 INTRODUÇÃO

O sonho é um fenômeno psíquico comum a todos os seres humanos (COELHO; BONFATTI, 2022). A estória que é contada enquanto estamos adormecidos sempre teve suma

¹ Discente do curso de Bacharelado em Psicologia.

² Docente orientadora.

importância para culturas do mundo todo e cada uma criou sua própria forma de explicar este fenômeno, desde presságios do futuro a visitas de deuses e entes queridos já falecidos. (SANTOS; SERBENA, 2017)

Até então os sonhos ditavam os rumos da sociedade, sendo utilizados até mesmo como meio de cura em algumas culturas. Apenas a partir da idade média é que os sonhos foram, aos poucos, perdendo seu valor decisivo, passando a ser considerado blasfêmia ou mensagem herética. (COELHO; BONFATTI, 2022)

O descrédito dos sonhos atingiu seu ápice no racionalismo europeu do século XVIII (COELHO; BONFATTI, 2022), coube a um médico austríaco chamado Sigmund Freud o resgate do que são os sonhos e sua funcionalidade na psique do ser humano com seu livro: “A Interpretação dos Sonhos” (Freud, Sigmund. 1900) a partir de uma teoria psicológica que ele criou e chamou de Psicanálise.

Com a criação da psicanálise, Freud trouxe alguns termos novos para a psicologia que foi um divisor de águas, muitas pessoas não aceitaram as ideias psicanalíticas a respeito do ser humano e criticaram duramente as teorias Freudianas. Entre estes termos se destaca a existência de um inconsciente, que se trata de conteúdos vivenciados pelo indivíduo na qual ele próprio não conhece por terem sido reprimidos pela consciência. Para o conhecimento deste campo da psique na qual não temos acesso, Freud retrata que “a interpretação de sonhos é na realidade a estrada real para o conhecimento do inconsciente” (Freud. 1910, p.28).

Esta teoria de Freud impactou o mundo e chegou até um psiquiatra Suíço chamado Carl Gustav Jung, na qual se interessou por suas ideias e se aliou a ele no estudo da psicanálise pela investigação do inconsciente.

Jung e Freud se tornaram bem próximos e estabeleceram uma relação muito íntima que durou de 1907 até 1913 (CUSTÓDIO, 2017), onde os dois começaram a divergir em vários pontos a respeito do inconsciente, resultando no rompimento da relação e na criação de uma nova vertente da psicologia fundada por Jung chamada de Psicologia Analítica.

Assim como Freud, Jung tem imenso interesse pela funcionalidade dos sonhos e concorda com ele quando ele diz que o sonho é a manifestação pura do inconsciente, a diferença entre eles está na forma de interpretar este inconsciente e sua funcionalidade. A fundamentação Freudiana de como funciona o inconsciente é a teoria da sexualidade, base de toda a psicanálise e objeto de estudo da vida de Freud. Já Jung não descarta a sexualidade mas traz novas teorias para acrescentar ao inconsciente, como a ideia do inconsciente coletivo onde todos os seres humanos tenham conteúdos inconscientes em comum que são passados geneticamente,

conteúdos estes na qual Jung chamou de arquétipos. Este e outros termos junguianos serão aprofundados mais adiante.

O objetivo geral deste trabalho é trazer em pauta a necessidade da análise simbólica dos elementos inconscientes manifestados em sonhos e sua importância para o processo terapêutico tendo como fundamentação teórica a Psicologia Analítica.

Entre os objetivos específicos destacam-se: O uso dos sonhos como instrumento de diagnóstico diferencial, imagens do ego e complexo em sonho, a moldura do sonho e os sonhos no processo de individuação.

É importante lembrar que o uso dos sonhos em análise deve ser visto como uma ferramenta de trabalho do terapeuta e não como a terapia em si, já que o inconsciente é muito vasto e outros pontos devem ser levados em consideração, como o que o sujeito gostaria de falar naquela sessão, tomando o cuidado para não forçarmos o uso de sonhos e acabarmos por desviar o foco principal da terapia que é o bem-estar do paciente. Porém o entendimento de como esses elementos inconscientes agem na vida dos indivíduos é de suma importância para os estudos da psicologia, pois estes podem auxiliar no desenvolvimento da autonomia através do autoconhecimento.

2 METODOLOGIA

Para o desenvolvimento deste trabalho foi utilizado o método de pesquisa revisão bibliográfica que consistiu na busca de artigos que abordem o tema, a separação dos que melhor contribuíram para o embasamento teórico do trabalho e sua leitura aprofundada, a fim de verificar a produção científica existente. Foi realizada uma busca sobre o tema em artigos escritos na língua portuguesa, disponíveis em sites de relevância científica como o Google acadêmico, PEPSIC e Scielo publicados no período de 2001 a 2022.

Os tópicos estão organizados de modo que o leitor venha compreender primeiramente a abordagem na qual se baseia a interpretação dos sonhos, em seguida o que são os símbolos e sua importância para a psique, o que são as imagens psíquicas, a natureza do processo onírico, análise contextual dos sonhos, os temas oníricos mais comuns de serem levados para a análise, e, por fim, o uso clínico dos sonhos, com o intuito de fazer com que o trabalho se torne o mais compreensivo possível.

3 FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

Para obtermos uma melhor compreensão a respeito dos sonhos e sua funcionalidade na psique, faz-se necessário o entendimento prévio da teoria na qual se baseia esta interpretação, pois é sabido que a depender de qual vertente teórica o terapeuta está se baseando, toda a interpretação daquele sonho mudará.

As abordagens da psicologia que mais são conhecidas por seu trabalho com sonhos é a Psicanálise fundada por Sigmund Freud e a Psicologia Analítica fundada por Carl Gustav Jung, porém este trabalho se baseará nas ideias de Jung como sua fundamentação teórica.

3.1 A ABORDAGEM JUNGUIANA

Jung dividiu a psique em quatro níveis: 1) consciência pessoal (ou percepção consciente ordinária), que é basicamente tudo aquilo que é percebido quando estamos em estado consciente; 2) inconsciente pessoal, que diz respeito as experiências vividas de cada um mas não consciente; 3) psique objetiva (ou inconsciente coletivo) que são aspectos inconscientes comuns a todos os seres humanos; e 4) mundo exterior da consciência coletiva, que é o mundo cultural de valores e formas compartilhados. (HALL, 2003)

Nessas divisões básicas existem estruturas gerais e estruturas especializadas. As estruturas gerais são de dois tipos: imagens arquetípicas e complexos. (HALL, 2003)

As imagens arquetípicas são o conteúdo básico da psique objetiva, são tendências que todos temos a formar certas imagens (representações) a respeito de algo, por exemplo, todos temos tendência de formar a imagem de mãe baseado nesse arquétipo. Não há um número estabelecido com precisão a respeito de quantos arquétipos existem, porém, há um arquétipo que é importante ser destacado que é o Si-mesmo (Self), que é o arquétipo central de ordem, é este que regula toda a psique do ser humano e também pode ser conhecido como o arquétipo da totalidade. Já os complexos são grupamentos de imagens que se conservam juntas por um tom emocional comum que se acentuam sobre um arquétipo. A diferença das imagens arquetípicas pros complexos é que os complexos têm um teor particular enquanto as imagens arquetípicas são mais generalizadas. (HALL, 2003)

As estruturas especializadas são de quatro tipos: o ego, a persona, o grupo pareado de animus\anima e a sombra. (HALL, 2003)

O ego é o centro regulador da consciência composto por percepções conscientes, pensamentos, recordações e sentimentos. O ego desempenha a função básica de vigia da

consciência fazendo a seleção e eliminação de material psíquico a qual permite que o indivíduo possa manter uma qualidade contínua de coerência na personalidade individual. Esta seleção é determinada pela função dominante, que determina o que o ego permitirá que se torne consciente e o que será rejeitado e reprimido para o inconsciente. Se a pessoa for do tipo sensitivo, por exemplo, o ego permitirá que um número maior de experiências emocionais chegue a consciência. Já se a pessoa for do tipo pensativo os pensamentos terão maior facilidade de chegar a consciência do que os sentimentos. (HALL e NORDBY, 2021)

O segundo tipo de estrutura especializada é a persona³. A persona é uma máscara utilizada publicamente com a intenção de provocar uma impressão favorável com finalidade de aceitação social. É esta função da psique que nos torna capazes de nos relacionarmos com as pessoas do nosso convívio, inclusive aquelas que não gostamos, desempenhando papéis sociais imprescindíveis a nossa sobrevivência. Neste sentido a persona pode ser tanto prejudicial quanto benéfica, pois, justamente por ser necessária a sobrevivência, corre-se o risco do indivíduo deixar-se enleiar demais pelo papel que desempenha e se preocupar excessivamente se está se saindo bem, ao ponto dele começar a se identificar unicamente com tal papel e deixar os outros aspectos de sua personalidade de lado, levando ao que Jung chamou de inflação à identificação do ego com a persona. Quando a pessoa está neste estado psíquico existem duas possibilidades, a primeira é que esta pode ter um senso exagerado da sua importância por conta da eficiência a qual ela desempenha seu papel e se impor em relação aos outros exigindo que terceiros desempenhem um papel idêntico ao seu. A segunda possibilidade é que ela pode experimentar sentimentos de inferioridade e recriminação a si mesma quando se sentir incapaz de corresponder ao que dela é esperado, podendo sentir-se alheia a sociedade e experimentar sentimentos de solidão e distanciamento. (HALL e NORDBY, 2021)

O grupo pareado de anima e animus é qualificado por Jung de face interna da psique, sendo que a anima constitui o lado feminino do homem e o animus o lado masculino da mulher. Os arquétipos de anima e animus foram desenvolvidos devido ao relacionamento entre homens e mulheres ao longo de gerações, fazendo com que cada sexo absorvesse características e representações do sexo oposto, facilitando a compreensão do outro sexo e sendo de grande valor à sobrevivência da humanidade enquanto espécie. Isso significa que todo homem herda uma imagem feminina dentro de si assim como toda mulher herda uma imagem masculina, de modo que, para que a personalidade seja bem ajustada a anima no homem e o animus na mulher devem poder expressar-se livremente na consciência e no comportamento, evitando que estes

³ Palavra grega que significa máscara

sejam reprimidos e não se desenvolvam corretamente, trazendo grandes consequências psíquicas na vida dos indivíduos. (HALL e NORDBY, 2021)

Por fim, o último tipo de estrutura especializada é a sombra. Enquanto a anima e o animus são projeções do sexo oposto, a sombra é o arquétipo que Jung denominou para as projeções que ocorrem em pessoas do mesmo sexo. A sombra contém a maior quantidade de natureza animal dos arquétipos e é a fonte de tudo que há de melhor e pior no ser humano, especialmente em suas relações com pessoas do mesmo sexo. Para que seja possível que um indivíduo faça parte da sociedade é necessário domesticar sua sombra através de um trabalho de supressão das suas manifestações e o desenvolvimento de uma persona poderosa que contrabalance o seu poder. Porém este é um processo perigoso e deve ser realizado com muita cautela, pois reprimir o poder que a sombra exerce sobre nossas vidas pode trazer consequências devastadoras para a psique, já que, os elementos nela contidos não desaparecem mas sim permanecem em estado latente no inconsciente, aguardando o momento certo para exercer seu poder sobre o ego. Por isso, é importante que o ego e a sombra trabalhem juntos, canalizando a energia da sombra invés de obstruí-la expandindo a consciência e vitalizando a atividade mental do indivíduo. (HALL e NORDBY, 2021)

3.2 O QUE SÃO OS SÍMBOLOS E SUA IMPORTÂNCIA PARA A PSIQUE

Dentro da perspectiva da psicologia analítica, a leitura dos símbolos é de fundamental importância para a interpretação dos sonhos, já que a linguagem dos sonhos se dá de maneira simbólica. O que cada elemento daquele sonho significa para o sujeito é levada em conta para a compreensão do significado do sonho na vida daquele indivíduo. (JUNG, C. G. 2001)

O símbolo é a melhor definição para algo relativamente desconhecido, pois ele representa aspectos conscientes e inconscientes através de imagens (SERBENA, 2010). Se trata de algo que sempre esteve presente durante a evolução da humanidade enquanto espécie. Não houve uma invenção para o símbolo, isto simplesmente emergiu do inconsciente enquanto a consciência ia se desenvolvendo, por conta que, a medida que íamos tomando consciência do mundo ao nosso redor tornava-se cada vez mais necessário atribuímos significados para tantas coisas “mágicas” que era presenciado. A partir disso os mitos e todos os elementos que o englobam foram surgindo e dando um sentido para a vida além da pura sobrevivência. Novamente, não significa dizer que isso foi inventado conscientemente neste intuito, mas, assim

como o corpo precisa se alimentar, a alma também precisa se nutrir desses significados para sobreviver, fazendo com que estes símbolos surgissem instintivamente⁴. (JUNG, C. G. 2001)

Partindo desse ponto podemos ter uma leve compreensão da importância que estes símbolos têm para nosso inconsciente e do quão enraizado em nossa mente eles estão. Obviamente, a medida que a humanidade se desenvolvia, os símbolos foram se desenvolvendo junto e mudando levemente alguns de seus significados, porém, alguns deles permanecem em nosso inconsciente até hoje, mesmo que não saibamos sequer que eles estão ali. (JUNG, C. G. 2001)

Quando se trata dos símbolos é importante se atentar ao risco da utilização excessiva do mesmo, pois isto tende a reduzi-lo a um signo, que se trata de um indicador da realidade material, degradando o símbolo e empobrecendo a psique do indivíduo pois reduz a multivocidade do símbolo na representação unívoca do signo, um exemplo são os manuais dos sonhos que trazem guias e significados universais para cada figura onírica que aparece. (SERBENA, 2010)

Há dois tipos de símbolos: os símbolos que estão no inconsciente pessoal, sendo de significado particular que se desenvolveu no indivíduo a partir das suas vivências, e os símbolos arquetípicos que fazem parte do inconsciente coletivo que se desenvolveram junto com a humanidade enquanto espécie, como os que estão contidos nos mitos e rituais, por exemplo (SERBENA, 2010). Os símbolos arquetípicos possuem uma constância de temas e significados que representam situações as quais fazem parte da história da humanidade, tais como a morte, o nascimento, a luta pela sobrevivência, o casamento e outros (SERBENA, 2010).

Os dois tipos de símbolos fazem parte da gente e influenciam diretamente nas nossas vidas, podendo emergir através de segundo pensamento e em sonhos que é o evento puramente inconsciente em que tudo é simbólico. É justamente por ser o evento mais simbólico que nos acontece é que a análise de sonhos se torna tão importante na compreensão do ser humano, pois ali estão presente os dois tipos de símbolos simultaneamente. (JUNG, C. G. 2001)

Mas, qual a função do símbolo nas nossas vidas?! Quando um psicanalista se interessa por símbolos, ocupa-se, em primeiro lugar, dos símbolos naturais, distintos dos símbolos culturais. Os símbolos naturais são derivados dos conteúdos inconscientes da psique e representam imagens arquetípicas, já os símbolos culturais são aqueles empregados para expressar “verdades externas” e que ainda são utilizados por muitas religiões. (JUNG, C. G. 2001)

⁴ Estes símbolos instintivos é o que Jung chamou de Arquétipo.

Desta forma, pode-se dizer que a função dos símbolos oníricos é uma tentativa de trazer a mente original do homem uma consciência esclarecedora do seu inconsciente. Por isso, é importante termos pesquisas que investiguem como funciona a interpretação dos sonhos e como estes vão servir no processo de individuação do sujeito, pois, por ser uma ferramenta que diz muito sobre o indivíduo, através da leitura analítica das imagens oníricas a compreensão sobre si se torna mais fácil, auxiliando então a terapia no processo do autoconhecimento. (JUNG, 2001).

3.3 AS IMAGENS PSÍQUICAS

Quando falamos em imagem psíquica dentro da perspectiva da psicologia analítica não estamos nos referindo ao tipo de imagem na qual visualizamos através da percepção sensorial, mas sim, da linguagem básica da psique. A imagem psíquica é a consciência em seu estado puro, tratando-se de um fenômeno peculiar à psique que se resulta da capacidade de agrupar no campo psíquico tudo aquilo que é percebido pela percepção (visual, tátil, olfativa, gustativa ou auditiva) e pela potencialidade arquetípica em imagens primordiais (gestalten) na qual lhe são atribuídos forma, significado e um dinamismo específico. É através do fluxo de imagem que o fenômeno psíquico se revela. (SANT'ANNA, 2005)

Segundo Jung:

A imagem interna é uma grandeza complexa que se compõe dos mais diversos materiais e da mais diversa procedência. Não é um conglomerado, mas um produto homogêneo, com sentido próprio e autônomo. A imagem é uma expressão concentrada da situação psíquica como um todo e não simplesmente ou sobretudo dos conteúdos inconscientes. É certamente expressão de conteúdos inconscientes, não de todos os conteúdos em geral, mas apenas dos momentaneamente constelados. Essa constelação é o resultado da atividade espontânea do inconsciente, por um lado, que sempre estimula a atividade dos materiais subliminares relevantes e inibe os irrelevantes. A imagem é, portanto, expressão da situação momentânea, tanto inconsciente quanto consciente. Não se pode, pois, interpretar seu sentido só a partir da consciência ou só do inconsciente, mas apenas a partir de sua relação recíproca (JUNG, 1921/1991)

Para que o trabalho com imagens seja efetuado de forma correta é necessário recorrer a algumas técnicas de orientação junguiana que são bastante pertinentes para serem utilizadas no setting analítico. São elas: a imaginação ativa, a análise dos sonhos, os recursos expressivos, o trabalho de base corporal, o contato com imagens artísticas ou míticas e a própria relação terapêutica. (SANT'ANNA, 2005)

A interpretação dos sonhos, por se tratar da expressão natural da psique, acaba se tornando uma ótima ferramenta de trabalho para o analista, já que, através das imagens oníricas, é possível fazer com que o indivíduo estabeleça uma relação mais profunda com os processos que estão em desenvolvimento na sua psique. (SANT'ANNA, 2005)

Segundo Paulo Afrânio Sant'Anna, para que a imagem seja integrada à consciência ela passa por três etapas:

Primeiramente, a imagem é sustentada sem nenhuma intervenção verbal até que se instale uma 'regressão criativa', que favoreça a constelação do self. Espera-se o desenvolvimento de uma série de imagens até o momento em que elas sinalizem a possibilidade de pontes com a consciência. Só então se inicia um trabalho interpretativo que visa a discriminar as etapas de desenvolvimento do processo do paciente, apoiado no conhecimento simbólico do terapeuta.

Nesse processo, ocorre uma tradução da imagem por meio de modelos de desenvolvimento, seja do mais primitivo ao mais desenvolvido, do instintivo ao espiritual, do mineral, animal ao humano, ou as etapas do processo alquímico. Faz parte desse processo, também, a compreensão da relação transferencial (SANT'ANNA, 2005)

Segundo Jung (1972), o processo de interpretação das imagens oníricas remonta ao conteúdo dos complexos, pois estes são marcados pelo afeto e quando entram em ação contribuem para determinados comportamentos nos sujeitos (SANTOS e SERBENA, 2017). Além de identificar quais os complexos que estão constelados naquele paciente, o uso das imagens oníricas ajudam a assinalar a possível ligação entre dois complexos e o que a psique está fazendo com estes complexos (HALL, 2003), apontando para problemas que devem ser resolvidos e abrindo potencialidades para a vida dos indivíduos, levando-o assim ao caminho da individuação. (SANTOS e SERBENA, 2017)

3.4 A NATUREZA DO PROCESSO ONÍRICO

Na perspectiva da Psicologia Analítica “[...] o sonho é uma autorrepresentação, em forma espontânea e simbólica, da situação atual do inconsciente” (JUNG, 2019a, p. 215). De acordo com Jung (2019a), os sonhos estabelecem uma comunicação figurada dos conteúdos inconscientes em associação com o estado atual da consciência através de uma linguagem simbólica. (COELHO e BONFATTI, 2022)

A compreensão Junguiana dos sonhos é que isto representa “[...] verdades implacáveis, sentenças filosóficas, ilusões, desenfreadas fantasias, recordações, planos, antecipações, e até visões telepáticas, experiências irracionais”. (JUNG, 2019b, p. 30-31)

Jung percebeu similaridade em alguns tipos de sonhos e os classificou como: reativos, telepáticos, proféticos, grande e pequeno sonho. (COELHO e BONFATTI, 2022)

Os sonhos reativos estão relacionados a traumas cujas formas são, além de psíquicas, físicas. Trata-se de um trauma que ameaçou a vida do sonhador como uma catástrofe natural, uma guerra ou uma condição física patológica, como uma dor intensa. (COELHO e BONFATTI, 2022)

Os sonhos telepáticos se referem a antecipação de um acontecimento particularmente afetivo para o indivíduo, cuja importância “[...] ajuda a explicar ou, pelo menos, a compreender o seu pressentimento ou percepção à distância [...]” (JUNG, 2019a, p. 214).

Os sonhos proféticos (ou precognitivos) seguem a mesma linha do sonho telepático, porém se diferem na concordância em detalhes com os acontecimentos exteriores. Este tipo de sonho era considerado raro por Jung e só poderia ser considerado profético após a ocorrência do evento prognosticado. (COELHO e BONFATTI, 2022)

Os sonhos que são classificados como “grandes sonhos” são aqueles cujo as imagens oníricas são formadas pela camada mais profunda da psique. Por estarem distantes do ego consciente causam a sensação de estranheza, trazendo a sensação de algo sobrenatural. Já os pequenos sonhos são aqueles que não perturbam o sonhador, pois, este tipo de sonho é relativo aos problemas do cotidiano e não abarcam muita carga emocional. (COELHO e BONFATTI, 2022)

Os sonhos também são dotados de algumas funções que levam o indivíduo a um entendimento mais abrangente de si, Jung (2019a) dividiu essas funções em prospectivas, redutoras e compensatórias. (COELHO e BONFATTI, 2022)

A função prospectiva se refere ao tipo de sonho em que combinações precoces de possibilidades surgem do inconsciente. Estes sonhos têm a função de desdobramento, indicando o desenvolvimento necessário de situações em que a atitude consciente do indivíduo está muito desadaptada ou insatisfatória. (COELHO e BONFATTI, 2022)

Em relação a função redutora, esta constela materiais relacionados com os desejos sexuais infantis reprimidos, além de vontade infantil de poder e resíduos de pensamentos, sentimentos, e instintos arcaicos (COELHO e BONFATTI, 2022). Este tipo de sonho tem um caráter redutor e retrospectivo, ocorrendo quando a atitude consciente do indivíduo tenta se

mostrar melhor do que ele realmente é, por isso este tipo de sonho tende a apresentar temas de desintegração, depreciação, dissolução e até destruição. (COELHO e BONFATTI, 2022)

Os sonhos de caráter compensatório funcionam como sistema de autorregulação da psique. Há três formas de ver o sonho como atividade compensatória da consciência: primeiramente o sonho pode manifestar emoções que foram reprimidos pelo ego vígil, colocando atenção ao material reprimido e alertando ao sonhador que um complexo foi constelado (ativado) naquela situação, de modo que se este perceber e levar para sua análise poderá trazer a consciência conteúdos na qual o mesmo não sabia sobre si. (HALL, 2003)

A segunda forma do sonho ser utilizado como uma atividade compensatória é que ele dá atenção ao que está acontecendo na vida daquele indivíduo, servindo como uma forma de mensagem enviada pelas camadas mais profundas do inconsciente (Self) para se comunicar com a consciência do sujeito (ego) a respeito do que está acontecendo em sua vida ou o que precisa acontecer, na qual o mesmo não está ciente ou não está conseguindo lidar emocionalmente com aquilo no momento, colocando em funcionamento uma estrutura do ego face a face a uma necessidade de adaptação mais rigorosa ao processo de individuação. (HALL, 2003)

A terceira forma do sonho ser manifestado como atividade compensatória é quando o sonho intervém diretamente na estrutura de complexos ao desafiar o ego onírico com atividades que podem alterar a formação do ego vígil com eventos que são vivenciados pelo ego onírico como interação com situações exteriores resultando na mudança de atitude do ego vígil ou no seu estado de ânimo. (HALL, 2003)

3.5 ANÁLISE CONTEXTUAL DOS SONHOS

Apesar de termos um estudo sobre a interpretação dos sonhos, este deve servir apenas como uma orientação do caminho que deve ser seguido para tal. É importante salientar que o contexto na qual o sonho está sendo interpretado, a idade, o sexo, a raça e o significado particular deste na vida do sonhador são elementos cruciais a serem considerados para o desenvolvimento correto do trabalho com sonhos, evitando assim que os elementos oníricos se tornem reduzidos a um simbolismo fixo e transformando a interpretação dos sonhos numa espécie de “receita” padronizada para a vida de todos. (HALL e NORDBY, 2021)

Para isto, é importante ressaltar como funciona a análise contextual do sonho. Alguns sonhos têm uma estrutura clássica envolvendo uma situação, complicação, clímax e desfecho. A participação ou não participação do ego onírico neste contexto pode dizer muito a respeito

da vida vígil do indivíduo. Em atividades em que o ego onírico se encontra de fora por exemplo, pode indicar que aquele aspecto específico se encontra “de fora” (ou seja, inconsciente) também na vida vígil do sonhador. (HALL, 2003)

Na abordagem Junguiana, a interpretação dos sonhos passa por algumas etapas: primeiramente é necessário ter uma compreensão clara dos detalhes principais do sonho para mitigar os perigos do reducionismo, pois, sem uma atenção apurada as imagens do sonho o analista está correndo o risco de projetar sua própria teoria no material do paciente. Uma outra forma de reducionismo a qual os junguianos estão expostos é o que é chamado de reducionismo arquetípico. Uma vez que todos os complexos são construídos em cima de um núcleo arquetípico, há a possibilidade do analista ampliar excessivamente o significado da imagem onírica substituindo por ampliações arquetípicas, corrompendo assim o significado original da imagem. (HALL, 2003)

A segunda etapa da interpretação dos sonhos em Jung é a reunião de associações e ampliações em ordem progressiva em três níveis: pessoal, cultural e arquetípico. (HALL, 2003)

O nível pessoal diz respeito a onde a imagem onírica apareceu na vida do paciente, o que ele pensa a seu respeito e o que sente em relação a ela, o que revelará a natureza do complexo e seu desenvolvimento em torno do núcleo arquetípico. Esse tipo de imagem pode ser aceita tanto objetivamente (referente a pessoa real no mundo exterior) quanto subjetivamente (referente a uma parte da psique do paciente), levando em conta que na maioria das vezes as imagens são representações de algo subjetivo do sujeito, especialmente se tiver um tom emocional envolvido. (HALL, 2003)

O nível cultural (ou transpessoal) contém as imagens reconhecidas culturalmente, por exemplo o branco como representação nupcial ou o vermelho do semáforo representando o “pare”. (HALL, 2003)

O terceiro nível de ampliação contém imagens estruturadas por um arquétipo, podendo, por vezes, ser ignorada pelo analista por conta que os elementos arquetípicos são triviais demais para chamar atenção. Segundo James A. Hall:

As imagens arquetípicas são aquelas que provaram ser suficientemente significativas a um grande número de pessoas, durante longo período de tempo, de modo a se tornarem parte aceita de algum vasto sistema simbólico-frequentemente descrito num conto tradicional, conto de fadas mitologema ou sistema religioso, vivo ou arcaico. Portanto, as psiques de muitas pessoas ‘filtraram’ uma imagem arquetípica (HALL, 2003)

3.7 TEMAS ONÍRICOS COMUNS

Como foi mencionado, a análise de sonhos é feita de forma contextual, cada sonho é único para cada indivíduo, independentemente se duas pessoas tiveram um sonho tão semelhante que parece o mesmo, o significado deste sonho será diferente para cada uma delas. Porém, existem alguns temas que são muito comuns de serem sonhados na qual não podemos ignorar, alguns destes temas são: incesto, luto, casas, automóveis, morte e serpentes. Falaremos um pouco a respeito destes temas e suas possíveis interpretações para serem levados em consideração na hora de analisar um sonho. (HALL, 2003)

Incesto é um tema bastante complexo para as pessoas digerirem por se tratar de um tabu social, porém, é um tema onírico muito comum por se tratar de algo que já fez parte da história da humanidade. No Egito antigo, por exemplo, o incesto entre irmãos era considerado apropriado, refletindo o incesto no mito arquetípico de Ísis e Osíris. No sonho, o incesto pode representar um contato do ego onírico com o significado arquetípico personificado por um dos pais ou irmãos, contato este que pode resultar em algum distanciamento dos pontos de fixação nas áreas pessoais da psique. Quase sempre, o sonho entre irmãos implica a necessidade de assimilar as qualidades inconscientes da sombra (ou de demonstrar que isso já está acontecendo na vida do indivíduo). (HALL, 2003)

Por outro lado, os sonhos incestuosos envolvendo os pais podem sugerir que a representação paterna ou materna está inserida em complexos mais pessoais e isto pode interferir na realização do emparelhamento equilibrado de elementos masculinos e femininos, frequentemente expresso em imagens sexuais. (HALL, 2003)

Também é muito comum o surgimento de pessoas queridas já falecidas em sonhos, afinal, este é um sentimento que leva um tempo de ser processado e os sonhos ajudar neste processo. A imagem do ente querido geralmente aparece como se estivesse vivo nos primeiros sonhos após o óbito e vai reduzindo a frequência a medida que o processo do luto vai caminhando para uma conclusão saudável, podendo levar cerca de seis a oito meses após o acontecido. Há também os casos em que a pessoa não está conseguindo aceitar o luto e o processo fica prolongado ao ponto de se tornar patológico. Nesses casos, é muito comum o sonho manifestar o ente querido com uma luz negativa ou como se estivesse tentando abandonar o ego onírico, indicando a necessidade de partir no inconsciente do sujeito. (HALL, 2003)

Sonhar com casa também é frequente na vida das pessoas. As casas geralmente aparecem no sonho representando a psique, muitas vezes repleta de elementos simbólicos como quartos desconhecidos, banheiros e cozinhas. Cada elemento simbólico representa algo na vida do sujeito: os quartos desconhecidos podem representar regiões inexploradas da estrutura

potencial do ego, indicando ao paciente que há algo nele que ele precisa entender e que muitas vezes este não está conseguindo encarar. A cozinha é onde acontece a transformação do alimento cru em pratos cozidos, por isso, inconscientemente ela tem um caráter de laboratório alquímico, representando o lugar das mais profundas transformações no inconsciente. Os banheiros podem se referir a necessidade de “eliminação” ou apontar para a dificuldade de “soltar” algo que precisa ir. Cada elemento da casa onírica é importante de ser analisado para desvendar qual a mensagem que o inconsciente quer passar através desses elementos. (HALL, 2003)

Outro elemento importante de ser destacado é o sonho com automóveis. Os automóveis têm uma vastidão de significados que podem ser explorados na análise dos sonhos. Este elemento pode indicar ao indivíduo como a estrutura do ego se movimenta através das atividades da vida. Cada meio de transporte tem uma representação diferente, os trens, por exemplo, estão fixos em trilhos e se movimentam com maior limitação em comparação ao automóvel, o que pode ser associado a atividades habituais ou compulsivas. Outros pontos importantes de serem observado no sonho são: se o automóvel pertence ao ego onírico ou não; qual o lugar que o ego onírico ocupa no automóvel? O mais comum seria o ego conduzir o automóvel, demonstrando a autonomia de decidir pra onde ir e qual a velocidade, mas caso não seja o ego o condutor do veículo é importante observar quem é; onde se senta o ego onírico? No banco de trás ou no da frente? São pontos que parecem insignificantes mas que denotam grande diferença em sua representação simbólica. (HALL, 2003)

Falamos anteriormente da manifestação do luto em sonhos, mas e quando a morte é propriamente manifestada no sonho? Sonhos com morte geralmente não se refere a morte real da figura onírica, mas sim, aponta para o processo arquetípico de transformação. A morte de imagens parentais aponta para uma mudança radical na estrutura edípica de complexos na qual regularmente interferem na realização pessoal do sujeito. Quando o próprio ego “mata” um dos pais isso mostra o quão a pessoa está envolvida no próprio processo. (HALL, 2003)

Por fim, as serpentes também costumam aparecer muito nos sonhos e esta também pode ter uma variedade de significados. Na perspectiva Freudiana a serpente poderia ser vista como uma representação fálica, o que não estaria errado mas esta seria apenas uma forma de interpretar este elemento que é tão vasto de significados. As serpentes podem representar a energia instintiva (principalmente quando estão em grande quantidade); podem estar associadas a sabedoria, à cura de doenças (como no bastão de asclépio, emblema dos médicos); ao ato de provar a si mesmo; a venenos perigosos; ao sistema nervoso autônomo (já que pesquisas se

referem ao núcleo do tronco cerebral como “cérebro réptil”); ou a uma prefiguração de um valor mais elevado. (HALL, 2003)

3.8 O USO CLÍNICO DOS SONHOS

Além do autoconhecimento que a interpretação dos sonhos proporciona ao indivíduo em análise, os sonhos também tem outras funcionalidades para seu uso clínico, um exemplo claro disso é a utilização dos sonhos para um diagnóstico diferencial, podendo ser utilizado pelo analista como indicativo de que o paciente está com depressão, ansiedade, psicose e até mesmo para problemas físicos. (HALL, 2003)

No caso da depressão, por exemplo, muitas vezes pode ser manifestado indicativos de um sintoma depressivo em sonhos em que o ego onírico está sendo agredido por uma outra figura. Estes elementos agressivos podem ser visto como a própria agressão inexpressa do sujeito, indicando a necessidade de afirmar seus verdadeiros sentimentos. (HALL, 2003)

Outras imagens em que os pacientes podem trazer a terapia que simbolizam o estado psíquico deprimido é a aparição de uma água parada e escura como a de um pântano e o movimento de descida ou queda. Para os gregos a queda representa retomar o contato com suas raízes, um “ir sem saber para onde”, o que leva o indivíduo ao isolamento pois este se separa daqueles com quem caminhava e vai para um lugar inferior. (JÚNIOR, 2012)

Há contextos oníricos que também podem indicar que o paciente está passando por uma fase de muita ansiedade: sonhos em que o ego onírico não está preparado para um exame, sonhos de perseguição por alguma pessoa ou criatura e sonhos que sugerem perigo físico para o ego onírico (como quedas ou em que são ameaçados de alguma forma) são indicativos muito comuns de ansiedade em sonhos e merecem uma atenção apurada por parte do analista. (HALL, 2003)

O sonho em que a pessoa está atrasada ou não está preparado para algum exame aponta para uma ansiedade de desempenho por parte da persona: “será que vou conseguir?” ou “será que sou bom o suficiente?” são questionamentos comuns neste tipo de sonho. (HALL, 2003)

Já os sonhos com perseguição indicam uma ansiedade de natureza mais primitiva, devendo ser levado em consideração quem ou o que está perseguindo o ego onírico e ser feito a análise junto ao paciente do por que ele foge deste ser específico e se este ser realmente deseja fazer algum mal ao ego onírico, pois, é possível que este seja apenas uma representação de um aspecto inconsciente do indivíduo que esteja tentando fazer contato com o ego. Existe a possibilidade de um aumento significativo da agressividade deste elemento caso o ego onírico

resista ao contato pois os conteúdos da sombra quase sempre vai aparecer sob ameaça ao ego dominante ainda que sejam de grande valor para o próximo passo no processo de individuação do sujeito.(HALL, 2003)

Outro sonho que indica possível sintoma de ansiedade são os sonhos que apresentam perigo físico para o ego onírico, como os sonhos com queda ou de catástrofes naturais, por exemplo. Geralmente neste tipo de sonho a pessoa acorda antes da morte necessariamente acontecer indicando uma fuga da ansiedade ou uma necessidade de despertar para algo na vida vígil. Outra interpretação para este tipo de sonho é que a agressão contra o ego onírico pode estar a serviço de uma finalidade mais profunda, relacionada ao processo de individuação do sujeito. (HALL, 2003)

Em casos de pacientes portadores de um transtorno psicótico como a esquizofrenia, os sonhos podem ser de grande utilidade para determinar quando é recomendado aumentar ou diminuir as medicações ou até mesmo considerar outros meios de apoio como a hospitalização do sujeito. O indicador para isso é o aparecimento de “imagens bizarras” no sonho. Um exemplo desse tipo de imagem onírica poderia ser um animal andando sem pele ou uma pessoa que ameace explodir o mundo, revelando um possível agravamento da condição clínica do paciente. (HALL, 2003)

O último tópico a ser considerado é o uso de sonhos para a identificação de problemas físicos nos pacientes. Este não pode ser considerado de fácil interpretação ao levar em conta a vastidão de possibilidades de significados contido nas imagens oníricas, porém, existem alguns exemplos que são muito difíceis de ignorar, como a explosão interna precedendo a ruptura de um aneurisma da aorta, ou o surgimento de figuras com moléstia de vesícula antes da doença ser diagnosticada no sujeito. Quando os sonhos estão indicando problemas nas condições físicas da pessoa, é pouco provável que o problema apareça na imagem do ego onírico, sendo transferida para terceiros que represente o corpo orgânico, como um animal ou a mãe (origem do corpo orgânico) entre outras representações. (HALL, 2003)

Um estudo (MENDONÇA e FORTIM, 2018) com sonhos realizado em pacientes da oncologia pediátrica constatou o surgimento de imagens que simbolizam a relação do paciente com a doença, como o aparecimento de figuras agressoras que representam um perigo iminente na qual o paciente não consegue evitar. Um exemplo dessas imagens é a de um homem arrancando os dentes do ego onírico (representando a sensação de indefesa do paciente) e sangue preto saindo do seu corpo (indicando algo morto ou podre e a sensação de luto). Foram relatados também sonhos que apontam a sensação de abandono e sonhos de caráter

compensatório que trazem a ideia da esperança em sair da situação em que se encontram. (MENDONÇA e FORTIM, 2018)

4 CONCLUSÕES

Diante do que foi abordado neste trabalho, fica evidente a importância da interpretação dos sonhos enquanto ferramenta de trabalho do profissional da psicologia para o desenvolvimento pessoal dos indivíduos em análise, já que, através do uso das imagens oníricas é possível compreender o estado psíquico em que o sujeito se encontra e ajudá-lo a esclarecer o que está acontecendo com ele que não está consciente no momento.

A psicologia analítica em particular, devido as manifestações simbólicas do inconsciente existente nos sonhos, possui um enorme interesse no estudo deste fenômeno psíquico e o utiliza com frequência nos atendimentos psicológicos, analisando os elementos oníricos junto ao indivíduo para identificar pontos importantes a ser observado na qual podem determinar o rumo da análise.

Porém, apesar de sua clara importância, foi notado que não existem muitos estudos a respeito dos sonhos no meio acadêmico, o que acabou dificultando a construção desse trabalho, sendo que, poucos autores falaram sobre o tema e muitos destes estudos tem aproximadamente 20 anos de publicados, destacando assim a necessidade de novas produções científicas em relação aos sonhos enquanto técnica para ser utilizada em análise.

REFERÊNCIAS

COELHO, Renan; BONFATTI, Paulo. O aspecto compensatório dos sonhos na psicologia analítica. **Cadernos De Psicologia**, v. 3, n. 5, 2022.

CUSTÓDIO, Lucas Matheus Grizotto. **Importância no processo terapêutico da interpretação dos sonhos baseada na psicologia analítica: teoria e considerações com base no filme 'sonhando acordado'**. 2017.

HALL, Calvin S.; NORDBY, Vernon J. **Introdução à psicologia junguiana**. Editora Cultrix, 2021.

HALL, James Albert. **Jung e a interpretação dos sonhos: manual de teoria e prática**. Editora Cultrix, 2003.

JUNG, Carl Gustav, **O homem e seus símbolos**. Rio de Janeiro, Editora Nova Fronteira, 2001.

JÚNIOR, Francisco Purcotes. O simbolismo da depressão na perspectiva junguiana. **Psicologia Argumento**, v. 30, n. 71, 2012.

MENDONÇA, Gabriela Perna de; FORTIM, Ivelise. Estudo sobre sonhos de pacientes da oncologia pediátrica. **Junguiana**, v. 36, n. 2, p. 55-66, 2018.

SANT'ANNA, Paulo Afrânio. Uma contribuição para a discussão sobre as imagens psíquicas no contexto da psicologia analítica. **Psicologia USP**, v. 16, n. 3, p. 15-44, 2005.

SANTOS, Jéssica Caroline dos; SERBENA, Carlos Augusto. Trabalho com sonhos em saúde mental na perspectiva da Psicologia Analítica. **Mental**, v. 11, n. 21, p. 501-526, 2017.

SERBENA, Carlos Augusto. Considerações sobre o inconsciente: mito, símbolo e arquétipo na psicologia analítica. Revista da Abordagem Gestáltica: **Phenomenological Studies**, v. 16, n. 1, p. 76-82, 2010.

VON FRANZ, Marie-Louise; BOA, Fraser; GAMBINI, Roberto. **O caminho dos sonhos**. São Paulo: Cultrix, 1992.