

Дорогоцінний камінь психоаналізу: Значення тлумачення сновидінь в аналітичному процесі

Iryna Blazhina

Буковинський Державний Медичний Університет

Актуальність. Сновидіння здатні відображати переживання пацієнтів, свідчити про ті чи інші етапи психічного захворювання. Однак, в науковому світі недостатньо уваги приділяється аналізу сновидінь. Метою дослідження було огляд наукової літератури стосовно функції і символічного змісту сновидінь, їх особливостей та репрезентації.

Дизайн. Систематичний огляд.

Предмет дослідження. Було проведено огляд наукових публікацій стосовно нейрофізіології сновидінь, основних концепцій аналізу, значення, функцій сновидінь та психоаналітичних технік тлумачення.

Результати. На даний час вважається, що сновидіння виконують захисну та адаптивну функції, сприяють формуванню довгострокової пам'яті та опрацюванню інформації та емоційно заряджених переживань і разом з тим, сновидіння є результатом творчого процесу. З одного боку, сновидіння задовольняє потребу Его уві сні, оскільки охороняє стан сну завдяки заміні моторного збудження галюцинаторним, яке не вимагає пробудження. З іншого боку, сновидіння дозволяє витісненим бажанням, нехай і в спотвореній формі, виповнитися і тим самим знизити психічну напругу, пов'язану з сексуальними або агресивними імпульсами. Таким чином, сновидіння покликане примирити дві протилежні сили - бажання спати і бажання діяти відповідно до збудження, що виходить від психічної або соматичної сфери. Емоційний денний досвід має перевагу перед іншими менш емоційними переживаннями, під час включення у сновидіння тому, що емоції забезпечують автоматичний і несвідомий спосіб визначення, які переживання потрібно включити в сон для запам'ятовування. Сновидіння можуть бути репрезентацією реальних та витіснених бажань, проте важливе значення має емоційна складова сну, яка може свідчити про травматичність переживання. Прихований зміст сновидінь стає зрозумілим учасникам аналітичного процесу завдяки використанню метода вільних асоціацій, а також завдяки акценту на маніфест сновидінь. Несвідоме спілкування між пацієнтом і аналітиком також відображається в змісті сну.

Висновки. Аналіз змісту сновидінь може надати важливу інформацію стосовно психічного стану особистості та сприяти кращому розумінню пацієнта та аналітичного процесу. Робота зі сновидіннями є важливою частиною аналітичного процесу, символічним відображенням внутрішнього світу пацієнта, аналітика, несвідомого третього та процесів, які відбуваються в терапії. Сновидіння репрезентують приховані бажання, травматичний досвід пацієнта та емоційні переживання.

Вступ

“Кожен аналізанд (пацієнт, який проходить психоаналітичну психотерапію) бессвідомо та амбівалентно шукає допомоги у своїх нічних кошмарах, сновидіння переривається, коли біль

переживання стає нестерпною” – (Т. Ogden).

Що може бути більш хитким і непевним в своєму розумінні і сприйнятті ніж сновидіння? Гладь озера, димка в горах, туман на світанку? Ось він є і ми його бачимо, а вже через мить він лишається лише непевним спогадом, який, як і все в цьому світі є швидкоплинним, примарним, мінливим.

Залишається лише легкий сум, що вже скінчилось те, що відбувалось з нами вночі, де ми були спостерігачами, активними учасниками, героями, коханцями... Ніби частина нас, нашої історії залишається в царстві Морфея і на зміну їй приходить буденне, звичне життя.

Що може бути більш цікавішим ніж сни? Зірки, Всесвіт, народження чогось нового? Не дивно, що людство завжди шукало відповіді на питання «Звідки приходять сни? І що вони означають?».

На думку італійського аналітика Quirino Zangrilli, вивчення снів безпосередньо пов'язує нас з нескінченністю несвідомого і нескінченністю порожнечі. Це дозволяє нам зрозуміти первинний процес, вільну енергію, яка рухається і конденсується без обмежень, відсутність простору, часу і логіки, співіснування протилежностей, складність миттєвості. Отже, це означає, що сам сон є нескінченним, що його вивчення є нескінченним, таким, як і вивчення несвідомого і Всесвіту. У творчому плані сни щовечора вводять у дію театр нашого життя: використовуючи образи без часу, вони забезпечують збереження та спадкоємність нашої історії, джерела нашої індивідуальності, шлях, який веде нас від минулого до майбутнього [1].

На думку Ernest Hartmann, «Великий сон» - це значне творіння, мало чим відмінне від твору мистецтва. Дорогоцінний камінь не можна розсікти. Його неможливо повністю зрозуміти. Але він блищить! У ньому є грані, що відображають світ навколо нього, іноді новими і несподіваними шляхами [7].

Нейрофізіологія сновидінь

За останні два десятиліття в результаті досліджень накопичилися переконливі докази того, що сон сприяє формуванню довгострокової пам'яті. Теорія самоорганізації сновидінь передбачає, що сплячий мозок є системою, яка може поєднувати переривчасті різноманітні елементи сновидінь у відносно безперервне оповідання під час сну (Кан Д. та Хобсон Дж. [18]; Кан Д. та ін. [19]). Ця теорія також має на увазі, що сни не є незалежно функціональними, а скоріше є побічним продуктом сплячого мозку, що відображає фізіологічну і психологічну діяльність сновидця, таку як консолідація пам'яті, регуляція емоцій і прийом зовнішніх подразників (Чжан В.) [9].

Сон, здається, заряджає перетворення неявно закодованої інформації в явне знання, тобто те, що не усвідомлюється перед сном входить в свідомість через сон [8].

Події і спогади з життя наяву можуть бути включені у сновидіння. Ці включення можуть бути буквальним відтворенням того, що сталося під час неспання або, частіше, вони можуть бути частковими або непрямими. Було проведено дослідження, в результаті якого виявлено два типи денних залишків: з негайним відтворенням події увісні та з повторною появою окремих рис подій через 5 - 7 днів [13].

Гіпотеза безперервності сновидінь, яка стверджує, що сни відображають переживання денного життя, підтверджується дослідженнями снів психіатричних пацієнтів і пацієнтів з порушеннями сну, їхні денні симптоми і проблеми відбиваються в їх снах. Сни також впливають на подальший період неспання, наприклад, на денний настрій і творчі здібності [16].

Спільні докази з декількох областей дослідження, включаючи феноменологію, нейропсихологію, функціональну візуалізацію і нейрофізіологію, підтримують ідею про те, що сновидіння можуть бути тісно пов'язані з уявою [12]. Визнання будь-яким чином свого незнання, своєї слабкості або беспорядності і вразливості потребує наявності уяви [20].

Для більшості людей візуальні образи є вродженою рисою багатьох внутрішніх переживань і, мабуть, грають вирішальну роль в підтримці основних когнітивних процесів. Деякі люди, однак, взагалі позбавлені здатності добровільно генерувати візуальні образи - стан, званий «афантазія». Недавні дослідження показують, що афантазія - це стан, обумовлений відсутністю візуальних образів [2]. Цікаво, що люди з афантазією повідомляють про меншу кількість сновидінь, ніж у контрольній групі та не мають значного захисту від усіх форм симптоматики травми у відповідь на стресові життєві події. У сукупності ці дані припускають, що образи є суто індивідуальними і відображають специфіку наших ментальних процесів та чуттєвий досвід [2].

На даний час виділяють наступні синдроми порушення сновидінь [21]:

- синдром сновидіння без зорових образів (відсутність візуальних образів, зникнення облич, кольорів або кінематики) - візуальна анонейра;
- синдром повного припинення сновидіння - глобальна анонейра;
- симптомокомплекс сплутаності між реальністю сновидіння і неспанням - анонейрогнозис;
- синдром нав'язливих кошмарів.

На думку Ullman M., зміст сновидінь має три джерела: біологічний, психологічний і культурний, і робота зі сновидіннями повинна включати в себе всі ці джерела для правильного розуміння як психіки сновидця, так і світу, що його оточує. Ullman M. виділив адаптивну роль процесу сновидіння як засобу підтримувати пильність в період сну. Фаза швидкого сну здатна забезпечувати оцінку і створювати адаптацію до тих обставин денного життя, які сприймаються як загрозові [22].

Hartmann E. провів дослідження 880 снів 44 сновидців, які записували їх протягом багатьох років. Hartmann E. вважає, що сні - це творча частина розумового функціонування і не може бути в повному обсязі переведена в область повного розуміння. Обговорення сну як творчого продукту завжди створює нові зв'язки, які мають значення для використання сновидінь в терапії та пізнанні себе. Він надає важливе значення розумінню центрального образу сновидіння з метою оцінки сенсу сну та ідентифікації емоцій і проблем. Hartmann E. вважає, що сні вимагають уваги, однак не завжди потребують інтерпретування і не мають єдиного значення, яке потрібно вивільнити [7]. На думку Hartmann E., зв'язки уві сні виникають не випадково, а керуються емоціями сновидця. Сновидіння можуть мати також функцію об'єднання нових спогадів зі старими, керуючись емоціями [7].

Психоаналітичні теорії сновидінь

Роботою, що лежить в основі розвитку досліджень та гіпотез стосовно снів стала робота З.Фрейда «Тлумачення сновидінь» [6]. З 1900 року були розроблені десятки додаткових психологічних теорій, підходи і методи роботи зі сновидіннями. Усі з цих теорій дотримуються різних поглядів на феномен сновидіння і, отже, роль снів в житті пацієнтів. Через це не існує загальноприйнятого визначення феномена сновидінь (Pagel et al.) [23].

З. Фрейд вважав, що сновидіння викликаються прихованими думками, бажаннями і фантазіями, що сон є здійсненням бажання, його образи не є безглуздими і хаотичними, їх психологічна функція полягає в репрезентації суб'єкту прихованих смислів його несвідомого, але сенс сновидіння зрозумілий тільки при символічному аналізі сновидінь. З. Фрейд вважав, що сон - це час, коли реалізуються несвідомі бажання і в якому містяться також залишкові

події дня [6].

Визначення латентного змісту

Методологічною основою психоаналітичного дослідження сновидінь є інтерпретація. У своїх лекціях З. Фройд показує на ряді прикладів, що будь-який елемент сновидіння носить детермінований характер і обумовлений неусвідомлюваними суб'єктом уявленнями і витісненими бажаннями [6].

Методом вільних асоціацій встановлюється зв'язок з несвідомим матеріалом сновидця. Однак, самі по собі асоціації, викликані сном, - це ще не є його прихований зміст. У них лише можуть з'явитися елементи, які визначаються таким змістом. Крім них в сновидіннях можуть бути присутніми елементи, приховане значення яких у більшості людей однаково, наприклад, так звані типові сюжети сновидінь або символічні об'єкти. Важливе значення мають також пояснення сновидця ще перед розповіддю про зміст сновидіння.

Техніка психоаналітичної інтерпретації грає двояку роль. З одного боку, вона призначена для досягнення змін у внутрішньому світі пацієнта шляхом формування нового розуміння свого минулого, бажань, фантазій і симптомів, а з іншого - є способом опису особистісних особливостей суб'єкта і як така може розглядатися як частина дослідницького процесу.

Однак, формулювання інтерпретації являє собою творчий і тому вельми невизначений процес, який не передбачає проходження якого-небудь алгоритму, а лише спирається на найзагальніші уявлення про сексуально-агресивну природу людини і її схильності до вибудовування специфічних відносин з батьками в дитинстві. Кінцевим пунктом інтерпретації є потяги або інстинкти.

Переробка інформації в сновидінні зводиться до 3 основних процесів:

1. згущення (концентрація) образів аж до їх контамінації (накладення один на одного) - декілька ідей або образів підмінюється одним зображенням або словом.
2. зміщення (заміщення), коли якийсь прихований елемент проявляється у вигляді віддаленої асоціації, натяку. Одна ідея, оцінка або зображення заміщується асоціацією, пов'язаною з нею. Те, що знаходиться на периферії реально значущого переживання, в сновидінні може бути кульмінацією, центром.
3. символізація - ідея презентується образом, що є несвідомим символом.

Види роботи сну:

- Конденсація - організація компонентів сну для формування приблизного єдиного цілого.
- Заміщення.
- Репрезентативність (пластичність) - перетворення думок на візуальні образи.
- Ревізія - перетворення дефрагментованих фрагментів.

Види снів:

- Немасковані - реальна репрезентація бажань (частіше зустрічаються у дітей)
- Замасковані сні - сні, які приховують витіснені бажання та знижують рівень тривоги.
- Частково замасковані сні - репрезентують витіснене бажання, але з недостатнім маскуванням, в них відчувається тривога.

Згаданий сон називається маніфестним сновидінням. Перекладання латентних думок сновидіння в маніфестні є роботою сновидіння. Інтерпретація сновидінь - це переведення

маніфестних сновидінь в латентні думки.

З одного боку, сновидіння задовольняє потребу Его уві сні, оскільки охороняє стан сну завдяки тому, що реальне відреагування збудження в моториці замінюється галюцинаторним, яке не вимагає пробудження. З іншого боку, сновидіння дозволяє витісненим бажанням, нехай і в спотвореній формі, виповнитися і тим самим знизити психічну напругу, пов'язану з сексуальними або агресивними імпульсами. Таким чином, сновидіння покликане примирити дві протилежні сили - бажання спати і бажання діяти відповідно до збудження, що виходить від психічної або соматичної сфери.

Весь процес утворення сновидіння проходить під впливом так званої цензури. Спотворююча діяльність «цензури» здійснюється за допомогою цілого ряду психічних механізмів. При спробі тлумачення сновидіння саме «цензура» породжує опір цьому процесу у вигляді забування частини сну, відсутності вільних асоціацій до нього або іншим чином.

На даний час існує також теорія емоційної складової снів, згідно якої терапевт може бути в змозі визначити аналогічні афективні спогади пацієнта (наприклад, травматичний досвід) через емоційний матеріал у змісті сну [9]. Емоційний денний досвід має перевагу перед іншими менш емоційними переживаннями, під час включення у сновидіння тому, що емоції забезпечують автоматичний і несвідомий спосіб визначення, які переживання потрібно включити в сон для запам'ятовування [10].

Важко переоцінити внесок Карла Юнга у вивчення змісту сновидінь. К.Юнг вважав, що символи продукуються людиною спонтанно і несвідомо. Сновидіння інтимно пов'язані з несвідомим, але вони не тільки символічне проявлення несвідомого пацієнта, вони також - відображення колективного несвідомого, яке, діючи через сновидіння, використовує архетипічні, надособистісні та надкультуральні символи.

При інтерпретації сновидінь К.Юнг зосереджував всю увагу на змісті самого сновидіння, а не намагався піти від нього по ланцюгу вільних асоціацій.

Юнг вважав, що сновидіння є корекцією неадекватного повсякденного досвіду, спробою повернути втрачену рівновагу. Згідно з К. Юнгом, в сновидіннях відображаються і діючі всередині суб'єкта сили, і моделі майбутньої поведінки.

Послідовники К. Юнга вважають сні компенсацією особистих обмежень.

Згідно теорії У. Біона пацієнти, які не бачать сні, не здатні застосувати альфа-функцію до бета-елементів. Ці елементи можуть бути використані тільки для евакуації у вигляді відігрувань, соматизації або проекції. Аналітик також отримує це у вигляді бета-елементів. Зімін В. (2012) в доповіді «Бачити чужі сні» спирається на концепцію У. Біона [28] про очікування дитини, що мати буде здатна приймати його проекції, переробляти потік сирих вражень, бета-елементів, і за допомогою альфа-функції переробляти їх в альфа-елементи, тобто в якомусь сенсі мати повинна «наснити» для свого немовляти ті сні, які не сняться йому і передати йому як частини його власного Я [5].

Сні психотерапевтів також можуть мати значення не лиш стосовно сновидця, а й символічне бачення стосунку з пацієнтом.

J. Ehrenwald вважав, що сновидіння демонструють їх пластичність: клієнти, які проходили психоаналітичні сеанси, починають сновидіти за З. Фройдом. Ті ж, з ким працювали психотерапевти-юнгіанці, бачать сні, що задовольняють моделі К. Юнга. Ця ідея знайшла підтвердження в роботах П. Фонагі і Т. Огдена. «Сновидіння не продукуються в ізоляції, а сняться з аналітиком в ментальному просторі», - пише Пітер Фонагі [25]. Сновидіння пацієнта не є тільки «його» сновидінням, тому що воно «породжується в контексті аналізу (з його

власною історією), що включає в себе взаємодію аналітика, аналізанда і аналітичного третього. Думка Т. Ogden, що «сновидіння, яке сниться в ході аналізу може розумітися як «спільна конструкція», що виникає з взаємодії несвідомого аналітика і несвідомого аналізованого» дозволяє уважніше і з більшою повагою ставитися до власних асоціацій з приводу сну пацієнта, які прийшли в голову не тільки на сеансі, але й поза ним [27].

Він пише про унікальні відчуття життя в аналітичному переживанні, маючи на увазі «виникнення руху між сном і мріянням, між мріянням і інтерпретацією, між інтерпретацією і переживанням» [27].

Т. Ogden вважає, що в чистому вигляді власного змісту, відірваного від змісту пацієнта на кушетці, не буває. Те, як аналітик використовує мову, робить значний внесок в здатність пацієнта витягти зі сказаного користь в майбутньому, цілеспрямовано обробляючи у снах свій власний досвід, тим самим більш повно втілюючи себе в житті [27].

Несвідоме спілкування між пацієнтом і аналітиком може бути відображено в змісті сну, як залишки дня або основний емоційний фокус і свідчити про процеси, які відбуваються в терапії [29].

Kilborne В. надає виняткове значення послідовності сновидінь, ніж асоціаціям на їх рахунок. Як таке, сновидіння знаходиться *in status nascendi* (в стані зародження) до тих пір, поки воно не було почуто і відреаговано, і часто до тих пір, поки не відбулися наступні сновидіння, які продовжують ті несвідомі процеси, що були виражені першим сновидінням. Очевидно, асоціативний метод корисний, але він не утворює *sine qua non* (необхідну умову) для тлумачення сновидінь, як це вважав З.Фрейд, хоча б тому, що сновидіння - це основні врата в область уяви, і, таким чином, воно не може бути визначено ні літературним тлумаченням, ні науковим чином. Сновидіння неминуче перебувають у русі, між індивідами, постійно змінюючись при їх обмірковуванні, і неминуче є незавершеними [3].

Будучи відображенням поточної внутрішньої ситуації в несвідомому сновидіння подібні «короткометражкам» (Р.Фейрберн [30]), в яких розігруються надзвичайно складні відносини між внутрішньо психічними структурами. Стан «сплутаності», що виявляється в складнощах диференціації зовнішнього і внутрішнього, сну і яви, живого і мертвого, Я і не-Я, відображає крихкість і нестійкість душевної рівноваги пацієнтів, що звертаються за психотерапевтичною допомогою. Запрошення до сно-бачення ними сприймається ще й як запрошення до со-бачення разом з терапевтом, такого лякаючого і одночасно що обіцяє таку бажану розрядку психічного болю [4].

Сновидіння в психоаналізі можуть відображати не тільки перенесення пацієнта, але також контрперенесення і тривогу психоаналітика. Через комунікативні здатності снів аналітик може використовувати сні пацієнта в якості спостереження. Описано об'єктивні ознаки, які можуть вказувати на втручання контрперенесення в інтерпретацію сновидінь аналітика. У процесі взаємного інтерактивного тлумачення сновидінь можна прояснити значення сновидіння про матрицю перенесення - контрперенесення (Mark J. Blechner)[17]. Щоб зрозуміти і використовувати сні таким чином потрібно мати на увазі акцент на маніфест, а не прихований зміст сну.

На думку Х. Когут [26], сні не розкривають несвідомі інфантильні бажання, а запобігають дезінтеграції самості та допомагають боротись з депресивною самооцінкою.

V. Sedlak, в роботі «Простір сновидіння і контрперенесення» показує на клінічних прикладах зв'язок здатності чи нездатності пацієнта продукувати сновидіння про свій актуальний емоційний стан зі здатністю аналітика опрацювати цей емоційний стан в своєму контрперенесенні. Автор показує, як пацієнт може несвідомо поміщати в аналітика те, про що він не може побачити у вісні і функція аналітика - контейнувати ці почуття і трансформувати



їх в більш стерпні так, щоб пацієнт придбав здатність думати про них і бачити про них сни. Опрацювання контрперенесення аналітика може полегшити досягнення мети пацієнта в аналізі «розвивати в собі здібності думати, відчувати і бачити сни» [24].

Неймовірні сни розуміються як прояви психотичних і психічно виключених аспектів особистості; перервані сновидіння розглядаються як відображення невротичних та інших непсихотичних частин особистості. Завдання аналітика - створити умови, які можуть дозволити аналізанду - за участю аналітика - бачити сни, про які раніше не можна було мріяти і які переривалися.

Значна частина участі аналітика в сновидінні пацієнта приймає форму переживання мрійливості аналітика. В ході цієї спільної роботи з розуміння сновидіння в аналітичному сетінгу аналітик може досить добре пізнати аналізанда, щоб зрозуміти що відбувається на несвідомому рівні в аналітичних відносинах. Т. Ogden відмічає важливість озвучування аналітиком бачення сну для того, щоб в подальшому аналізанд міг використовувати те, що сказав аналітик, для більш повного сновидіння власного існування [14].

Sirois F., пише: сни про аналітичну сесію мають явний зміст, в якому аналітична обстановка піддається спотворенням, тоді як аналітик виглядає неприхованим. У більшості аналізів подібні сни є постійним, але рідкісним явищем. Їх специфіка полягає в тому, що ніколи не відтворюються матеріальні умови аналізу як такі, сни про сесію стосуються деяких аспектів діяльності аналітика. У цьому сенсі такі сни свідчать про невроз перенесення, попередньо визначаючи опір переносу до аналітичної розробки ключових конфліктів. Частина, взята пацієнтом та аналітиком, обговорюються з точки зору їх здатності сигналізувати про поглиблення аналізу [15].

Висновки

Отже, враховуючи вище сказане, продовжує тривати вивчення природи сновидінь, їх змісту, значення, локалізації та мети.

На даний час вважається, що сновидіння виконують захисну та адаптивну функції, сприяють формуванню довгострокової пам'яті та опрацюванню інформації та емоційно заряджених переживань і разом з тим, сновидіння є результатом творчого процесу.

В наш час, при збільшенні можливостей нейровізуалізації, з'являються більш точні дані про локалізацію тих чи інших процесів в головному мозку і цілком ймовірно, що доволі скоро ми станемо свідками нових наукових відкриттів у сфері сну.

Робота зі сновидіннями є важливою частиною аналітичного процесу, символічним відображенням внутрішнього світу пацієнта, аналітика, несвідомого третього та процесів, які відбуваються в терапії.

Аналіз сновидінь дозволяє глибше розуміти аналітичну динаміку. Важливу інформацію можна отримати аналізуючи як латентний, так і маніфесний змісти сновидінь.

Те, що відбувається у світі сну і в аналітичній сесії є унікальним і неповторним. Одна мить – і все змінюється. Можливо тим і заворожують сновидіння, своєю непередбачуваністю, багатозначністю, нескінченністю...

Посилання

1. Zangrilli Q. The mystery of dreams. Fiuggi: Free Association "Convivium"; 2011. URL: <https://www.psicoanalisi.it/english-1/the-mystery-of-dreams/1395/>

2. Dawes AJ, Keogh R, Andrillon T, Pearson J. A cognitive profile of multi-sensory imagery, memory and dreaming in aphantasia. *Scientific Reports*. 2020;10(1):10022. DOI: | <https://doi.org/10.1038/s41598-020-65705-7>
3. Kilborne B. About dreams, imaginary knowledge and ignorance: appearance, identity and shame. *Practical Psychology and Psychoanalysis Journal*. 2020;2. URL: <https://psyjournal.ru/articles/o-snovideniyah-voobrazhaemom-znani-i-neznani-vneshniy-oblik-identichnost-i-styd>
4. Isajev MA. An invitation to a dream. *Practical Psychology and Psychoanalysis Journal*. 2020;2. URL: <https://psyjournal.ru/articles/priglasenie-k-snovideniyu>
5. Gracheva TV. The ability to dream in psychotherapy and psychoanalysis. Influence of dreams on the development of symbolic thinking and transference. *Practical Psychology and Psychoanalysis Journal*. 2013;3. URL: <https://psyjournal.ru/articles/sposobnost-videt-sny-v-psihoterapii-i-v-psichoanalize-vliyanie-snovideniy-na-razviti>
6. Freud S. *The interpretation of dreams*. New York: Basic Books; 2010:688.
7. Hartmann E. The Dream Always Makes New Connections: The Dream is a Creation, Not a Replay. *Sleep Med Clin*. 2010;5:224-41. DOI: <https://doi.org/10.1016/J.JSMC.2010.01.009>
8. Born J, Wilhelm I. System consolidation of memory during sleep. *Psychol Res*. 2012;76(2):192-203. DOI: <https://dx.doi.org/10.1007%2Fs00426-011-0335-6>
9. Zhang W, Guo B. Freud's Dream Interpretation: A Different Perspective Based on the Self-Organization Theory of Dreaming. *Front Psychol*. 2018;9:1553. DOI: <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.01553> PMID: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/30190698/>
10. Malinowski J, Horton CL. Evidence for the preferential incorporation of emotional waking-life experiences into dreams. *Dreaming*. 2014;24(1):18-31. DOI: <https://doi.org/10.1037/a0036017>
11. Hartmann E. Meteorite or gemstone? Dreaming as one end of a continuum of functioning: Implications for research and for the use of dreams in therapy and self-knowledge. *Dreaming*. 2010;20(3):149-68. DOI: <https://doi.org/10.1037/a0020575>
12. Nir Y, Tononi G. Dreaming and the brain: from phenomenology to neurophysiology. *Trends Cogn Sci*. 2010;14(2):88. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.tics.2009.12.001> PMID: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/20079677/>
13. Blagrove M, Fouquet NC, Henley-Einion JA, et al. Assessing the dream-lag effect for REM and NREM stage 2 dreams. *PLoS One*. 2011;6(10):e26708. DOI: <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0026708> PMID: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/22046336/>
14. Ogden TH. This art of psychoanalysis. Dreaming undreamt dreams and interrupted cries. *Int J Psychoanal*. 2004;85(4):857-77. DOI: <http://dx.doi.org/10.1516/0020757041557575>
15. Sirois F. Analytic process and dreaming about analysis. *Int J Psychoanal*. 2016;97(6):1479-97. DOI: <https://doi.org/10.1111/1745-8315.12529>
16. Schredl M. Characteristics and contents of dreams. *Int Rev Neurobiol*. 2010;92:135-54. DOI: [https://doi.org/10.1016/S0074-7742\(10\)92007-2](https://doi.org/10.1016/S0074-7742(10)92007-2)
17. Blechner MJ. The Patient's Dreams and the Countertransference. *Psychoanalytic Dialogues*. 1995;5(1):1-25. DOI: <https://doi.org/10.1080/10481889509539047>
18. Kahn D, Hobson JA. Self-organization theory of dreaming. *Dreaming*. 1993;3:151-78. DOI: <https://doi.org/10.1037/h0094378>
19. Kahn D, Krippner S, Combs A. Dreaming and the self-organizing brain. *J Conscious Stud*. 2000;7:4-11.
20. Hoffer A, Buie DH. Helplessness and the analyst's war against feeling it. *Am J Psychoanal*. 2016;76(1):1-17. DOI: <https://doi.org/10.1057/ajp.2015.56> PMID: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/26912242/>
21. Solms M. *The Neuropsychology of Dreams: A Clinico-anatomical Study*. New York: Psychology Press; 2015.
22. Ullman M. *Appreciating dreams: A group approach*. Thousand Oaks: Sage Publications; 1996.
23. Pagel F, et al. Definitions of Dream: A Paradigm for Comparing Field Descriptive Specific Studies of Dream. *Dreaming* 2001;11(4):195-202. DOI:



<https://doi.org/10.1023/A:1012240307661>

24. Sedlak V. The dream space and countertransference. *Int J Psychoanal.* 1997;78(2):295-305.
25. Fonagy P. *Dreams of borderline patients.* Milton Park: Taylor and Francis Groupe; 2000.
26. Kohut H. *The Restoration of the Self .* Chicago: University of Chicago Press; 2009.
27. Ogden TH. *Conversations at the Frontier of Dreaming.* Lanham: Jason Aronson Inc; 2001.
28. Bion W. The psychoanalytic Study of Thinking. *International Journal of Psycho-Analysis.* 1962;43(2):306-10. DOI: <https://doi.org/10.1002/j.2167-4086.2013.00030.x>
29. Ogden TH. Dreaming the analytic session: a clinical essay. *The psychoanalytic quarterly.* 2017;86. <https://doi.org/10.1002/psaq.12124>
30. Fairbairn WRD. *An Object-Relations Theory of the Personality.* New York: Basic Books; 1952.