

المحاضرة رقم 06 في مقياس التحليل النفسي: تفسير الأحلام من منظور التحليل النفسي

الهدف من المحاضرة:

- التعرف على معنى الحلم في علم النفس.
- التعرف على آلية تكوين الحلم.
- تفسير الحلم وفق نظرية التحليل النفسي

1- مفهوم الحلم:

لكي نفهم آلية الحلم لا بد علينا من التعرف على معنى النوم، فالنوم هو حالة خلود الراحة وجزء من أجزاء عملية يقوم بها الفرد على مدار يومه خاصة وحياته عامة، وهو حالة لا يريد النائم فيها أن يعرف شيئاً عن العالم الخارجي، حالة ينسلخ فيها اهتمامه انسلاخاً تاماً عن هذا العالم.

أما الحلم فهو الحالة المصاحبة للنوم الذي يكون فيه الفرد بعيداً جزئياً أو كلياً عن المنبهات الصادرة عن العالم الخارجي المحيط بالشخص النائم. الحلم هو ظاهرة نفسية تتبلور في حالة النوم، وتخرج في صورة حلم بشكل لا شعوري رغماً عن النائم.

2- كيف يحدث الحلم؟

تخضع حياة الإنسان البيولوجية إلى حالات دورية خاصة أهمها حالتا النوم واليقظة، ويستغرق النوم حوالي ثلاثة أرباع حياة الإنسان، وفي النوم ينخفض مستوى النشاط الحركي والذهني كثيراً، ولكنه لا ينعدم ويتضح ذلك من خلال استجابة النائم لكثير من المنبهات الخارجية التي تطرأ عليه.

وكذلك المراكز العصبية الدماغية لا تكون في حالة سكون تام بل تكون في حالة شبيهة بحالة التخدير العميق، فلا يزال بعضها الآخر يواصل نشاطه، ولكن على نحو ضئيل منقطع، وقد تثير التنبهات الخارجية أو الداخلية أو أي من الصور الذهنية التي يراها النائم وهي ما تعرف بالأحلام.

وهناك صلة بين الأحلام ومشاكل النهار وما ورد في الذهن من خواطر وأفكار أثناء اليقظة حيث أن الفرد يحلم أكثر من حلم واحد في النوم. وقد تمتد صلة الحلم بحوادث الحياة الماضية البعيدة وخاصة الصدمات الانفعالية والتجارب العاطفية.

3- الحلم في التحليل النفسي:

التحليل العلمي للحلم هو ظاهرة نفسية وهو أي نشاط يعكس اشكال عديدة من الأشكال النفسية، فلو استطعنا فهم الحلم فنكون قد استطعنا فهم انفسنا. وبهذا فمعنى الحلم في التحليل النفسي هو نشاط نفسي إنساني يحكمه قانون أول ألا وهو تحقيق رغبة، والرغبة لها صفتين: إحداها خيالية والأخرى رغبة يصعب على صاحبها تحقيقها.

إذن الحلم هو لغة الحالم، والإنسان بهذا يكون محكوم بمبدأين: الواقع والتعامل معه، الخيال وما تحقق فيه من لذة حيث أن هذا التحقق يؤدي على خفض التوتر والاضطراب وهنا تتضح فائدة الحلم في العمل على التوازن الصحيح بين الواقع والخيال.

لم يقف التحليل النفسي عند هذا الحد من التفسير حول الحلم بل امتد إلى أكثر من ذلك على اعتبارات عديدة منها:

- الحلم إشارات لا يعبر عن المستقبل بل يعبر دائما عن الماضي.

- الحلم لغة بصورة وليس لغة لفظية.

- الحلم ظاهرة كما يرويها صاحبه.

- الحلم هو حماية للنوم.

- في الحلم تتحقق الرغبة وتحققها هلوسيا.

ولكي نتمكن من معرفة أفكار الحلم الكامنة لا بد من بذل مجهود منهجي، ونظرا إلى العلاقة بين مضمون

الحلم الكامن ومضمونه الظاهر يمكن تقسيم الأحلام على ثلاث فئات:

- الفئة الأولى: تضم الأحلام الواضحة المعقولة التي تبدو مستعارة مباشرة من حياتنا النفسية الواعية

وليس فيها ما يثير الدهشة أو الخيال.

- الفئة الثانية: هي الأحلام التي تثير الدهشة.

- الفئة الثالثة: تفتقر الأحلام هنا إلى المعنى الواضح ويسودها الغموض والتفكك.

.