

## **Interpretação dos Sonhos: um panorama das teorias de Freud, Jung e Boss**

Laura Soares Guerra<sup>1</sup>

Claudio Herbert Nina e Silva<sup>2</sup>

<sup>1</sup> Acadêmica de Psicologia, Faculdade de Psicologia, Universidade de Rio Verde. Contato: [laurasguerra@outlook.com](mailto:laurasguerra@outlook.com).

<sup>2</sup> Professor orientador, Faculdade de Psicologia, Universidade de Rio Verde.

**Recebido em: 01/09/2019 – Aceito em: 31/12/2019**

**Resumo:** O objetivo deste artigo foi apresentar um panorama das teorias de Freud, Jung e Boss sobre a interpretação de sonhos. Observamos que cada um deles possui uma maneira muito diferente e única de interpretar de sonhos, cada um seguindo uma abordagem dentro da psicologia, Freud com a Psicanálise, Jung com a Psicologia Analítica e, Boss, com a Gestalt-Terapia.

**Palavras-chave:** Sonhos. Psicodinâmica. Psicanálise. Psicologia Analítica. Gestalt-terapia.

**Abstract:** The aim of this article was to present an overview of the theories of Freud, Jung and Boss over dreams interpretation. We notice that each of them has a very different and unique way of interpreting dreams, each following a approach within psychology, Freud with psychoanalysis, Jung with analytical psychology and Boss with Gestalt-Therapy.

**Keywords:** Dreams. Psychodynamics. Psychoanalysis. Analytic Psychology. Gestalt-Therapy.

### **1. INTRODUÇÃO**

Para Jung (2008), o sonho mostra qual é a situação em que o Inconsciente está atualmente e se desencadeia a partir de acontecimentos tanto da vida exterior quanto da interior do sonhador.

Desse modo, Jung (1971a; 1985; 2008) acreditava que os sonhos podiam expressar mais do que apenas desejos reprimidos. Jung (1971a; 1985; 2008) reuniu evidências de que os sonhos podiam expressar impulsos, qualidades ou potencial que o sonhador possuía, e que, nos sonhos, seria possível encontrar as coisas mais importantes que já aconteceram na vida da pessoa, acreditando então que o sonho revela e não esconde os fatos.

O problema em relação aos sonhos reside no fato de que o Inconsciente não tem o mesmo código de linguagem da nossa vida desperta, portanto ele ‘fala’ de maneira simbólica que precisa ser interpretada por nós (JUNG, 1971a; HALL, 1983; JUNG, 1985; HALL, 1993; JUNG, 2008).

Para Jung (2008; 2011), o inconsciente, além de sentimentos reprimidos, lembranças de cada ser que foram esquecidas e representações psíquicas dos instintos biológicos, também continha conhecimentos e sabedoria que complementam

o seu desenvolver. Mas a seu ver também existia o Inconsciente coletivo que era a fonte de planos da natureza humana, também chamados de arquétipos os quais indicavam como o indivíduo estava no processo de individuação.

Os principais arquétipos são: a *persona*, onde se encontra as características de personalidade que o indivíduo mostra para o mundo; a *sombra* que são características que o indivíduo esconde de si próprio e acha que consegue esconder do mundo, tendo grande valor para o indivíduo, mesmo que ele não aceite; a *anima/animus* que são os atributos sexuais da alma do indivíduo; o *velho sábio* que é o arquétipo espiritual; e por fim o *Self* que é o verdadeiro ser, o centro da sabedoria (JUNG, 1971b; 2008).

No “Livro de ouro dos sonhos”, Delaney (2000), retrata que, quando um sonho é entendido, ou seja, quando conseguimos analisar suas metáforas, compreende-se mais claramente uma verdade básica sobre si mesmo, sobre seus relacionamentos ou sobre um problema que está se tentando resolver.

Ao longo de seu livro, Delaney (2000), rejeita algumas suposições comuns acerca dos sonhos, as quais serão descritas a seguir. Existe uma visão segundo a qual a maioria dos sonhos é bobagem. Todavia, há pesquisas que mostram que os sonhos refletem nossas preocupações quando despertados e nos ajudam a lidar com nossos conflitos (DELANEY, 2000).

Outra suposição sobre os sonhos, baseada no pensamento freudiano, é aquela segundo a qual a maioria dos sonhos seria meramente expressão de desejos Inconscientes. Em consonância com a perspectiva de Jung (1971a; 1985; 2008), sobre os sonhos citada anteriormente, Delaney (2000), afirma que os sonhos nos mostram, por meio de metáforas e símbolos, nossos relacionamentos importantes, como realmente nos sentimos e pensamos a respeito das coisas e de nós mesmos.

Uma outra suposição sobre o sonho questionada por Delaney (2000) é aquela que considera que os sonhos falam uma língua que visa a camuflar a verdade de alguma forma. Contudo, conforme argumenta Delaney (2000), por certo os sonhos não falam nossa língua diretamente, ou empregam uma linguagem tão facilmente acessível, mas esse autor faz uma comparação interessante entre os sonhos e línguas estrangeiras.

Nessa comparação, Delaney (2000) afirma que pessoas de outro país, tais como os chineses, por exemplo, conversam em outra língua que pessoas não familiarizadas com o mandarim não entendem, mas o propósito do uso do idioma mandarim pelos chineses não é, obviamente, esconder algo daqueles que não falam mandarim. Da mesma forma, o fato de não se compreender muitas vezes claramente a linguagem dos sonhos não significa que, por definição, os sonhos seriam formas disfarçadas de se

apresentar informações sobre nós mesmos. Afinal, as pessoas costumam ter sonhos mais “claros” em momentos de sua vida em que estão mais abertos, ou quando estão em emergência emocional. Por outro lado, as pessoas costumam ter sonhos mais “obscuros” quando estão na defensiva ou lidando com questões novas da vida delas (DELANEY, 2000).

Há também, a suposição de que o sonho seria um tipo de alteração de comportamento causado por uma situação, problema ou resultado de um trauma psíquico, ocasionando afloramento das emoções incontroláveis e não assimiladas pelo sujeito (DELANEY, 2000).

Uma outra suposição descrita por Delaney (2000), é a de que as psiques femininas e masculinas seriam essencialmente diferentes. Em função dessas distinções primordiais entre as psiques femininas e masculinas, os sonhos de homens e mulheres deveriam ser interpretados de formas diferentes. No entanto, Delaney (2000), ressalta que as diferenças entre homens e mulheres sempre foram exageradas ao longo da história e que, em muitos casos, essas diferenças de gênero seriam construções culturais. Deste modo, quando os sonhos de homens e mulheres são interpretados dessa forma, separadamente, a interpretação costuma se basear em estereótipos e em opiniões preconceituosas sobre cada um dos gêneros (DELANEY, 2000).

Há ainda a suposição de que a intuição tem um papel importante na boa interpretação de um sonho, sendo que um bom entrevistador seria capaz de analisar um sonho e de trazer seus elementos a luz das associações e conexões do sonhador, fazendo certas deduções a partir de informações que ele usa para criar hipóteses e perguntas corretas. Essas perguntas se baseiam em hipóteses teóricas sobre a natureza dos sonhos ou os fatos ou informações que ele obteve na entrevista e uma apreciação da estrutura dramática do sonho. Todavia, Delaney enfatiza que é através do julgamento crítico, e não da mera e isolada intuição, que o entrevistador escolhe suas perguntas e formulas suas hipóteses interpretativas sobre um sonho.

Acredita-se que pode haver muitas interpretações boas e divergentes do mesmo sonho, podendo haver muitos níveis de significados para um sonho, e muitas ramificações de uma interpretação. Contudo, Delaney (2000), esclarece que essa suposição não encontra suporte nos fatos, visto que apenas uma linha interpretativa se mostra realmente adequada, a despeito de todas as interpretações concorrentes se basearem na estrutura dramática do sonho.

Afinal, a maioria dos sonhos pode facilmente expressar metaforicamente sentimentos, pensamentos e ideias que quando compreendidas podem ajudar o sonhador a se adaptar a mudanças na vida e reconhecer, avaliar e resolver problemas pessoais e profissionais. De acordo com Delaney (2000), esse é um dos motivos pelos quais as pessoas sonham. Na maioria dos casos o sonhador deve chegar a uma compreensão consciente do significado do seu sonho, de como ele se relaciona com a sua vida desperta, para que aí sim o sonho tenha qualquer impacto significativo. Assim como, em nossa vida desperta temos que nos esforçar para transformar ideias em poesias, pinturas e entre outros, temos que nos esforçar também para que nossos sonhos sejam mais do que ideias vagas e passageiras do que há em nosso interior.

Uma suposição muito comum sobre os sonhos é a de que eles parecem ter um objetivo e que reflexões metafóricas sobre eles poderiam oferecer partes novas ou não examinadas de informações que podem ser compreendidas e usadas em benefício do sonhador (DELANEY, 2000). No entanto, os sonhos raramente apresentam informações antigas, a não ser que a pessoa esteja presa em um padrão neurótico ou a um trauma específico (DELANEY, 2000).

Apesar de Jung (1971a; 1985; 2008), considerar que se deve tentar compreender o sentido do objetivo básico de um sonho, alguns outros autores citados por Delaney (2000) não pensam assim, afirmando que não se pode provar nenhuma intenção por parte do sonho ou sonhador. Delaney (2000) diz que o sonho quando bem interpretado traz ao sonhador, quando em estado desperto, metáforas que projetam uma nova luz sobre suas preocupações na vida, mas o fato de o sonho “pretender” ou não isso tem importância secundária.

O termo interpretação é utilizado nesse sentido porque é definido como “explicar e compreender algo”. Compreensão, apreciação e reflexão são outros termos sugeridos por escritores que querem distinguir seu trabalho por formas de interpretação rígida e substituição por símbolos fixos (DELANEY, 2000). A interpretação não emprega, portanto, símbolos fixos e nem diz quando o sonho tem um significado oculto, acreditamos que a concentração profunda do sonho permite ao sonhador experimentar coisas vividamente e com frequência e sentimentos profundos, os quais normalmente quando despertos, evitamos.

A última suposição sobre os sonhos comentada por Delaney (2000), é a de que o sonhador, ao acordar, tem todas as informações que precisa para compreender o sonho, embora algumas delas possam estar fora de sua consciência imediata: se o sonhador não tiver a capacidade de explorar essas informações terá que aprender ou procurar um entrevistador.

Desse modo, o objetivo do presente estudo foi descrever as teorias de interpretação dos sonhos propostas por Freud, Jung e Boss.

## **2. DESENVOLVIMENTO**

### **2.1 Freud e a psicanálise dos sonhos**

Freud fez dos sonhos maneiras para revelar verdades sobre o sonhador e utilizá-las com um intuito de produzir insights, resolver conflitos e aliviar sintomas. Freud se baseou em um conceito de explorações anteriores do Inconsciente, vindo de Nietzsche, aonde a partir dele, Freud desenvolveu conceitos de “autoengano do consciente pelo Inconsciente e pelo pensamento emocional, entre outros, como instintos” (DELANEY, 2000).

O método interpretativo de Freud consistia em fazer o paciente deitar no divã e descrever quaisquer pensamentos e sentimentos que tivesse, inclusive sonhos, mesmo que parecessem sem sentido. Quando um sonho era contado o paciente fazia associações de imagens com sentimentos presentes nele (FREUD, 1900/2014).

Freud (1900/2014) descreveu um processo chamado de “elaboração do sonho”, por meio do qual ele acreditava que um censor interno criava o sonho para ocultar o significado verdadeiro de seus pensamentos e desejos ocultos. Todavia, na visão de Delaney (2000), a noção de “elaboração do sonho” teria levado Freud a desenvolver uma perspectiva limitada do sonho como sendo apenas a manifestação de um “desejo disfarçado”. Ainda segundo Delaney (2000), a visão freudiana de sonho consideraria “(...) o sonhador e o sonho como criminosos que escondiam a verdade”.

De fato, Freud (1900/2014, p.143), acreditava que o sonho “(...) é um fenômeno psíquico de plena validade – mais precisamente, uma realização de desejo”. Conforme a crítica de Delaney (2000), a tese freudiana de que o sonho seria sempre a satisfação (nem sempre, mas frequentemente, disfarçada) de um desejo reprimido conduziu a interpretações arbitrárias de sonhos por Freud e seus seguidores. Contudo, o próprio Freud (1900/2014, p. 155) já antecipara esse tipo de crítica à sua teoria dos sonhos: “ao apresentar a tese de que a realização de desejo é o sentido de todos os sonhos, ou seja, de que não pode haver outros sonhos além dos sonhos de desejo, estou certo de antemão de que enfrentarei a mais decidida oposição”.

Segundo Freud (1900/2014) os desejos que os sonhos escondiam poderiam ser de alguma dessas naturezas: infantil, sexual ou agressiva e inaceitável para o

paciente. Ele achava que o reconhecimento desses desejos quando conscientes ou por meio de insights tinham um efeito curativo no paciente.

Conforme Delaney (2000), para descobrir os significados dos sonhos e quais seus desejos reprimidos, Freud exigia que o terapeuta interviesse nos momentos apropriados, baseando em uma ou duas fontes de informação. Ele insistia em utilizar associações do sonhador e o “simbolismo do sonho”, tal como no exemplo da escada associada ao sexo, como o movimento de subida e descida dos degraus representando os movimentos do ato sexual.

Segundo Freud (1900/2014), o sonho é construído por uma atividade intelectual extremamente complexa, porém, a partir dos sonhos surge um questionamento fundamental: de onde surgiram esses desejos expressos nos sonhos?

Freud (1900/2014) argumenta que, mesmo que todos os sonhos tenham um sentido e um valor psíquico, precisa-se entender que esse valor e esse sentido não seja o mesmo para todos os sonhos. Sonho de comodidade é quando no próprio sonho realizamos nosso desejo e não precisamos fazer quando despertos (FREUD, 1900/2014).

Em sua maioria das vezes os sonhos são simples e curtos, que entram em contraste de uma forma agradável com as composições oníricas, confusas e ricas que atraem a atenção do sonhador (FREUD, 1900/2014). Esses sonhos simples têm muito de seu “sonhador-criança”, que muitas vezes são realizações de desejos.

Para Freud (1900/2014), a psicologia infantil está destinada a ajudar a psicologia dos adultos, assim como os sonhos também, mostrando que mesmo os sonhos de crianças são realizações de desejos, porém os deles não possuem tantos enigmas quanto o de adultos.

## **2.2. Jung: a análise dos sonhos na Psicologia Analítica**

Jung (1985), desenvolveu um modelo de aperfeiçoamento interior semelhante ao proposto por Nietzsche, embora mantendo uma visão crítica sobre o pensamento desse filósofo:

“Nietzsche viveu muito além do instinto, nas alturas do heroísmo (...) foi-lhe possível manter-se nessas alturas graças à mais meticulosa dieta, num clima privilegiado e ingerindo grande quantidade de soníferos, até que a tensão lhe estourou os miolos” (JUNG, 1985, p. 29).

Desse modo, Jung (1985), afirmou ter transcendido as limitações que ele observou nos ensinamentos de Nietzsche e buscou reconstruir a ideia do crescimento pessoal nietzschiano através de uma reorientação da personalidade do ego limitado para o Eu central e interior.



Na visão de Jung (1985; 2008), o objetivo de vida era a progressão no processo de individuação, sendo que, quando as necessidades básicas de sobrevivência são satisfeitas, a necessidade unicamente humana de se aperfeiçoar vem em primeiro plano.

Esse chamado processo de individuação envolvia a unificação da personalidade através do reconhecimento e da retirada de projeções Inconscientes do Eu no outro, o reconhecimento do Self (manifestação do Inconsciente com o consciente) é o objetivo da individuação (JUNG, 1985).

Comparando-se as definições de sonho de cada autor, seria possível afirmar que, enquanto Freud (1900/2014), tentava descobrir a causa do sonho, Jung se interessava em descobrir seu objetivo (JUNG, 1971a; HALL, 1983; JUNG, 1985; HALL, 1993; JUNG, 2008). Segundo Delaney (2000), Jung enxergava a vida como uma série de transformações que afastam o indivíduo da identificação Inconsciente com o mundo e o levam a uma apreciação mais consciente do seu ser consciente e Inconsciente.

Conforme Delaney (2000), tanto para Freud quanto para Jung, a terapia tinha o objetivo de remover obstáculos, os dois usavam os sonhos como uma estrada principal que levava a exploração do material Inconsciente. De fato, segundo Jung (1985, p. 20), "(...) o método mais importante para se chegar ao conhecimento dos conflitos patogênicos e a análise dos sonhos, tendo sido Freud o primeiro a demonstrá-lo".

Ao contrário da visão de Freud, para Jung (1985), o Inconsciente continha não só sentimentos reprimidos, instintos e lembranças pessoais esquecidas, mas também muito conhecimento e sabedoria na forma de tendências que funcionam compensando os desequilíbrios e a parcialidade de atitudes conscientes, complementando o desenvolvimento do indivíduo. O Inconsciente também é universal, a fonte de planos originais da natureza humana, chamado de arquétipos (JUNG, 1985).

Segundo Jung (1985, p.62-63):

O arquétipo é uma espécie de aptidão para reproduzir constantemente as mesmas ideias míticas; se não as mesmas, pelo menos parecidas. (...) os arquétipos não são apenas impregnações de experiências típicas, incessantemente repetidas, mas também se comportam empiricamente como forças ou tendências à repetição das mesmas experiências. Cada vez que um arquétipo aparece em sonho, na fantasia ou na vida, ele traz consigo uma 'influência' específica ou uma força que lhe confere um efeito luminoso e fascinante que impele à ação.

Esses arquétipos se expressam nas imagens dos sonhos e, por isso, Jung (1985) achava que os sonhos indicavam o processo do paciente na individuação. Segundo Delaney (2000), os principais arquétipos são:

- 1) *A persona*: ou máscara de características de personalidades que o indivíduo mostra para o mundo.
- 2) *A sombra*: ou características e atitudes pessoais que o indivíduo esconde de si mesmo e acha que esconde do mundo e que embora inaceitáveis para ele, podem possuir grandes valores.
- 3) *A anima ou animus*: atributos sexuais masculinos ou femininos da alma humana.
- 4) *O velho sábio ou grande mãe*: arquétipo do espírito que leva o sonhador a uma apreciação profunda das realidades espirituais interiores.
- 5) *O self*: o verdadeiro centro do ser e da sabedoria.

Jung dizia que o trabalho com os sonhos tem o objetivo de aumentar a compreensão do sonhador da realidade quando desperto e que os insights sendo traduzidos pelo paciente em uma maior adaptação de vida diária (JUNG, 1971a; HALL, 1983; JUNG, 1985; HALL, 1993; JUNG, 2008; DELANEY, 2000).

Jung via os sonhos como além de expressões de desejos, impulsos, qualidades ou potenciais, ele acreditava que, acima de tudo, o sonho retratava a situação atual do Inconsciente e era desencadeado por acontecimentos da vida interior ou exterior (JUNG, 1971a; HALL, 1983; JUNG, 1985; HALL, 1993; DELANEY, 2000).

Os sonhos podiam também prevenir, repreender, congratular ou revitalizar o sonhador. Conforme Delaney (2000), Jung dizia: “no sonho podemos encontrar tudo aquilo que já foi importante na vida da humanidade”.

Jung (1985) considerava que a teoria de Freud sobre os sonhos era limitada, e insistia em que o sonho revelado era a expressão natural, não patológica, do Inconsciente. O sonho revela e não esconde. Jung também rejeitava a ideia de Freud em que os sonhos poderiam ser interpretados com a reversão simbólica, opostos ou cronológico (DELANEY, 2000).

Para Jung (JUNG, 1971a; HALL, 1983; JUNG, 1985; HALL, 1993; JUNG, 2008; DELANEY, 2000), as imagens dos sonhos são interpretadas tanto subjetivamente, quanto objetivamente. Jung (1985), inclui a crença de que os sonhos compensam as atitudes parciais da vida desperta, acredita que a mensagem ou o ponto principal dos sonhos pode servir para mostrar ao sonhador o que sua atitude quando desperto está ignorando.



Jung falava sobre “considerar o contexto”, mas quando se lê sobre esse conceito observa-se que ele mesmo não utilizava essa técnica (DELANEY, 2000). Jung (1971a; 1985; HALL, 1983; 1993), tinha um método chamado de “amplificação” que relacionava os símbolos com temas mitológicos, religiosos, históricos e psicológicos, como seus arquétipos e processo de individuação.

Jung aconselhava seus alunos a serem simples e interpretarem os sonhos sem ideias preconcebidas, ele dizia que em grandes sonhos tendo um contexto elaborado por se expressar de forma mitológica, o analista deve fornecer explicações necessárias para que o sonhador consiga entender o significado do sonho (DELANEY, 2000).

Jung interpretava os sonhos segundo a sua psique, aonde enfatizava seu conhecimento dos mitos e de seu próprio sistema ou panteão de arquétipos (DELANEY, 2000). Os objetivos de Jung, assim como de Freud era a compreensão do que o sonho dizia sobre a psique do sonhador. Jung via muito nos sonhos de seus pacientes a falta de sentimentos, o que para ele era de suma importância: desenvolver a capacidade de sentir ao ponto de poder ter uma rica experiência de vida (DELANEY, 2000).

Enquanto Freud acreditava que um sonho possuía sentimentos disfarçados e não sentimentos verdadeiros do sonhador, Jung acreditava que os sentimentos que estavam nos sonhos eram indicadores do modo como o sonhador consciente, ou Inconsciente se sentia em relação ao tema do sonho que teve (DELANEY, 2000).

Porém Jung não ensinou seus alunos a perguntarem como os sonhadores se sentiam em relação a seus sonhos, mas sim a quando examinassem o conteúdo revelado no sonho, ele e seus alunos deduziam certas coisas sobre a função dos sentimentos e até mesmo quais seriam os sentimentos do sonhador (DELANEY, 2000).

Segundo Jung (1985), quando lidamos com o Inconsciente se trata de um processo chamado função transcendente porque funciona como uma ponte entre o Inconsciente e o consciente, baseado em dados reais ou imaginários, racionais ou irracionais.

Para que se consiga entender um sonho, e qual o objetivo dele para a pessoa quando desperta necessita-se fazer um procedimento redutivo, aonde o sonho será decomposto nos componentes de reminiscências e nos processos instintivos que constituem a base (JUNG, 1985).

Esse processo chega ao fim quando os símbolos dos sonhos já não podem ser reduzidos a reminiscência ou anseios pessoais, ou seja, quando as imagens do

Inconsciente coletivo surgem, porque não se reduz ideias do coletivo para assuntos que são pessoais (JUNG, 1985).

Os valores dos símbolos do Inconsciente coletivo só emergem quando ocorre um tratamento sintético, aonde como a análise decompõe as imagens da fantasia em seus componentes, o processo sintético o integra em uma expressão conjunta e coerente (JUNG, 1985).

Interpretações em que expressões oníricas podem ser identificadas com objetos reais, é chamada de interpretações ao nível do objeto. Já a interpretação a nível do sujeito é aonde refere-se ao sonhador cada componente do sonho (JUNG, 1985).

Jung (1985) distingue o método de interpretação de sonhos freudiano, o qual é analítico e se mantém no nível do objeto, do método de interpretação da Psicologia Analítica, o qual é sintético e se mantém no nível do sujeito. A interpretação no nível do objeto é analítica, porque ela decompõe o que o sonho tem como conteúdo em complexos de reminiscência, ou seja, imagens do passado, que se referem a situações externas. Já a interpretação no nível do sujeito é sintética, porque ela se desliga das circunstâncias externas, portanto os complexos de reminiscência em que se baseia são interpretados como tendências ou parte do sujeito (JUNG, 1985).

Os sonhos em épocas anteriores tinham um significado e importância muito grande, acreditava-se que os sonhos aconteciam com o intuito de mostrar algo muito importante (JUNG, 1985). No mundo contemporâneo, os sonhos são vistos como insignificantes, como apenas porta-vozes do Inconsciente, nos quais segredos que são escondidos do Consciente são manifestados com perfeição (JUNG, 1985).

O “sonho manifesto” é como nos lembramos dele primeiramente, mas é de grande importância lembrar que é vago ter esse tipo de sonho e não se aprofundar, porque como Freud coloca é como a fachada de uma casa, que em seu interior existem inúmeras coisas a serem descobertas e desvendadas (JUNG, 1985).

Poucas vezes sonhamos com coisas simples, em que nossos desejos já são satisfeitos durante o sonho, como quando estamos com fome e sonhamos que estamos comendo um banquete e então nosso desejo é satisfeito (JUNG, 1985). Os sonhos normalmente são mais elaborados e precisam de um melhor aprofundamento para que ocorra uma maior compreensão deste.

Muitas vezes em sonhos em que desejos são desagradáveis, por não conseguimos aceitar e reconhecê-los no lugar de nos sentirmos satisfeitos com o que aconteceu no sonho, como uma filha que mata a mãe, nós reprimimos mais ainda esse desejo, sendo, portanto, o contrário impulso do Inconsciente (JUNG, 1985).

### 2.3. Medard Boss: análise fenomenológica dos sonhos

Boss (1979), após ser paciente de Freud e aluno de Jung, desenvolveu uma abordagem fenomenológica ou “dasein-análise” da compreensão dos sonhos. Nesta perspectiva fenomenológica, Boss (1979), descreve o sonho como um modo de existência humana, e que “por natureza, uma série de adaptações ou reações a presença significativa de fenômenos que se revelam no mundo da pessoa”.

Para Boss (1979), a sua interpretação de sonhos tem dois passos básicos: 1) considerar exatamente a quais fenômenos a vida do sonhador está tão aberta que eles podem ter entrado e reluzido na luz de sua compreensão, nos dizendo então quais fenômenos não estão ocultos; 2) determinar como o sonhador se conduz em relação a tudo que lhe é revelado no espaço do seu mundo dos sonhos, particularmente no estado de ânimo que determina seu comportamento. Quando essas coisas são bem escritas nós chegamos a compreensão da vida do seu sonhador durante seu sonho.

De acordo com Boss (1979), o estado do sonho é caracterizado por um ser concreto, ancorado no presente, “muito menos perceptivo” e quando se é comparado com o estado desperto, podendo haver raras exceções. Boss (1979), coloca o ser humano quando desperto mais perceptivo, capaz de refletir sobre seus relacionamentos e é neste estado, desperto, em que conseguimos compreender que as experiências dos sonhos ligam-se com os relacionamentos do mundo desperto.

Em oposição a Freud e a Jung, Boss (1979), nega que as imagens dos sonhos sejam abstrações mitológicas e também se recusa a postular a existência do Inconsciente, ou de qualquer conhecimento do Inconsciente que se revele no sonho.

Boss (1979) trabalha com os sonhos quando o sonhador desperto fala para ele sobre o que sonhou e com o tempo esse relato do sonho apenas melhora, ele não gosta de associações ou interpretações quaisquer sobre o que cada objeto representa no sonho, e nem mesmo de amplificações mitológicas, ele apenas pede para que o sonhador fique o mais próximo do que conseguir dos fenômenos dos sonhos para que assim possa descrevê-los, descrevendo também suas relações com ele, o mais detalhado que conseguir.

Boss (1979) relata que o método de amplificação de Jung tira o sonhador de seu próprio mundo, de sua existência pessoal e faz com que ele faça relatos de mundo e épocas diferentes.

Segundo Boss (1979), Freud e Jung buscaram por um conhecimento amplo da história de vida pessoal do sonhador e por uma compreensão de sua vida atual. Mas Freud buscava por “livres associações do sonhador” que se aplicavam em quaisquer

aspectos de sua vida, ele acreditava que tais associações o levariam aos temas disfarçados pelos seus sonhos, e não o afastar dele impedindo sua continuidade. Já Jung apreciava analisar a totalidade do sonho e suas partes na estrutura dramática do sonhador, ele gostava de associações ligadas as imagens e sentimentos do sonho (BOSS, 1979).

Boss (1979), portanto, não achava que era necessário para uma história de vida, ele fazia uma leitura fenomenológica do sonho. Quando eles conseguiam o que achavam necessário para a interpretação dos sonhos, cada um agia de uma forma.

Analisando comparativamente as teorias sobre interpretação dos sonhos, Delaney (2000) considerou que Freud fazia uma interpretação com base em sua compreensão do simbolismo e em sua teoria psicossexual. Por sua vez, Jung falava para o sonhador sobre amplificações mitológicas e fazia uma interpretação hipotética baseando em seu conhecimento dos símbolos mitológicos e comuns na teoria da psique masculina e feminina. E já Boss preferia não fazer interpretações mitológicas e simbólicas, mas fazia comentários sobre as qualidades existenciais da experiência do sonhador com o sonho (DELANEY, 2000).

Boss (1979) se concentra em dois fatos centrais a respeito dos sonhos: 1) as entidades dos sonhos não significam ou não são nada além do que ele possa perceber, visto que a esfera da percepção pela existência do sonho de um ser humano só permite as manifestações dessas presenças sensoriais e do comportamento pessoal; 2) depois de acordar do sonho, a pessoa pode ficar perceptiva para reconhecer as presenças sensoriais do sonho, por mais que seu sonho não tivesse nada a ver com seu comportamento, como indicadores de traços existenciais pessoais os quais os significados são parecidos aos significados percebidos das entidades sonhadas.

Boss (1979) descreve seis métodos de interpretação dos sonhos. Para esse autor, método é o que realmente se faz para interpretar um sonho. Já a teoria, por sua vez, baseia-se em crenças ou hipóteses que o intérprete tem sobre como funciona a mente humana e porque os sonhos existem. Para Boss (1979), entender essa diferença é de suma importância para que se comece a interpretar sonhos. A seguir, os seis métodos de interpretação dos sonhos descritos por Boss (1979).

### **2.3.1. O método de fórmula cultural**

Esse método é considerado um dos mais antigos, aonde a pessoa deve saber e entender as tradições culturais e míticas locais, ou até mesmo mundiais, que dão significado a algumas imagens e temas dos sonhos (BOSS, 1979).

Este método ainda é utilizado por terapeutas da Nova Era e analistas junguianos, aonde muitas de suas interpretações são baseadas na compreensão de símbolos e mitos comuns (BOSS, 1979). Os junguianos chamam de método de amplificação.

### **2.3.2. O método de fórmula psicoteórica**

Neste método o analista interpreta os temas e imagens dos sonhos de acordo com os significados existentes em uma teoria psicológica particular (BOSS, 1979). Bons exemplos desse método são aonde para a análise freudiana, objetos alongados são comparados como fálicos, na análise de sonhos junguiana algumas imagens são interpretadas como arquétipos (BOSS, 1979).

### **2.3.3. O método associativo**

No método associativo os sonhadores devem descrever seus sentimentos e pensamentos que possuem em relação ao sonho (BOSS, 1979). Quando se usa associações, as interpretações podem existir de dois tipos: se o interprete for muito influenciado por uma estrutura teórica, muitas das associações feitas são determinadas por ela, e as que não se encaixam são rejeitadas. Ou se o interprete for muito influenciado por uma psicoterapia as associações levadas pelo sonhador poderão levar o reconhecimento do sonho e seu potencial poderá ser visto como uma parábola da sua vida (BOSS, 1979).

### **2.3.4. O método de concentração nas emoções**

Esse método foi apresentado por Fritz Perls, o qual ele chamou de abordagem da Gestalt para os sonhos, presumindo que todas as imagens do sonho são um aspecto da personalidade do sonhador (BOSS, 1979).

É incentivado nesse método que o sonhador comece a agir de acordo com a imagem de certos sonhos. Quando esse método é trabalhado em análise dos sonhos em grupos pode se pedir para que um integrante represente alguns papéis de personagens do sonho e interajam com o sonhador. Desse modo os sonhadores

conseguem entrar em contato com os seus sentimentos, sendo eles muito ou pouco intensos (BOSS, 1979).

Um dos grandes erros que podem acontecer no método de concentração nas emoções é que as vezes evoca sentimentos muito intensos que podem ou não ter a ver com o sonho, fazendo com que o sonhador sofra e sem saber compreende-los ou o que fazer com esses sentimentos (BOSS, 1979).

Portanto, quando se trabalha com esse tipo de método é muito importante o interprete ter o cuidado de evocar sentimentos que sejam relevantes para o sonho, as quais possam ser compreendidas no contexto do aspecto da vida do sonhador retratado no sonho (BOSS, 1979).

### **2.3.5. O método de projeção pessoal**

O método de projeção pessoal contém elementos de interpretações que são baseadas formulações culturais e as vezes psicoteóricas, e juntamente interpretações baseadas nas associações pessoais e reações emocionais do interprete (BOSS, 1979).

### **2.3.6. O método fenomenológico**

O principal objetivo desse método é ajudar o sonhador a explorar e apreciar a experiência do sonho como plena, conseguindo reviver e descrever as qualidades do sonho revelado, ou seja, como o sonho é lembrado (BOSS, 1979).

Boss, o precursor desse método, queria mostrar que as próprias imagens dos sonhos quando são novamente experimentadas fazem com que o sonhador se abra a novos modos de ser e as atitudes e sentimentos dos quais não tivera consciência. Isso evitaria, então, que o sonho fosse deturpado por pressuposições teóricas (BOSS, 1979; DELANEY, 2000).

Foi desenvolvido o método de entrevista para os sonhos, no qual se pedia ao sonhador para que ele visse o entrevistador como alguém que acabou de chegar nesse planeta e sabe muito pouco sobre ele, e sobre qual a sua realidade (BOSS, 1979). Então o entrevistador pede ao sonhador para descrever as principais emoções, imagens e ações do sonho, pede definições concretas e associativas para tentar conhecer as percepções do sonhador, colocando de lado as suas próprias percepções e projeções (BOSS, 1979).

Depois desse momento, o entrevistador usando palavras do sonhador sobre certos elementos, pergunta a quem o faz lembrar, ou quais partes de si mesmo, de algum sentimento ou alguma situação (BOSS, 1979).



### 3. CONCLUSÃO

Este artigo descreveu que cada um dos autores citados possui um modo diferente de interpretar sonhos, e que cabe ao leitor analisar com qual deles se identifica, para assim procurar um modelo teórico de intérprete para seus sonhos. É válido ressaltar que em qualquer uma das abordagens apresentadas neste artigo com a finalidade de interpretar sonhos, quando realizada de forma muito rígida, pode apresentar equívocos na interpretação de sonhos.

### 4. NOTA INFORMATIVA

Este artigo foi baseado no Trabalho de Conclusão de Curso para obtenção do grau de Psicólogo pela Faculdade de Psicologia da Universidade de Rio Verde elaborado pela autora sob a orientação do Professor Claudio Herbert Nina e Silva, Laboratório de Psicologia Anomalística e Neurociências, Faculdade de Psicologia, Universidade de Rio Verde.

### REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BOSS, M. **Na noite passada, eu sonhei**. São Paulo: Summus, 1979.

DELANEY, G. **O Livro de Ouro dos Sonhos**. Rio de Janeiro: Ediouro, 2000.

FREUD, S. **A interpretação dos sonhos**. Porto Alegre: L&PM Pocket, 1900/2014.

HALL, J. A. **Jung e a Interpretação dos Sonhos**. São Paulo: Editora Cultrix, 1983.

HALL, J. A. **Sonhos – Símbolos Religiosos do Inconsciente**. São Paulo: Editora Cultrix, 1993.

JUNG, C.G. Da essência dos sonhos. In – **A natureza da psique**. Petrópolis: Editora Vozes, p. 221-240, 1971a.

JUNG, C.G. Considerações teóricas sobre a natureza do psíquico. In – **A natureza da psique**. Petrópolis: Editora Vozes, p. 97-174, 1971b.

JUNG, C.G. **Psicologia do Inconsciente**. Petrópolis: Editora Vozes, 1985.

JUNG, C. G. Fundamentos de Psicologia Analítica (The Tavistok Lectures). In – **A Vida Simbólica**. Vol. I. Obras Completas vol. XVIII . Petrópolis: Editora Vozes, 2008.