

Análise junguiana dos sonhos: o fazer e percursos na América Latina?

Jungian analysis of dreams: the making and paths in Latin America?

Análisis junguiano de los sueños: ¿el hacer y recorridos en América Latina?

Kirlla Cristhine Almeida Dornelas¹

Isabele Santos Eleotério²

Resumo

Nosso artigo refere-se a uma pesquisa bibliográfica que tem como tema a análise junguiana dos sonhos como técnica utilizada no atendimento psicoterapêutico e o registro desse fazer na literatura latino-americana dos últimos 10 anos, de 2008 a 2018. Desse modo, o objetivo geral deste estudo é o de examinar a utilização dessa prática por psicoterapeutas de orientação junguiana e os objetivos específicos são três: 1. Realizar um levantamento bibliográfico das publicações latino-americanas que se referem à utilização dos sonhos como ferramenta clínica de análise. 2. Verificar o conteúdo que vem sendo pesquisado sobre a temática. 3. Identificar a importância dos sonhos na prática psicoterapêutica. Para esse intento, foram examinadas três bases de dados: 1. Biblioteca Virtual em Saúde (BVS). 2. Literatura Latino-americana e do Caribe em Ciências da Saúde (Lilacs). 3. Scientific Electronic Library Online (SciELO) que fazem referência ao conceito de sonho vinculado à construção teórica da Psicologia Analítica.

Palavras-chave: Análise junguiana dos sonhos. Sonhos na Psicologia Analítica. Sonhos e processos psicossociais.

Abstract

Our article refers to a bibliographic research that has as its theme the Jungian analysis of dreams as a technique used in psychotherapeutic care and the record of this work in the Latin American literature of the last ten years, from 2008 to 2018. In this way, the general objective of this study is to examine the use of this practice by Jungian psychotherapists and the specific objectives are three: 1. To carry out a bibliographic survey of Latin American publications that refer to the use of dreams as a clinical tool for analysis. 2. Check the content that has been researched on the subject. 3. To identify the importance of dreams in psychotherapeutic practice. For this purpose, three databases were examined: 1. Virtual Health Library (VHL). 2. Latin American and Caribbean Literature in Health Sciences (Lilacs). 3. Scientific Electronic Library Online (SciELO) that refer to the dream concept linked to the theoretical construction of Analytical Psychology.

Keywords: Jungian analysis of dreams. Dreams in Analytical Psychology. Dreams and psychosocial processes.

¹ Psicóloga. Coordenadora do curso de Psicologia da Faculdade Multivix (Vitória). Doutora em Psicologia pela Universidade Federal do Espírito Santo (Ufes). Mestre em Psicologia (Ufes). Especialista em Psicologia Analítica Junguiana pelo Instituto Brasileiro de Psicologia e Psicossomática (IBBP). E-mail: psi.kirlla@yahoo.com.

² Psicóloga e Jornalista. Doutora em Psicologia pela Universidade Federal do Espírito Santo (Ufes). Mestre em Psicologia (Ufes). Especialista em Teoria e Prática Junguiana (UVA). E-mail: Isabele_se@yahoo.com.br.

Dornelas, K. C. A. & Eleotério, I. S. Análise junguiana dos sonhos: o fazer e percursos na América Latina?

Resumen

Nuestro artículo se refiere a una investigación bibliográfica que tiene como tema el análisis junguiano de los sueños como técnica utilizada en la atención psicoterapéutica y el registro de este hacer en la literatura latinoamericana de los últimos diez años de 2008 a 2018. De ese modo, el objetivo general de este estudio es el de examinar la utilización de esa práctica por psicoterapeutas de orientación junguiana y los objetivos específicos son tres: 1. Realizar un levantamiento bibliográfico de las publicaciones latinoamericanas que se refieren a la utilización de los sueños como herramienta clínica de análisis. 2. Verificar el contenido que viene siendo investigado sobre la temática. 3. Identificar la importancia de los sueños en la práctica psicoterapéutica. Para este propósito se examinaron tres bases de datos: 1. Biblioteca Virtual en Salud (BVS). 2. Literatura Latinoamericana y del Caribe en Ciencias de la Salud (Lilacs). 3. Scientific Electronic Library Online (SciELO) que hacen referencia al concepto de sueño vinculado a la construcción teórica de la Psicología Analítica.

Palabras clave: Análisis junguiano de los sueños. Sueños en la Psicología Analítica. Sueños y procesos psicosociales.

Introdução

A Psicologia Analítica concebida pelo psiquiatra suíço, Carl Gustav Jung, no fim da primeira década do século XX demarca a necessidade de adaptação do ser humano às duas faces da vida, a exterior (família, trabalho e sociedade) e a interior (sua essência); sendo que se houver desrespeito a uma dessas faces poderá haver adoecimento (Jung, 2006). Além disso, a abordagem da psique – inconsciente, coletivo e pessoal, e consciente, – envolve a totalidade do ser (Jung, 2004; Magalhães, 1984). “Quanto mais ‘psíquico’ um estado, mais complexo é ele e mais relacionado está ele com o todo” (Jung, 2004, p. 74).

A relação psicoterapêutica nessa teoria é encarada como procedimento dialético, ou seja, psicóloga(o) e atendida(o) interagem a partir de uma perspectiva de horizontalidade de um sistema psíquico para outro sistema psíquico; melhor dizendo, a relação é face a face, olho no olho (Jung, 2004; Silveira, 2006). Somado a isso, o objetivo primordial do trabalho desenvolvido no *setting* terapêutico, e fora dele, não é o de alterar o estado de dor psíquica para a felicidade, mas auxiliar a(o) atendida(o) a conquistar firmeza e tolerância para lidar com seu próprio sofrimento (Jung, 2004).

No que diz respeito ao procedimento psicoterapêutico propriamente dito, este envolve três fases, a saber: anamnese, diagnóstico e terapia (Jung, 2004). A anamnese é composta por várias sessões a fim de permitir a captação de informações relevantes para a compreensão do caso. O diagnóstico é o momento em que se faz *mister* avaliar se o caso é de fato psíquico. Contudo, este não deve ser um delimitador, mas um indicativo de possibilidades. Estas passarão à fase seguinte, a terapia, a qual envolve quatro etapas: a confissão, relacionada ao método catártico; o esclarecimento, espaço da transferência; a educação, expansão do autoconhecimento;

e transformação, mudança de atitude da(o) atendida(o) e da(o) terapeuta (Grinberg, 2003; Jung, 2004).

Na terapia, inúmeras técnicas são utilizadas para estimular a expressão de conteúdos do inconsciente, tais como, arteterapia (Urrutigaray, 2011), contos de fadas (Bonaventure, 2008; Franz, 1990), mitologia (Brandão, 2007) e caixa de areia (Weinrib, 1993), dentre as mais conhecidas. No entanto, existem três métodos psicoterapêuticos consagrados na leitura junguiana: o clínico – relação transferencial (Santos, 2008); o hermenêutico – imaginação ativa (Pereira, 2007); e a interpretação simbólica – interpretação dos sonhos (Jung, 2003). Neste texto, vamos nos ater à interpretação dos sonhos.

Katz (2010, p. 49), ao explicar o que é um sonho, de modo a compreender porque este encanta a humanidade desde o início dos tempos, sentencia que “o sonho é o único mundo gerado apenas por nós”, abrigando as potencialidades criativas para a modificação das situações cotidianas. Portanto, há uma vinculação dos mundos interno e externo que questiona e fortalece na direção do que se é.

Ademais, a vida onírica tem sua significância alicerçada na premissa de que grande parte de nosso aparelho psíquico é inconsciente. Diante disto, na Psicologia Analítica, os sonhos são acatados como veículos de comunicação do inconsciente corroborado por anos de experiência clínica e pessoal (Jung, 2004). Alegação reforçada no prólogo de *Memórias, sonhos, reflexões*, no qual Jung (2002) informa que o seu trabalho científico é embasado em seus sonhos e fantasias.

À vista disso, de acordo com Matton (2013, p. 94), “a interpretação dos sonhos é uma parte muito importante do treinamento do analista junguiano”. A autora também destaca que ao longo do trabalho de Jung a interpretação dos sonhos foi se modificando e se reelaborando, criando uma teoria testada e creditada pela prática clínica.

Ainda que Jung (2000) manifeste que não criou uma teoria sobre sonhos, pode-se observar a presença do tema ao longo das obras completas.

Na atualização e releitura das obras junguiana, encontra-se algumas elucubrações sobre os sonhos na perspectiva da Psicologia Analítica: os complexos como os responsáveis pelos sonhos; a vida onírica como compensação da consciência e como uma atividade primordial do processo de individuação (Hall, 2007; Katz, 2010; Matton, 2013; Stanford, 1988).

Inicialmente, Jung (2000) associa sonhos e complexos, sendo estes as personagens representadas nos sonhos. Mas o que gera os complexos? As experiências e emoções repetitivas vão se aglomerando na psique formando um “calo” psíquico que foi denominado como complexos. Isto é, tanto são pontos suscetíveis à crise pessoal quanto centros energéticos que determinam a vida psíquica funcionando como ponto de partida para formação dos símbolos (Katz, 2010).

Quando um indivíduo sonha, é como se escrevesse uma narrativa estruturada que pode ser dividida em quatro partes (Von Franz, 2001): 1. Apresentação – nesta fase encontramos o contexto da ação, as personagens e a situação inicial do sonhador. 2. Enredo – apresenta as tramas, as situações, complicações. 3. Clímax – evento decisivo ou um evento que muda o enredo. 4. Desfecho (*lysis*) – a solução encontrada pelo sonhador no momento. Segundo a autora, é comum acordarmos antes disto.

Evoluindo na relação entre os sonhos e os complexos, Jung (2000, p. 203) declara que “quanto mais unilateral for a sua atitude consciente e quanto mais ela se afastar das possibilidades vitais ótimas, tanto maior será também a possibilidade de que apareçam sonhos vivos de conteúdos fortemente contrastantes como expressão da autorregulação psicológica do

indivíduo”. Como a Psicologia Analítica tem uma perspectiva de equilíbrio energética, há na compensação um funcionamento básico da vida psíquica e os sonhos como um exemplo dessa experiência (Jacobi, 2017).

Destarte, pelos sonhos pode-se entrar em contato com aspectos e acontecimentos não apreendidos na vida desperta, assim “o sonho funciona como um regulador de equilíbrio psíquico, estabelecendo uma relação entre a vida consciente e a inconsciente” (Grinberg, 2003, p. 116). Isto é, os sonhos apresentam aquilo que precisa de atenção de modo a ampliar a maneira como a vida é vivida para além dos contratemplos diários (Stanford, 1988). Conforme esse autor (1988, p. 45), “nos sonhos pode ser encontrado um novo ponto de apoio para enfrentar os conflitos da vida”.

Corroborando com as ideias citadas anteriormente, Novaes (2005) considera que as imagens sonhadas são para demonstrar as seguintes necessidades do sonhador: tornar consciente o inconsciente; dar menor poder ao ego; desligar-se das influências psicológicas parentais; tornar a pessoa mais independente; diferenciar do coletivo aprendendo a conviver com tendências opostas e se precaver das arquetípicas; eliminar projeções e enxergar as transferências, bem como reconhecer as personas de que se utiliza para conviver socialmente e sua excessiva valorização; perceber seus mecanismos de defesa que tentam evitar a aproximação dos conteúdos inconscientes; aceitar sua sombra; confrontar com anima/animus e perceber suas projeções; dissolver os complexos para enxergá-los e trabalhá-los; deslocar o centro orientador da personalidade do ego para o *self*; estabelecer o encontro com o *self*.

Na prática psicoterápica, os sonhos geralmente são analisados a partir da fala da(o) atendida(o) considerando os elementos pessoais, socioculturais e arquetípicos; ao mesmo tempo em que são

necessários os símbolos se apresentarem sem uma suposição prévia de seus significados (Hall, 2007; Stanford, 1988). Como diz Katz (2010, p. 224), “os sonhos se tornam vivos quando os relatamos, pois, à medida que os contamos, eles assumem uma forma”. Sobre essa simbolização que a prática junguiana se debruçará,

Os analistas junguianos costumam enfatizar os sonhos para obter uma compreensão dos símbolos e uni-los à história individual do cliente e, em especial, ao seu ponto de vista consciente. Portanto, a direção do tratamento deve derivar principalmente dos sonhos e da relação terapêutica entre analisando e terapeuta. (Grinberg, 2003, p. 178)

Na prática da psicoterapia, os sonhos são auxiliares importantes do processo por indicarem à(o) atendida(o) a direção do inconsciente. Exemplificando, os sonhos iniciais costumam ser diversificados, porém com uma tendência de apontar para o passado; possivelmente, porque o cliente está em um momento de estagnação da energia psíquica, ainda assim há pistas importantes; também podem ser sonhos que revelam os conflitos latentes das situações presentes (Jung, 2004).

Os sonhos podem ajudar desde a primeira sessão, tanto no diagnóstico quanto no prognóstico, da(o) provável cliente (Hall, 2007). Ou seja, os sonhos iniciais são importantes para a indicação do próprio processo terapêutico; além de ajudar na investigação das demandas ocultas e os padrões arquetípicos. Além disso, provocam a contratransferência, levando, assim, a psicoterapia a ser um trabalho a dois (Katz, 2010).

Mattoon (2013) indica que entre os sonhos iniciais está a maior probabilidade de fornecer o diagnóstico. Todavia, alerta ao abordar a prática junguiana da interpretação dos sonhos sobre elementos fundamentais para esse processo: não ter uma presunção sobre o sonho ou de imagens específicas; não considerar que seja um disfarce;

provavelmente não diz o que fazer; e ter a consciência de que características do sonhador e do analista participam do processo.

À medida que o processo terapêutico vai se desenvolvendo, as imagens oníricas vão apresentando as mudanças psicológicas da(o) sonhadora(o) (Jung, 2004). De acordo com Stanford (1988, p. 64), “o importante é encorajar o cliente a ligar-se com o sonho e seus elementos”. Grinberg (2003) destaca que a interpretação deve considerar a finalidade do sonho, o para quê.

A(o) atendida(o) na psicoterapia analítica junguiana é incentivada(o) a ter um papel ativo em busca de saúde inserida na vida cotidiana. Conseqüentemente, a(o) atendida(o) no processo terapêutico aprende a reconhecer os símbolos e como acessá-lo para que à medida que a integração psíquica ocorre e munida(o) do conhecimento de suas próprias limitações possa atuar de maneira distinta. Não é mais somente falar sobre, mas executar (Jung, 2004).

Em busca da finalidade de cada sonhador, a interpretação dos sonhos, conforme propôs Jung no artigo *A função transcendente* (Jung, 2000), inclui quatro níveis: 1. A descrição do sonho pela(o) paciente. 2. A associação estabelecida pela(o) paciente aos elementos simbólicos narrados. 3. Interpretação analítica da(o) paciente e da(o) terapeuta, com a amplificação dos símbolos relatados. 4. interpretação constitutiva, relação do sonho com o processo do paciente. Nesse aspecto, convém esclarecer que o sonho tem a função de compensar a unilateralidade da consciência (Jung, 2002), possibilitando o equilíbrio ao ser. Assim, a interpretação simbólica é método caro e presente no *setting* junguiano.

Desse modo, este artigo tem por objetivo examinar a prática da interpretação de sonhos por psicoterapeutas de orientação junguiana em publicações científicas

divulgadas em três bases de dados latino-americanas. Com isso, será possível: 1. Realizar um levantamento bibliográfico das publicações latino-americanas que se referem à utilização dos sonhos como ferramenta clínica de análise. 2. Verificar o conteúdo que vem sendo pesquisado sobre a temática. 3. Identificar a importância dos sonhos na prática psicoterapêutica junguiana.

Método

Para a realização deste trabalho, foi realizada uma pesquisa bibliográfica (Gonsalves, 2007) em duas etapas: em acervo de livros especializados e na internet por meio de três fontes, Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), Literatura Latino-americano e do Caribe em Ciências da Saúde (Lilacs) e Scientific Electronic Library Online (SciELO), sendo analisados os artigos latino-americanos no período entre 2008 e 2018 que fazem referência ao processo de atendimento psicoterápico de orientação junguiana e com a utilização do método de interpretação dos sonhos. O caminho metodológico foi realizado por meio de revisão sistemática, que se caracteriza pela aplicação de estratégias de busca, análise crítica e síntese da literatura de forma organizada, a fim de apresentar um processo formal e controlado, com exposição de critérios de inclusão e exclusão dos artigos utilizados (Zoltowski *et al.*, 2014).

Na fase de levantamento de dados, utilizamos o descritor “interpretação de sonhos” em cada uma das três fontes, com as restrições de: ser exclusivamente artigo e o período de 2008 a 2018. Assim, na Biblioteca Virtual em Saúde, foram listados 211 artigos e quatro foram selecionados; na Literatura Latino-americano e do Caribe em Ciências da Saúde, foram listados 70 artigos e entre eles quatro foram selecionados; e na Scientific Electronic Library Online, foram listados 35 artigos e um foi selecionado, sendo que este já havia sido selecionado na BVS e na Lilacs.

Os resumos dos artigos listados foram analisados de acordo com os seguintes critérios de inclusão: a) ser um artigo completo; b) estar relacionado diretamente com a Psicologia junguiana; e c) ter sido publicado a partir de 2008. A seguir, foram submetidos aos critérios de exclusão: a) ter sido publicado em língua diferente do espanhol, português, inglês, francês e holandês, que são as línguas oficiais dos países latino-americanos; b) não ter como base teórica a Psicologia Analítica ou suas vertentes, por exemplo, a Psicologia dos complexos; c) ter sido publicado antes de 2008; e d) ser resenha, dissertação, tese ou monografia. Dados os critérios de inclusão e exclusão, apenas quatro artigos foram selecionados como adequados a esta pesquisa. Esses artigos são apresentados a seguir no Quadro 1.

Quadro 1. Indicação da quantidade de artigos listados e selecionados por fontes de pesquisa com o descritor “análise de sonhos” entre os anos 2008 e 2018

	Fontes	Artigos listados	Artigos selecionados
1	BVS	211	- Trabalho e sonhos: desejos e pesadelos de professores e trabalhadores da saúde na era do capitalismo organizacional - Psicologia Analítica e a interpretação dos personagens dos sonhos lúcidos - Trabalho com sonhos em saúde mental na perspectiva da Psicologia Analítica - Estudo sobre sonhos de pacientes da oncologia pediátrica
2	Lilacs	70	- Trabalho e sonhos: desejos e pesadelos de professores e trabalhadores da saúde na era do capitalismo organizacional - Psicologia Analítica e a interpretação dos personagens dos sonhos lúcidos - Trabalho com sonhos em saúde mental na perspectiva da Psicologia Analítica - Estudo sobre sonhos de pacientes da oncologia pediátrica
3	SciELO	35	- Psicologia Analítica e a interpretação dos personagens dos sonhos lúcidos

Fonte: Elaborado pelas autoras.

Resultados e discussões

Considerando a importância que os sonhos têm para a concepção teórica da Psicologia Analítica, além da própria história pessoal de Carl Gustav Jung (2002), de antemão destacamos que a produção de estudos acadêmicos tendo como conteúdo pesquisado, sonhos, ainda precisa de maior incidência, conforme demonstram dados coletados.

Em concordância com o método proposto por Jung (2000) para a interpretação dos sonhos, faremos uma analogia para análise dos artigos encontrados em quatro níveis: iniciando com a descrição do artigo; seguido das associações apresentadas pelos autores;

posteriormente, proporemos amplificação dos temas relatados e, por fim, uma interpretação que possa contribuir para o desenvolvimento dos estudos dos sonhos na Psicologia Analítica.

A partir do levantamento realizado, nossa amostra se constitui de quatro artigos publicados em revistas de diferentes áreas de conhecimento (Quadro 2). Essa diversidade de escopo das revistas demonstra o quanto o uso dos sonhos e da Psicologia Analítica pode ser ampliado para a compreensão do humano e contribuir para o desenvolvimento de saberes psicológicos, considerando somente o foco das revistas selecionadas, por exemplo: a Psicologia do Trabalho; a Psicologia Social; a Psicologia da Saúde e a Psicologia Hospitalar.

Quadro 2. Artigos baseados na Psicologia Analítica e relacionados à interpretação dos sonhos publicados entre os anos 2008 e 2018

Ano da publicação	Revista, instituição e cidade	Título do artigo	Palavras-chave	Autor/a e instituição
1	2011 Cadernos de Psicologia Social do Trabalho, Universidade de São Paulo, São Paulo	Trabalho e sonhos: desejos e pesadelos de professores e trabalhadores da saúde na era do capitalismo organizacional	Psicologia, trabalho, capitalismo organizacional, inconsciente, sonho	Marlon Xavier, Universidade Autônoma de Barcelona (Espanha)
2	2016 Fractal Revista de Psicologia, Universidade Federal Fluminense, Rio de Janeiro	Psicologia Analítica e a interpretação dos personagens dos sonhos lúcidos	Inconsciente, individualização, sonhos, sono REM, teoria junguiana	José Felipe Rodriguez de Sá e Ermelinda Ganem Fernandes, Instituto Junguiano da Bahia
3	2017 Mental, Universidade Presidente Antônio Carlos, Barbacena	Trabalho com sonhos em saúde mental na perspectiva da Psicologia Analítica	Sonho, saúde mental, Psicologia Analítica	Jéssica Caroline dos Santos e Carlos Augusto Serbena, Universidade Federal do Paraná
4	2018 Junguiana, Sociedade Brasileira de Psicologia Analítica, São Paulo	Estudo sobre sonhos de pacientes da oncologia pediátrica	Câncer infantil, sonhos, Psicologia Analítica, oncologia pediátrica, símbolo	Gabriela Perna de Mendonça e Ivelise Fortim, Pontifícia Universidade Católica de São Paulo

Fonte: Elaborado pelas autoras.

No artigo 1, Xavier (2011) estabelece a relação entre sonhos, trabalho e capitalismo a partir de uma pesquisa realizada com profissionais espanhóis considerando quais os impactos psicossociais que os sonhos (experiências em que estão dormindo) e fantasias (experiências em que estão acordados) revelam em termos de fatores de risco e efeitos colaterais para a qualidade de vida e bem-estar. Conforme descreve o autor, situações de ansiedade, *burnout*, pressão, isolamento e alienação foram interpretados como expressão da sombra do capitalismo. Ademais, “há uma distância enorme entre a consciência (individual e coletiva), manifesta nas fantasias, e o inconsciente,

retratado nos sonhos; são praticamente antípodas, o que reflete uma situação de relativa cisão entre essas esferas psíquicas” (Xavier, 2011, p. 108).

Diante disso, observa-se que os sonhos servem como alerta para a clivagem psíquica, forçando a conscientização do ego, ao mesmo tempo em que auxiliam na formação de um campo protetivo e de resistência. Katz (2010) alerta que o espírito do tempo e o estilo de vida em que estamos inseridos podem ser o oposto de nossa necessidade psíquica. Então, os sonhos vêm compensar e ampliar essa vivência restrita da vida e apontar caminhos criativos para termos uma vida com sentido.

Essa conclusão de Xavier (2011) está de acordo com a teoria da compensação em que os sonhos podem oferecer modelos diferentes ao que se experimenta na vida desperta (Hall, 2007; Jacobi, 2017). Além da compensação entre o estado de vigília e dos sonhos, também tem surgido estudos que consideram que há uma continuidade nessa relação, ou seja, que existe um fluxo ativo de consciência mesmo durante o sono e os sonhos (Schredl, 2012). Ao encontro dessa perspectiva, há os sonhos lúcidos.

Na publicação 2, sobre os sonhos e a Psicologia Analítica, o foco é sobre os sonhos lúcidos, que são aqueles que a pessoa tem conhecimento que está sonhando e interfere no enredo (Sá & Fernandes, 2016). Os autores refletem sobre como esses tipos de sonhos são compreendidos pela neurologia e pela Psicologia junguiana, destacando a teoria dos complexos e o arquétipo da sombra.

O sonho e seu aspecto criativo têm na sombra a possibilidade de encontrar outros modos de operar na vida cotidiana, pois, ainda que a sombra represente aspectos incompatíveis com a persona e os ideais sociais, esse arquétipo também abarca as funções inferiores e pouco desenvolvidas da pessoa. Nos sonhos, a sombra pode ser representada como figuras hostis e amedrontadoras que nos impedem de entrar em contato com as partes renegadas da psique. Porém, a sombra também é uma guardiã do *self* e até que aceitemos o convite para olhar na sua cara feia e conversar, amorosamente, ela protegerá o *self* (Hillman, 2011).

Sá e Fernandes (2016, p. 150) consideram que os sonhos lúcidos “apresentam um desafio à Psicologia do sonho junguiana, pois apresentam a coerência e raciocínio igualáveis ao do eu, o centro da consciência”. Porém, Katz (2010) não considera dessa forma, uma vez que a terapia junguiana se faz sobre o símbolo e o sonho pode ser compreendido como uma continuidade da vida do

sonhador. Seja uma interpretação dos sonhos baseada na continuidade ou compensação, esta deverá atender à necessidade do processo do cliente. Ademais, mesmo que a pessoa interfira nos sonhos conforme sua vontade, ainda assim trata-se de uma expressão do inconsciente na busca de resoluções para o processo de individuação.

No terceiro trabalho da amostra, Santos e Serbena (2017) publicam um trabalho sobre os sonhos e a intervenção em saúde mental destacando como essa tecnologia produz vários resultados positivos, a saber: redução de sintomas tanto físicos quanto psicológicos; expansão da consciência; promoção de autonomia e participação; melhoria das relações interpessoais; transformação do sentido do sofrimento psíquico e auxílio à individuação. Para isso, os autores apresentam um histórico do tratamento em saúde mental e da interpretação dos sonhos, destacando o trabalho dos complexos utilizando imagens e símbolos.

Diante de uma determinada situação psíquica, os complexos podem emergir ao campo da consciência com acentuada carga emocional e ser incompatíveis com a atitude habitual, fazendo com que os indivíduos sejam direcionados a uma tensão psicológica e ao próprio sofrimento mental. O trabalho com sonhos permeia uma sensação de inserção e adaptação à realidade exterior. (Santos & Serbena, 2017, 504-505)

Vale destacar que Jung foi um médico que sempre privilegiou a compreensão do ser humano em sua totalidade e, com isso, sempre teve atuação para além do modelo tradicional e asilar de saúde mental, no qual o Brasil tem um exemplo concreto no trabalho desenvolvido por Nise da Silveira (2015). Oportunizar às pessoas portadoras de problemas mentais um meio de se comunicar as integram socialmente e as possibilitam a ter um papel deliberado sobre o seu processo. Adiciona-

se que “dando formas às imagens internas, simultaneamente, o indivíduo modela a si mesmo” (Jung, 2004, p. 51).

Nesse sentido, a correlação apresentada nos artigos entre os sonhos e a expressão dos complexos demonstra como a intervenção com os sonhos atua terapêuticamente para a saúde psíquica, pois isso dá uma chance de os sonhos exporem os complexos e, na medida em que a consciência os conhece e reconhece, há uma possibilidade de reintegração do *self* no processo de individuação.

Então, ao trabalhar com os sonhos, precisamos fazer uma apreciação objetiva do sonho para situar o seu contexto, assim pode se estabelecer como aquele sonho se articula com a história da pessoa e do seu quadro de saúde/doença. Outro processo na interpretação junguiana é a amplificação, em que se busca as representações das imagens sonhadas na cultura (Jung, 2000).

Os aspectos simbólicos dos sonhos também aparecem no estudo 4 com pacientes da oncologia pediátrica (Mendonça & Fortim, 2018), os autores coletaram sonhos e fizeram entrevistas com quatro crianças, de 10 a 12 anos, diagnosticadas com câncer, procurando estabelecer a relação entre a experiência da doença e o conteúdo onírico. Para os autores (2018, p. 58), o uso dos sonhos dos pacientes adoecidos “favorece o fluxo de energia psíquica do inconsciente para a consciência, evitando a desregulação ou estado de unilateralidade, que poderiam afetar o sistema imunológico ou expressar-se simbolicamente no corpo”.

Sobre o conteúdo dos sonhos, é interessante como apresentam, em termos de imagens e símbolos, a situação fragilizada do contexto social das crianças e da doença representada por figuras ameaçadoras, a ausência de figuras protetivas e uma representação tão negativa da doença que os desfechos são poucos favoráveis e incertos. Exemplificando, a dificuldade de as crianças atingirem a *lysis*

no desenvolvimento do seu drama (Von Franz, 2001).

Ademais, observa-se que os sonhos neste contexto não se apresentam como compensatórios. Mendonça e Fortim (2018) observam os sonhos como representantes de uma realidade interna e externa, contudo, com potencial criativo e lúdico que pode contribuir para a ressignificação dessa experiência tão pesada que advenha da doença.

Segundo Stanford (1988), os sonhos curam porque as imagens formadas podem ajudar no processo de liberação dos complexos; representam o que precisa de atenção na vida desperta; oferecem um novo ponto de vista; liberam energia do inconsciente; compensam a unilateralidade da consciência; isto é, oferecem uma oportunidade de conscientização e integração da estrutura psíquica. Nesse sentido, os sonhos também podem atuar complementando as informações que se tem sobre determinada situação ou sobre si (Pascal, 1999).

Os artigos aqui analisados demonstram a coerência entre os sonhos e a vida dos sonhadores, ao mesmo tempo em que expressam os conflitos, progressos, regressões e desenvolvimento da vida psíquica para atender algumas das necessidades apontadas ao longo deste texto. Muitos podem se questionar se a interpretação dos sonhos está correta. “Somente a(o) sonhadora(o) quem sabe. Mas quando está certo, algo dentro da pessoa acorda” (Stanford, 1988, p. 67). Ainda que o sonho em si já contribua para a equilíbrio psíquica, a interpretação do sonho ajuda o sonhador a compactuar com o desenrolar do processo de individuação.

A vida onírica funciona como receptora de mensagens e, na medida em que o processo terapêutico da interpretação dos sonhos vai se estabelecendo, os decodificadores vão melhorando a recepção das informações e aumentando a sensibilidade na distinção do que está a

serviço da individuação. Diante disso, o método basilar do fazer psicoterapia junguiana está na mediação daquilo que é trazido ora pela(o) atendida(o), ora pela(o) analista, enquanto o outro oferece sua atenção para que o processo de individuação aconteça.

Pascal (1999) afirma que um dos objetivos da análise junguiana é ajudar a(o) atendida(o) a compreender com o coração o mecanismo da relação entre os sonhos e individuação para que tenha condições de atuar de maneira autônoma na compreensão de si sem cair nas armadilhas da resistência.

Alguns fatores podem funcionar como opositores da individuação, tais como: a redução das experiências sensoriais e sentimentais como um dos fatores opositores, algo observado, assim como o isolamento como consequências psicossociais do trabalho no primeiro artigo analisado. A tendência do ego em manter o controle, não abrindo espaço para a manifestação do *self*, é um aspecto que exige atenção, conforme análise dos sonhos lúcidos discutidos na publicação 2. Também temos no terceiro trabalho de nossa amostra como a fixação dos rótulos, muitas vezes encontrada nos diagnósticos de saúde mental, limita outros modos de expressão de vida, despotencializando o sujeito. Por fim, no artigo 4, observa-se a fragilização de uma doença e a dependência como contrários à satisfação de si.

O objetivo da psicoterapia junguiana é justamente ajudar a pessoa a satisfazer-se consigo mesma num processo contínuo de crescimento e integração para que possa lidar com seus conteúdos sem sucumbir. Essa é a natureza humana. É necessário se colocar no mundo, porém sem se perder nele (Jung, 2000). “Faz parte de toda psicoterapia contar a vida a partir da própria vida” (Katz, 2019, p. 118). Ademais, Jung (2004) considera que a prática da psicoterapia deve auxiliar a transformação para que a pessoa possa estar integrada a sua própria vida.

Conforme está no glossário do livro *Jung – o homem criativo*, “a individuação é um processo daquele que não se divide nem se mistura na massa ou coletivo [...], o indivíduo torna-se consciente de sua identidade” (Grinberg, 2003, p. 227). Isso posto, o caminho de individuação é a própria história de cada pessoa, como demonstrou Jung (2002, p. 19): “Minha vida é a história de um inconsciente que se realizou”. Porém, nem todos estão dispostos a aceitar o desafio de individuar-se; atualmente, observa-se que as pessoas estão mais dispostas a tirar uma *selfie* do que percorrer o caminho até o *Self*. Ao evoluirmos, temos a potencialidade de ajudar na evolução de nossos antepassados atualizando as experiências coletivas. No dicionário crítico de análise junguiana (1998), Samuels, Shorter e Plaut discorrem que a individuação não corre em um estado de isolamento porque pressupõe a coletividade e os relacionamentos.

O processo de mudança ocorre com o aceite dos limites e das diferenças, com isso, as relações podem ser mais autênticas (Stanford, 1988). Um veículo para percorrer o caminho da individuação é a interpretação dos sonhos, tendo na carona a(o) analista junguiana(o). Essa participação ajudará a(o) atendida(o) a não ficar passeando com os complexos. O fazer terapêutico é um serviço de ser o outro à disposição até que a pessoa tenha condições de se autossuportar.

Por isso, os sonhos são temas recorrentes nos escritos junguianos. Diante disso, a amostra encontrada, se frustrante numericamente, também é rica em sua diversidade de conteúdo. Conforme Mattoon (2013) destaca, apesar de Jung ser um precursor de muitas das ideias atuais sobre sonhos, há poucos trabalhos empíricos e conhecimento sobre isso. Por outro lado, é um desafio posto aos diferentes níveis acadêmicos e aos profissionais de consultório para que superem a oposição entre teoria e prática

para apresentar o fazer saber e/ou saber fazer junguiano.

Considerações finais

O sonho é como um depoimento da psique e seu sentido não pode ser esgotado, contudo, a psicoterapia tem como função intermediar a comunicação entre consciente e inconsciente para que o sonhador possa ter um *insight*, assim como a produção acadêmica é intermediária de diversas teorias e saberes com o fazer.

Na medida em que mais produções acadêmicas com a perspectiva da Psicologia Analítica se fazem presente, isso fortalece a teoria, demonstra sua contribuição em diferentes áreas e provoca os leitores com a questão: “para que estudar Jung?”

Este trabalho procurou demonstrar a riqueza teórica junguiana a respeito da temática sobre os sonhos, ao mesmo tempo em que apresentou algumas possibilidades de utilização dos elementos oníricos para a prática junguiana. Muitos outros estudos e aproximações podem e devem ser realizados.

Os sonhos, na leitura da Psicologia Analítica, têm as perspectivas da compensação, complementaridade, alteridade e integração, valorizando a história de cada pessoa e da humanidade. Portanto, desejamos que a leitura deste texto provoque a busca de autoconhecimento por meio dos sonhos, ao mesmo tempo em que tenta responder à questão anterior.

Referências

Bonaventure, J. (2008). *O que conta o conto?* (5a ed.). São Paulo: Paulus.
 Brandão, J. S. (2007). *Mitologia grega* (Vol. 1, 19a ed.). Petrópolis: Vozes.
 BVS. (2019). *Biblioteca Virtual em Saúde*. Recuperado em 4 março, 2019, de <http://www.bvs.br/>.

Franz, M-L. (1990). *A interpretação dos contos de fada*. São Paulo: Paulus.
 Gonsalves, E. P. (2007). *Conversas sobre iniciação à Pesquisa Científica* (4a ed.). São Paulo: Alínea.
 Grinberg, L. P. (2003). *Jung: o homem criativo* (2a ed.). São Paulo: FTD.
 Hall, J. A. (2007). *Jung e a interpretação dos sonhos: manual de teoria e prática*. São Paulo: Cultrix.
 Hillman, J. (2011). A cura da sombra. In C. Zweig & J. Abrams (Orgs.). *Ao encontro da sombra: o potencial oculto da natureza humana* (pp. 264-265). São Paulo: Cultrix.
 Jacobi, J. (2017). *A Psicologia de C. G. Jung: uma Introdução às Obras Completas*. Petrópolis: Vozes.
 Jung, C. G. (2000). *A natureza da psique* (Vol. 8/2, 6a ed.). Petrópolis: Vozes.
 Jung, C. G. (2002). *Memórias, sonhos e reflexões*. Rio de Janeiro: Nova Fronteira.
 Jung, C. G. (2003). *Fundamentos de Psicologia Analítica* (Vol. 18/1, 13a ed.). Petrópolis: Vozes.
 Jung, C. G. (2004). *A prática da psicoterapia* (Vol. 16/1, 9a ed.). Petrópolis: Vozes.
 Jung, C. G. (2006). *O desenvolvimento da personalidade* (Vol. 17, 10 ed.). Petrópolis: Vozes.
 Jung, C. G., Franz, M. L., Henderson, J. L., Jacobi, J., & Jaffé, A. (2002). *O homem e seus símbolos* (22a ed.). Rio de Janeiro: Nova Fronteira.
 Katz, V. (2010). *Sonhos: a linguagem enigmática do inconsciente*. Petrópolis: Vozes.
 Katz, V. (2019). *Jung e a Psicologia profunda: um guia de orientação prática*. São Paulo: Cultrix.
 Lilacs. (2019). *Literatura Latino-americana e do Caribe em Ciências da Saúde*. Recuperado em 2 março, 2019, de <http://lilacs.bvsalud.org>.
 Magalhães, L. M. A. (1984). Teoria da personalidade em Carl Gustav Jung.

Dornelas, K. C. A. & Eleotério, I. S. *Análise junguiana dos sonhos: o fazer e percursos na América Latina?*

- In C. R. Rappaport. *Teorias da personalidade em Freud, Reich e Jung* (Vol. 7, pp. 123-162). São Paulo: EPU.
- Mattoon, M. A. (2013). *Como entender os sonhos*. São Paulo: Paulus.
- Mendonça, G. P. de, & Fortim, I. (2018). Estudo sobre sonhos de pacientes da oncologia pediátrica. *Junguiana*, 36(2), 55-66.
- Novaes, A. (2005). *Sonhos: mensagens da alma*. Salvador: Fundação Lar Harmonia.
- Pascal, E. (1999). *Jung para la vida cotidiana*. Barcelona: Ediciones Obelisco.
- Pereira, P. J. (2007). Sobre a imaginação ativa. *Cadernos Junguianos*, 3(3), 35-43.
- Sá, J. F. R., & Fernandes, E. G. (2016). Psicologia Analítica e a interpretação dos personagens dos sonhos lúcidos. *Fractal: Revista de Psicologia*, 28(1), 146-52.
- Samuels, A., Shorter, B., & Plaut, F. (1998). *Dicionário crítico de análise junguiana*. Rio de Janeiro: Imago.
- Santos, J. C. dos, & Serbena, C. A. (2017). Trabalho com sonhos em saúde mental na perspectiva da Psicologia Analítica. *Mental*, 11(21), 501-526.
- Santos, S. R. (Org.). (2008). *Jung: um caminhar pela Psicologia Analítica*. Rio de Janeiro: Wak.
- Schredl, M. (2012). Continuity in studying the continuity hypothesis of dreaming is needed. *International Journal of Dream Research*, 5, 1-8.
- SciELO. (2019). *Scientific Electronic Library Online*. Recuperado em 6 março, 2019, de <http://www.scielo.br/>.
- Silveira, N. (2006). *Jung. Vida e obra* (16a ed.). Rio de Janeiro: Paz e Terra.
- Silveira, N. (2015). *Imagens do inconsciente*. Petrópolis: Vozes.
- Stanford, J. A. (1988). *Os sonhos e a cura da alma*. São Paulo: Paulus.
- Urrutigaray, M. C. (2011). *Arteterapia: a transformação pessoal pelas imagens*. Rio de Janeiro: Wak,
- Von Franz, M. L. (2001). *O caminho dos sonhos*. São Paulo: Cultrix.
- Xavier, M. (2001). Trabalho e sonhos: desejos e pesadelos de professores e trabalhadores da saúde na era do capitalismo organizacional. *Cadernos de Psicologia Social do Trabalho*. São Paulo, 14(1), 93-110.
- Weinrib, E. L. (1993). *Imagens do Self: o processo terapêutico na caixa de areia*. São Paulo, Summus
- Zoltowski, A. P. C. et al. (2014). Qualidade Metodológica das Revisões Sistemáticas em Periódicos de Psicologia Brasileiros. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, 30(1), 97-104.

Recebido em: 27/7/2019

Aprovado em: 17/10/2019