

ВОЗМОЖНОСТИ АНАЛИЗА СНОВИДЕНИЙ ДЛЯ ДИАГНОСТИКИ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ МЕДИКОВ

Елькин И.О.

ГБУЗ СО ДКБВЛ НПЦ «Бонум»

Психические состояния врача являются одним из важнейших условий его труда. В статье рассматривается анализ сновидений как метод оценки адаптивных возможностей с целью выявить общие взаимосвязи между содержанием сновидений, эмоциональным состоянием и самочувствием врача.

Ключевые слова: сновидение, символ, архетип, иррациональное переживание, фрустрация.

Possibility analysis of dreams for diagnosis an emotional state of physicians

Elkin I.O.

²State financed Health Institution Sverdlovsk region Children's Clinical Hospital of remedial treatment Scientific-Practical Centre "Bonum", Ekaterinburg, Russia

Mental statuses of doctors are one of the most important conditions of his labor. The article is dedicated to analysis of dreams as a method of assessment of adaptive capacity in order to identify the general relationship between the content of dreams, emotional state and well-being of the doctor.

Keywords: dream, symbol, archetype, irrational experience, frustration.

Введение

Эмоциональное благополучие профессионала крайне важно для любых профессий типа «человек-человек. Психические состояния врача являются одним из важнейших условий его труда и оказывают значительное влияние на пациента. Успешность в данной профессиональной сфере можно определять, помимо результативности лечебного процесса сохранностью психологического здоровья самого врача и чувством удовлетворенности процессом и результатами своего труда [1].

Одним из многообещающих путей научного познания человеческой личности и ее активности, ее адаптивных возможностей и способов приспособления к условиям жизни является изучение сна и сновидений. Сон и психическая активность спящего человека — сновидение представляют самостоятельный и большой интерес и в настоящее время довольно интенсивно исследуются учеными разных стран. Многие считают анализ сновидений, например, в лечении неврозов обязательным и тем самым поднимают

сновидение до функции, эквивалентной по психической важности сознанию [2]. Другие, напротив, оспаривают правомерность анализа сновидений и, следовательно, считают их маловажным, побочным психическим продуктом [3]. Таким образом, применимость анализа сновидений для диагностики психического состояния человека - все еще очень спорная тема. Для решения этой задачи психологи пользуются различными методами.

Сны могут быть безжалостными истинами, философскими сентенциями, иллюзиями, дикими фантазиями, воспоминаниями, планами, предвосхищением событий, даже телепатическими видениями, иррациональными переживаниями. Нужно помнить, что часто люди в своих снах воспроизводят аспекты дневных переживаний: *Canis panet somniat, piscator pisces* (Собаке снится хлеб, рыбаку рыба). Каждое толкование есть лишь гипотеза, попытка прочтения незнакомого текста. И, тем не менее, отдельный сон редко можно истолковать сколь-нибудь надежно. Более или менее надежны только серии снов, в том числе и сновидений в какой – либо репрезентативной группе [4].

Цель нашего исследования – выявить общие взаимосвязи между содержанием сновидений, эмоциональным состоянием и самочувствием врача.

Материалы и методы

Объектом исследования является осознание респондентами своего самочувствия сновидений. Предмет исследования – это самоотчеты врачей о сновидениях и самочувствии.

Нами опрошено 47 врачей хирургических специальностей, работающих в нашем центре и курсантов – слушателей факультета повышения квалификации УГМУ. Достаточно важно, что 10 респондентов рассказали как о наиболее запомнившихся о снах профессионального содержания. Нами использован вариант юнгианской архетипической символической интерпретации сновидений. Большой недостаток как этого варианта трактовки сновидений, так, собственно и других символических вариантов работы со сновидениями – сложности статистической обработки полученных отчетов [5].

Вот первый врачебный сон: «Я очень спешу, потому что хочу уехать. Собираю еще свой багаж, ничего не нахожу. Время поджимает, поезд скоро уйдет. Наконец мне удастся собрать свои пожитки, я выбегаю на улицу, обнаруживаю, что забыл папку с важными бумагами, запыхавшись, бегу назад, нахожу ее наконец, несусь к вокзалу, но почти не продвигаюсь вперед. Наконец, последним усилием, выбегаю на перрон, чтобы увидеть, как поезд выезжает из вокзала. Он длинный, идет по странной S-образной кривой, и я думаю: если машинист не будет внимателен и даст полный ход, выйдя на прямой участок, то задние вагоны поезда еще будут на развороте и при ускорении сойдут с рельсов. И точно,

машинист дает полный ход, я пытаюсь кричать, задние вагоны, ужасно качаются и действительно сходят с рельсов. Страшная катастрофа. Я просыпаюсь в ужасе».

Здесь также нетрудно понять картину сновидения. Сначала оно рисует напрасную нервную спешку в стремлении пойти еще дальше, несмотря ни на что. Но так как машинист все же безоглядно рвется вперед, то сзади возникает невроз, неустойчивость и срыв.

Доктор, очевидно, на нынешнем отрезке жизни достиг своего потолка, и труды долгого подъема истощили его силы. Ему следовало бы удовлетвориться достигнутым, но вместо этого его честолюбие гонит его дальше, все выше, в слишком разреженную для него атмосферу, к которой он не приспособлен. Поэтому его настигает предостерегающий невроз.

Сон второго доктора, женщины: «Мне снилось, что ночью в доме поднимается страшный шум. Я иду посмотреть и обнаруживаю, что по квартире мечется испуганная лошадь. Наконец она находит дверь в коридор и выпрыгивает из окна четвертого этажа на улицу. Я с ужасом видела, как она, разбившись, лежала там внизу».

Уже только зловещий характер сновидений заставляет насторожиться. Но и у других людей бывают кошмарные сны. Поэтому нам необходимо подробнее заняться значением символа «лошадь». Лошадь совершает суицид.

«Лошадь» - широко распространенный в мифологии и фольклоре архетип. Как животное она представляет не-человеческую психику, до-человеческое, животное, следовательно - бессознательно-психическое; поэтому лошади в фольклоре ясновидящи, и время от времени говорят. В то же время они тесно связаны с архетипом сосуда (троянский конь). В до-человеческом качестве они представляют вместилище инстинктов[4]. Следовательно, «лошадь» - эквивалент «матери-жизни» с легким смещением оттенка значения с жизни-первопричины на просто животную, физическую жизнь. Если мы подставим это выражение в текст сновидения, то получим: она сама неосознанно, подавляя инстинктивные потребности, разрушает животную жизнь (тело), и очень близко тяжелое заболевание (поскольку она видела эту лошадь мертвой).

Следующий сон, на первый взгляд, сильно отличается от двух предыдущих: «Вижу во сне, будто все пространство вокруг меня наполнено серо-голубоватым туманом. Земли не видно, она внизу, а я "стою" на этих голубых облаках и иду вперед. Мне очень приятно. Откуда-то снизу доносятся голоса людей,двигающихся в том же направлении, что и я, но выше, над землей. Я их не вижу, но знаю, что их трое, и мы все плывем вместе куда-то. Но тут раздается резкий звук, туман становится красноватым, я понимаю, что те люди наверху

- черное и я просыпаюсь. Однако приятное настроение, сохраняется еще некоторое время».

Интересно отметить, что в этом сновидении не был виден ни один четко очерченный предмет: только сплошное голубоватое туманное Пространство. В эти дни сновидец, как нам удалось установить, был в приятном, уравновешенном и оптимистическом настроении, поскольку у него был значительный успех в области своей профессиональной деятельности. Однако исчерпывается ли смысл данного сновидения? Нам кажется, что это сновидение имеет более глубокий смысл, при этом символическое значение образа мира как голубого океана, а также символ трех попутчиков-негров, казалось бы, не совсем понятны. Можно сделать предположение, согласно которому изменение цвета тумана говорит об изменении значимости и эмоциональной оценки своего успеха. С другой стороны, попутчики оказываются отличающимися от представления сновидца о них. Сознательно переживая успех, во сне он ощущает вытесненные в подсознание сомнения в этом успехе.

Сон еще одной женщины-врача: «Нахожусь на незнакомой, пустой улице. Час дня - предвечерний, я иду по этой улице. Она узкая, с высокими домами. У меня чувство тоски и беспокойства из-за того, что час не совсем поздний, но на улице никого нет. Я иду не целенаправленно, а блуждаю. Чувство паники все усиливается, я убыстряю свои шаги, мечусь, чего-то ищу, кажется — выхода из этой улицы, я понимаю, что хочу выйти на свободное место, чтобы эти дома не давили на меня. Я начинаю бежать, кусаю губы, ужас все сильнее охватывает меня. Вдруг передо мной открывается небольшая круглая площадь, окруженная такими же высокими домами. Я ощущаю, что здесь свободнее дышится. Помню, что мостовая была выложена булыжником серого цвета, камни продолговатые и почти прямоугольные. И вдруг я, стоя в стороне, вижу, что примерно 5-6 незнакомых мужчин, не красивые и грязно одетые, в центре площади образовали круг и играют в волейбол. Я встаю в круг и начинаю играть с ними. Но они не дают мне ударить по мячу. У меня появляется ощущение, что они издеваются надо мной. Они, играя, ухмыляются, затем их смех переходит в дикий, нечеловеческий хохот. Здесь все обрывается». Сновидица добавила, что она проснулась, продолжая слышать этот хохот. Весь день она физически очень плохо себя чувствовала и была в подавленном настроении.

Сон сероцветный, что само по себе сложно для интерпретации [6]. Анализируя этот сон, мы можем с уверенностью сказать, что это сновидение символическое описание (с помощью образа улицы) ее представления о собственном жизненном пути; этот путь ей представляется тесным, полным тревоги и давления. Она желает выйти на более широкую

арену жизни, ищет выхода, но ее ждет разочарование. Заслуживают внимания ее слова о том, что «час не совсем поздний, но на лице никого нет». Приведенная мысль означает, что сновидица — еще молодая женщина (на улице еще светло), но на своем жизненном пути пока не встретила тех людей, которых ищет. Дальнейшее течение сновидения показывает, что речь идет о мужчинах, которые, по-видимому, не балуют ее своим вниманием с одной стороны, и к которым у нее завышенные требования. В то же время, она думает, возможно полуосознанно, что она не нравится мужчинам; более того, они издеваются над ней. Даже самые непривлекательные и неряшливые мужчины позволяют себе издеваться над ней. Вот смысл игры в волейбол на площади. Понятно, что для молодой женщины с богатым внутренним миром такая оценка со стороны других людей, особенно мужчин, становится источником постоянных фрустраций, тяжелых раздумий и душевных страданий.

Здесь следует предположить, что даже на уровне сознания эта женщина должна страдать от комплекса неполноценности по поводу своих явно преувеличиваемых физических особенностей. Одним из проявлений этого комплекса является следующее: когда мужчины обращают на нее внимание, ей кажется, что это они делают не из-за ее женской привлекательности, а совершенно по противоположной причине.

Выводы

При всем скепсисе и критичности никогда не следует считать сновидения фактором, которым можно пренебречь. Здесь приведен анализ всего четырех сновидений, но, тем не менее, интерпретация их в символическом ключе позволяет выявить и наличие эмоциональных (и даже клинических) проблем, и их причину. Так же, как сознание не полностью бездействует ночью, бессознательное проявляется в нашей дневной жизни. Никто не сомневается в важности сознательного переживания, с чего тогда сомневаться в значении бессознательной жизни? Это тоже наша жизнь, иногда даже более опасная или полезная, чем дневная.

Список литературы

1. Ларенцова Л.И. Изучение синдрома эмоционального выгорания у врачей-стоматологов // Клиническая стоматология.-2003.-№4.-С.82-86.
2. Вейн А. М. Сновидения: медицинские, психологические, культурологические аспекты / А. М. Вейн. – М. : Эйдос Медиа, 2003. – 224 с.
3. Психологический словарь / под ред. В. П. Зинченко, Б. Г. Мещерякова – М., 1996. – 480 с.
4. Касаткин В. Н. Теория сновидений / В. Н. Касаткин. – Л. : Медицина, 1983. – 247 с.
5. Юнг К.Г. Архетип и символ. —/ К.Г.Юнг. М.: "Реннесанс", 1991. — 304 с.

6. Сокольский В. С. Сонник XXI века: верное толкование снов о здоровье / В. С. Сокольский. – М. : Эксмо, 2004. – 640 с.
7. Налчаджян А. А. Ночная жизнь: личность в своих сновидениях / А. А. Налчаджян. – СПб. : Питер, 2004. – 442 с.

Елькин Игорь Олегович – д.м.н., профессор, врач анестезиолог-реаниматолог ГБУЗ СО ДКБВЛ НПЦ «Бонум», 620149, Екатеринбург, ул. Бардина, 9а, тел: (343)240-42-68 bonum@bonum.info