

СОНУВАЊЕ*

Благоја Јанакoв¹

Институт за психологија, Филозофски факултет,
Универзитет „Св. Кирил и Методиј“, Скопје

Кратка содржина

Текстот претставува обид за кус преглед на современата состојба на психологијата на сонувањето. Будната состојба и сонувањето значително се разликуваат. Сонувањето е поосновно, попримитивно и поавтентично ментално функционирање од будното функционирање; во сонувањето рационалноста е претежно отсутна, а поистакнати се чувствата. Сонот е творечка приватна појава. Многу соншта се чудни и инакви од стварноста, но тие се поврзани со стварноста. Во сонштата се претставени субјективно можни нешта. Сонштата почесто се непријатни, одошто пријатни; во нив почесто се претставени опасности, тешки ситуации и проблеми. Во дел од сонштата направен е исчекор кон инаквост на сонувачот, т.е. претставени се можни состојби и промени кај него и на стварноста во која живее. Во сонштата се претставени многубројни луѓе и други суштества. Ликовите во сонштата се разни; главен лик е сонувачот. Дел од сонштата се важни. Сонувањето има неколку намени. Не се сонува туку-така; сонштата имаат значење и можат да се толкуваат. Во дел на трудот напишано е за одредувањето на сонштата. Сонувањето има важна улога во обединувањето, менувањето и развојот на менталноста/личноста. Некои истражувања јасно ја установија животната неопходност на сонувањето. Во последниот дел на трудот напишано е за толкувањето на некои типови соншта (според Р. Џонсон): кошмари, катастрофи, смрт, крв, бегане, непристојни соншта, еротски соншта, соншта со пари и др.

Клучни зборови: сон/сонување, особеност на сонувањето, намени на сонувањето, значење и толкување на сонштата.

¹ blagoja@fzf.ukim.edu.mk

*Белешка. Главниот дел на трудот претставува поглавје на ракопис, што се подготвува за издавање. Тој дел е незначително изменет, т.е. приспособен за објавување во списание. На тој дел придодадени му се дел насловен „За значењето и толкувањето на сонштата“ и Заклучок, што се дополнително подготвени.

Соништата се необични, интересни, таинствени и животни битни појави. Тие меѓусебно се разликуваат по времетраењето, сложеноста, јасноста, осмисленоста, разбирливоста, модалноста, субјективната важност и др. Привлекуваат внимание уште од древните времиња. Познато е дека во древниот Египет и во други древни заедници се ценеле и се толкувале (дури имало стручњаци за нивно толкување). Во древноста соништата биле сфаќани како најавувачи на судбината, претскажувачи, опоменувачи, тешители и гласници на боговите. Може да се каже дека научно-психолошкото изучување и психолошкото работење со соништата почнало околу 1900 г.; Фројд (Freud, 1970) и Јунг (Jung, 1984, 1989) создадоа влијателни сфаќања за соништата и широко прифатени методи за нивно толкување. Во денешно време постои многубројна литература за соништата (в. на пример Налчадџијан, 2004; Чугунов, 2002; Barrett & McNamara, 2007; Coren, 1996; Dement, 2000; Hall, 1983; Johnson, 2009; Nastović, 2008; Žuve, 1997). Сепак, науката за сонубањето е далеку од зрелоста.

Спиечката состојба, сонувачката состојба и будната состојба се основни и животни неопходни состојби на човечкото суштество. Тие имаат сличности и разлики.

Не сме свесни за преминот од будна во спиечка состојба; заспивањето е неосетно. Сонубањето не е отсуство на свесност - тоа е посебна состојба на свесност. Се сонуба во дел на времеспиењето. Сонубаме претежно во кратки периоди во кои очите брзо се движат (т.н. РЕМ фаза). Бројот на таквите периоди во текот на просечното времеспиење е 4-5. Соништата претежно се кратки - некои траат буквално секунда или помалку, многу - неколку секунди, или десетини секунди. Бројот на соништа во текот на една ноќ е голем. Се помнат околу 5% од соништата (Frith, 2007).

Определба: *(џек на) ѝрејсѝави/сцени и со нив ѝоврзани чувсѝива во сѝиечка сосѝојба*. Сонубањето се состои од една, неколку или многу претстави. (Сонубањето што се состои од една претстава, некои автори не го нарекуваат сон.) Се вели дека сонубањето е имитирање на воспримањето; тоа наликува на гледање филм. Со едноставен речник кажано, вели И. Ивиќ (во наши разговори, посебно во февруари 2016 година), сонубањето е приватно кино; со академски речник кажано (Ivić, 2015) тоа е приватна иконичка семиотичка функција (наменета за автокомуницирање).

Сонубањето е слично на мечтаењето и вообразувањето. Се разликува од нив по тоа што не постои свесност за нестварноста на и критичен однос кон сонубаната содржина и што отсуствува свесност за себе како сонубач (но

себеоценки и чувства во врска со себе, посебно чувство на вина и срам, не отсуствуваат). Отсуствува и временско разграничување.

Особености

Сонот и будноста се различни појави (Налчаджан, 2004; Ревонсуо, 2013; Чугунов, 2002; Dement, 2000). Посебно, мозочното функционирање во будна и спиечка состојба значително се разликува.

Битна особеност на сонувањето е *чудноста и инаквоста од стварноста*. Многу нешта не се исти како во стварноста, или не постојат, или не се можни во стварноста. Се одвиваат настани и збиднувања што во стварноста не се случиле, или кои на сонувачот не му се познати (во кои не учествувал, не ги посматрал или за кои не чул), како и настани и збиднувања што не можат да се случат во стварноста. Примери: (а) Братучедот Велко, кој во стварноста е кроток и мирољубив човек, го напаѓа сонувачот со огнен меч и сака да го убие; (б) Сопствениот дом, во еден сон, битно се разликува од стварниот дом, а во друг - не е сместен во местото во кое сонувачот живее и на таа и таа улица, туку на брегот на еден чуден остров во Индискиот океан; (в) Една сосетка, Јасна, е помлада и многу попривлечна (одошто во стварноста); (г) Средби со животни кои ги нема во животниот простор на сонувачот; (д) Разговори со умрени луѓе; (е) Летање и лебдење во воздух; (ж) Миговно преместување од едно во друго место, кои во стварноста се оддалечени илјадници километри; (з) Миговни големи преобразби: преобразба на дете во возрасна особа, преобразба на човек во животно, преобразба на суштество во нежива појава и др.

Во сонштата често отсуствува просторна и, особено, временска ориентација, односно минатото, сегашноста и иднината не се разграничени. Накусо, за разлика од будното живеење, сонштата не се ограничени од природни закони и општествени норми и законитости; степенот на слобода е поголем.

Сонувањето е појава во која рационалноста претежно е отсутна; логиката на сонувањето не е рационална. Чувствените појави се поистакнати; емотивноста е поизразена. Во сонувањето скоро исклучиво се претставени надворешни појави, претежно дејствувања, збиднувања и сцени, а внатрешни појави малку се претставени. Кажано со речникот на Ж. Пијаже, сонувањето скоро целосно се состои од, поточно во него скоро исклучиво се претставени сензомоторни и конкретни операции (формалните операции - особено појмовно, апстрактно и логичко функционирање - скоро наполно не се прет-

ставени). Со други зборови, сонувањето претежно е примитивно/наивно, односно детско функционирање. Бројни докази и аргументи насочуваат кон заклучок: сонувањето е *ѝоосновно, ѝоѝримииѝивно и ѝоавѝенѝично* ментално функционирање од менталното функционирање во будноста.

Негативни збиднувања, лоши и зли постапки и непријатни чувства се значително почести од позитивни збиднувања, добри постапки и пријатни чувства. Почести се проблемите, тешкотиите и неуспесите, отколку справувањата, постигнувањата и успесите. Накусо, во соништата се присутни и негативни и позитивни нешта, но негативните нешта се почести.

Општо кажано, во соништата се претставени субјективно можни нешта. Моќностите најкомплетно се претставени во соништата; претставени се претежно во облик на ситуации/сцени, збиднувања и дејствувања. Посреден доказ за комплетноста е податокот (Ревонсуо, 2013; Frith, 2007): просечниот број на соништа кај луѓето во текот на животниот век е околу 150.000. (Се разбира, во соништата не се претставени сите можности.) Во соништата се претставени бројни пожелни и многубројни непожелни можности за кои единката претежно не е свесна. Голем дел од можното не е сакано или очекувано од свеста на особата.

Соништата се довршени и недовршени, разбирливи и не(доволно) разбирливи, важни и неважни, големи и мали. Деловите на некои соништа се јасно поврзани. Други не се такви, посебно затоа што не е јасно кога завршуваат.

Две клучни особености: сонувањето е *ѝворечка* и *ѝриваѝна ѝојава*.

Содржина

Соништата претежно се составени од видни претстави; скоро воопшто нема соништа без видни претстави. Мнозинството од соништата се во боја, помал дел се црно-бели. Голем дел од соништата содржат звуци, најмногу говорни: зборови, групи зборови и разговори. Во некои соништа содржана е музика (такви соништа се почести кај музичари). Во некои соништа сонувачот има телесни доживувања: болка, притисок врз дел од телото, тежина и др. Мириси и вкусови се крајно ретки. Вербално-говорните содржини не се целосни, често се згуснати и скратени; тие ретко се гласно изговорени. Битно е нивното значење. Многу значења се имплицитни. Во бројни соништа битни или најбитни се чувствено-емоционалните појави.

Кои се најраспространетите теми? Според истражувања извршени во многу земји, најчеста тема е следењето и гонењето на сонувачот (Ревон-

суо, 2013). Чести се: физички напади, вкочанетост од страв, пад од височина или можност да се падне, ситуација на немање излез, односно стапица, изгубеност, тонење и сл. Кусо кажано, во соништата најчести се опасности, тешки ситуации и проблеми. Од позитивните теми чести се љубовно-еротски (вклучително предљубовни збиднувања, на пример, друго лице пројавува наклоност кон сонувачот) и летање. Поинаку кажано, почесто се сонуваат непријатни, поретко - пријатни сцени и збиднувања; почесто суштества кои непријателски или лошо постапуваат, поретко - кои се наклонети кон сонувачот.

Многу содржини на соништа се поврзани со сегашноста - со она што се збиднало претходните денови и со она што наскоро ќе се случи, или може да се случи. Некои соништа, или нивни делови, се поврзани со моменталната ситуација во која се наоѓа сонувачот (на пример, со дразби какви што се звук на часовник и свон) или со состојба на организмот во моментот на сонување. Приличен дел од содржините на соништата се однесуваат на минатото или иднината.

Необично е што во соништата малку се претставени некои современи нешта (Ревонсуо, 2013). Така, ретко се претставени гледање телевизија, работење со компјутер, учење, читање и возење кола, како и современи машини и апарати.

Некои соништа имаат смисла, осмислени се; а во многу соништа смислата не е пријатна. Други немаат смисла, или сонувачот не може (лесно) да ја открие. Голем дел од таквите соништа се состојат од една невпечатлива (на пр., врне дожд), банална (на пр., земање шише со вода и пиење) или нејасна сцена (на пр., сонувачот оди, ама просторот не е претставен и не е јасно дали е сам и со каква намера оди), или од неколку сцени што не се поврзани (редоследот на сцените како да е случаен). Многу соништа имаат смисла, соопштуваат нешто, но не содржат порака. Само мал дел од соништата содржат порака, односно се предвидувачки.

Ликови

Главен лик е сонувачот; но визуелното себепретставување е ретко. Претежно е активен; сонувачот е набљудувач во околу 20% од соништата. Претежно е слушател, поретко е говорник. Сонувачот често е ист како во, или сличен на будната состојба. Поретко е значително или мошне различен: изгледот и основните особености (возраста, големината и др.) се инакви; поста-

пува спротивно отколку во будноста; функционира необично и чудно. Според резултати на некои истражувања, сонувачот и други луѓе често се помлади отколку во сегашноста.

Во сонштата се претставени многубројни луѓе и суштества: познати и непознати; исти како во стварноста, стварни, а изменети и нестварни (на пример, ламји, вештерки и веди). Истакнати, односно чести ликови, се суштества кои за сонувачот се важни (родители, сопруг/а, членови на семејството, блиски пријатели, големи непријатели и др.).

Претходните пасуси можат вака да се резимираат. Сонштата се поврзани со живеењето на личноста во будна состојба, но поврзаноста не е непосредна и еднозначна. За дел на сонштата може да се каже, но за дел не може да се каже дека се проста репродукција на впечатоци и искуства од будното живеење, или едноставна комбинација на впечатоци и искуства, одредена од нагони, желби, стравувања и слични појави. Сонштата содржат големо мноштво претстави за личноста, нејзиното функционирање и нејзината околина; голем дел од тие претстави значително се разликуваат од тоа какви се особата, нејзиното живеење и нејзината околина во будноста, и, особено, се разликуваат од свесната слика за себе и за околината. Општата сонувачка претстава (содржана во големо мноштво сонувачки претстави) за особата е многу посложена и поцелосна (а прашање е дали е помалку точна!) од свесната слика за себе. Слично е и за општата сонувачка претстава за околината. Во дел од сонштата е претставено *она што е, или може да биде битно*, за оптимално живеење на личноста (тоа прилично се разликува од живеењето што личноста свесно го смета за битно). Во тие соншта е направен скок од она што е и од живеењето во будна состојба, *исчекор кон инаквиј*; во тие соншта е остварен дел на можното. Едноставно, а кусо кажано, особата во сонштата е: она што е, што била и што може да биде; непримерна и примерна; зла и добра; дива и благородна; недоветна и мудра; мразена и сакана; слаба и силна.

Намени

Сонувањето има повеќе намени (Налчаджян, 2004; Ревонсуо, 2013; Nastović, 2008). (1) *Преработка* на податоци и впечатоци и нивно осмислување (посебно се обработуваат и осмислуваат нови информации и содржини); *поврзување* на содржини од внатрешниот свет, односно интегрирање на менталноста. (2) *Изразување* на непројавено, запоставено, попречено, про-

блематично, оптоварувачко, загрозувачко и потиснато. (3) *Насочување*: кон проблематично и негативно, имплицитно насочување кон промена и др. Насоченоста може да има облик на предупредување. (4) *Прејстџавување на можно*. Посебно, во некои соништа се предвидуваат појави и збиднувања, во некои се прават обиди за наоѓање решение за проблем, или начин за справување со тешка ситуација. (5) *Емоционално одобрување* – намалување на напрегнатоста, растоварување, олеснување и сл. (посебно во врска со конфликти и фрустрации). Следните две намени (6 и 7) се поврзани со петтата. (6) *Компензирање* на незадоволени мотиви, неразвиени или неактивни личносни составки. (7) *Задоволување* на незадоволени потреби, остварување мечти („Гладната кокошка просо сонува“; „Што на бабата и е мило – тоа и се снило“). (8) (Психо)дијагностичка функција.

Некои современи познавачи на соништата (Ревонсуо, 2013) тврдат дека нема доволно докази за голема зачестеност и значителна успешност на внатрешнотерапевтската и на функцијата на решавање проблеми (односно функциите 4, 5, 6 и 7). Така, во соништата ретко се случува тешкотии и проблеми да се решат на реалистичен начин. Пример: сонувачот е гонет од лав; се спасува така што полетува.

За сништата

(1)

... јас имам свој тек,
тешко да ме разбереш.
Јас сум како подземна река
... изворот ми е –
далечна детинска ноќ.

Мојот сон е во расчекор
со моето јаве.
Што на јаве мислам,
сонот го ништи.
На јаве мислам дека нешто значам,
сонот ми вели – не!
и ми се потсмева цинично.

(2)

Само во сонот младоста е жива,
... да сетам в душа како ми се впива
што не било а можело да биде.
И дури тогаш како да се паѓа
На мојот живот целосна слика,
и тоа дење во мрака што паѓа
се буди на сон и негде ме вика.

(3)

А како да се држам до тоа,
и притоа да бидам сериозен,
да се држам до тоа
што ми го шепина сонот
како суштествено?

(Три нецелосни песни на Конески (2002): (1) Сонот, (2) Сништа и (3) Расцеп)

Дали сонувањето е потребно и важно? Да. Дури, *живојино е неопходно*. Отсуството на соншта доведува до телесни и душевни растројства (Nastovic, 2008). Резултати на истражувања со животни - на кои им било дозволено да спијат, но биле лишени од сонување - драматично ја потврдија нивната животна неопходност (Cohen, 1996). По неколку деноноќија без сонување кај животните се јавиле нарушувања во поведението. Нарушувањата станувале сè потешки наредните деноноќија. По уште неколку деноноќија без сонување тие умирале. Не некои од нив, туку сите!

Многу луѓе кажуваат дека нивните соншта не им се разбирливи („не ги сфаќам“, „туѓи ми се“); други велат дека сонштата се глупави или непријатни („ме измачуваат“, „се будам во ужас“) и, поради тоа, непотребни („подобро е луѓето да не сонуваат“). Наспроти тоа факт е: во бројни случаи соншта (посебно запомнетите) влијаат врз будната состојбата и живеењето на сонувачот. Интересно е дека можат да влијаат не само соншта кои сонувачот (макар делумно) ги разбрал, туку и соншта кои сонувачот не ги разбрал (нивната

порака или смисла не ја открил), не само пријатни, туку и непријатни, не само запомнети, туку и незапомнети соништа. Воопштено кажано, не се сонува туку така.

Кои соништа се важни? Познавачите наведуваат неколку особености на важните соништа: силни чувства, (по)голема впечатливост, повторување (на теми, ликови и др.), поголем степен на запомнетост и др. Некои познавачи ги наведуваат следниве особености: во сонот сонувачот е помлад и дејствието се одвива во минатото.

Се вели дека соништата се глас на сопствената природа, порака на вистинското јас. Делумно поради тоа, полезно е луѓето макар повремено да се насочени кон сонувани содржини, вклучително лоши и тешки; препорачливо е некои соништа да се помнат некое време. Тоа е вид на контакт со себе, со кој се збогатува познавањето на внатрешниот свет, се унапредува себеразбирањето (тоа го нагласија бројни автори: Ivić, 2015; Nastović, 2008 и др.).

Од наведените сознанија и докази може да се заклучи: сонувањето е битен дел на функционирањето, животно е неопходно, има важна улога во обединувањето, менувањето и развојот на менталноста.

Одредување

Општо кажано, соништата претежно се одредени од она што за личноста е битно, од приоритети. Основни одредувачи на соништата се: личносно јадро; скорашни впечатоци и актуелни желби, намери и очекувања; и состојба на единката и ситуација во која е додека сонува. Некои познавачи на соништата велат: сонот е несвесна реакција на свесна ситуација на сонувачот.

Големото мнозинство на содржините потекнуваат од стварноста. Соништата претежно се поврзани со животната околина на сонувачот; поголемиот дел нешта во соништата - вклучително ситуации, настани, збиднувања и дејства - се исти или слични како во стварноста, т.е. во будното живеење. На пример, се сонуваат луѓе, постоечки предмети, животни, реки, шуми, улици, делови на градови, градби, домови, соби, средби, разговори, напорни дејства, тешки ситуации и состојби, притисоци и напади, трчање и бегање, и човечки заемодејства. Нешта што отсутуваат во стварноста се ретки; ретки се фантастични и мистични соништа. Соништа за ѓаволи, на пример, се ретки. (А претставите за ѓаволи во соништата, по правило, се комбинации на делови на реално постоечки нешта или наликуваат на ѓаволи од постоечки ликовни, филмски и други дела.) На поврзаноста со стварноста одамна посо-

чи И.М. Сеченов: соништата се необични комбинации на обични впечатоци од стварноста.

По правило, соништата се поврзани со историското доба во кое сонувачот суштествува.

За значењето и толкувањето на соништата

Широко е прифатено дека соништата имаат значење. Некои обични луѓе и некои стручњаци веруваат дека соништата можат да се толкуваат и тие толкуваат соништа. Меѓутоа, некои стручњаци нагласуваат: можни се неколку или повеќе толкувања на секој сон и не е оправдано да се тврди дека некое толкување е единствено точно.

Тука се наведени неколку типови соништа, кои не се архетипи во смисла на симболи, туку се архетипични во смисла на мотивот и настроението на сонот, како и нивното можно значење, според Р. Џонсон (Johnson, 2009), познат јунгијанец.

Кошмарите укажуваат на некое претерано стравување или на негативно влијание на некоја содржина што е потисната во несвесното. Пример: некој човек често сонува кошмар, во кој голем стаорец му го гризе вратот. Кошмарот се јавувал затоа што човекот ги потиснувал сопствените потреби, а тоа потиснување постојано го гризело.

Катастрофите укажуваат на неочекувани промени во некоја област на живеењето, на пресвртни моменти или на нови, полезни можности. Поплавата е поврзана со емоционална промена, а земјотресите – со реска измена на животната ситуација.

Соништа со смрт ретко означуваат буквална смрт, а претежно означуваат крај на нешто старо и започнување ново. Означуваат умирање на дел на личноста, што е неопходно за натамошниот развој. Може да означуваат и внатрешна умртвеност и неопходност од чувствено будење.

Соништата со крв и внатрешни органи често означуваат загуба (на сила и др.). Кога сонувачот убива некого или некој него го убива, тоа означува усмртување на дел на личноста, кој веќе не е полезен или означува важен дел на личноста, кон кој односот на сонувачот е негативен.

Бегањето од нешто/некого или гонењето често означува дека сонувачот избегнува да се соочи со нешто кај себе, со некој аспект на личноста. Сонот укажува на пожелноста од соочување (соочувањето може да има пози-

тивни резултати). Кога лицето сонува дека не може да се мрдне од место или дека се движи крајно бавно – тоа најавува проблем, кој е следство на занемавање нешто кај себе.

Непристојните соништа имаат смисла. Намена на таквите соништа не е навредување на сонувачот, туку негово насочување кон делот на личноста кој го одбегнува.

Еротско-сексуалните соништа, по правило, не се однесуваат на сексуални појави, туку повеќе на усогласување на машкиот и женскиот дел на личноста на сонувачот. Половиот контакт означува поврзување, соединување. Љубовен контакт со особа, позната во реалниот живот, означува прифаќање и вклучување во себе квалитети што сонувачот ги асоцира со лицето. Полов контакт со член на семејството не е пројава на инцестуозна склоност, а со лице од ист пол, по правило, не е пројава на хомосексуално тежнеење. Така, љубовен контакт со таткото или мајката означува поврзување со некои машки и женски квалитети, какви се мудроста и грижењето. Поинаку е кај соништата во кои се доживува оргазам. Тие можат да укажат на неопходност од ослободување и врамнотежување на физичката енергија.

Соништата со пари можат да најават промена кај лицето. Монетите можат да најават помала, банкнотите – поголема промена.

Соништата со насочено движење укажуваат на (не)правилноста на избраниот пат. Движењето нагоре (искачување по планина, качување по скала, движење на лифт угоре и др.) означува добар/правилен пат, а движењето надолу – неправилен пат. Движењето нагоре-надолу укажува на неоправдано трошење енергија. Движењето во круг означува застој, отсуство на напредување. Движењето на десно претставува патека на интуицијата и вдахновението, а на лево - патека на интелектот и разумот.

Заклучок

Сонувањето е необична, таинствена и интересна душевна појава. Тоа е приватна творечка појава. Воопштено кажано, не се сонува туку-така, т.е. сонувањето е важно. Стана јасно дека сонувањето има повеќе намени. Некои истражувања јасно ја докажаа неговата животна неопходност. Бројот на психолошки сознанија за сонувањето од почетокот на XX век до денешно време мошне се зголеми. Но, многу нешта не се изучени и разјаснети, т.е. психологијата на сонувањето не успеа да одговори на важни прашања за сонувањето.

Литература

- Конески, Б. (2002). *Собрана лирика во тире книги, 1, 2, 3*. Скопје: Табернакул.
- Налчаджан, А.А. (2004). *Ночная жизнь (личности в своих сновидениях)*. Санкт-Петербург: Питер.
- Ревонсуо, А. (2013). *Психологија сознанија*. Санкт-Петербург: Питер.
- Чугунов, В. (ред.) (2002). *Эзетика снов*. Москва: Эксмо.
- Barrett, D., & McNamara, P. (Eds.) (2007). *The new science of dreaming*. Westport: Praeger.
- Coren, S. (1996). *Sleep thieves*. New York: Free press.
- Dement, W.C. (2000). *The promise of sleep*. London: MacMillan.
- Frith, C. (2007). *Making up the mind*. Malden: Blackwell.
- Frojd, S. (1970). *Odabrana dela, I-VIII*. Novi Sad: Matica srpska.
- Hall, J.A. (1983). *Jungian dream interpretation*. Toronto: Inner city books.
- Ivić, I. (2015). *Čovek kao animal symbolicum, 3 izd.* Beograd: Zavod za udžbenike.
- Johnson, R.A. (2009). *Inner work. Using dreams and active imagination for personal growth*. New York: Harper and Row.
- Jung, K.G. (1984). *Odabrana dela, I-V*. Novi Sad: Matica srpska.
- Jung, K.G. (1989). *Sećanja, snovi, razmišljanja*. Budva: Mediteran.
- Nastović, I. (2008). *Psihologija snova i njihovo tumačenje, V izd.* Novi Sad: Prometej.
- Žuve, M. (1997). *Spavanje i snevanje*. Beograd: Paideia.

DREAMING

Blagoja Janakov

Abstract

The text is a short review of the contemporary state of the psychology of dreaming. Dreaming is very different from the awake state. It is a more basic, more primitive and more authentic mental functioning than the awake functioning; in dreaming rationality is mainly absent, therefore feelings are more strongly presented. Dreaming is a creative private phenomenon. Many dreams are odd and unlike the reality, but they are related to reality. Subjective possible things are represented in dreams. Dreams are more unpleasant than pleasant; more often represent dangerous or difficult situations and problems. Some dreams present a step toward the diversity of the dreamer, i.e. in them possible states and changes of the dreamer and his/hers living context are presented. In dreams many people and other creatures are presented. Figures in dreams are various, but the main one is the dreamer him/herself. Some dreams are important. Dreaming has several purposes. We do not dream in vain; dreams have meaning and can be interpreted. The paper also discusses the determination of dreams. Dreaming has an important role in the integration, changing and development of mentality/personality. Some studies have clearly confirmed the living necessity of dreaming. The last part of the paper contains an interpretation of some types of dreams (according to R. Johnson): nightmares, disasters, death, blood, running from something/someone, indecent dreams, erotic dreams, dreams about money, etc.

Keywords: *dream/dreaming, characteristics of dreaming, purposes of dreaming, meaning and interpretation of dreams*