

Quin és el paràsit més resistent? Un bacteri? Un virus? Una tènica intestinal? Una idea. Una idea és com un virus. Resistent. Altament contagiosa. Una vegada que una idea s'ha apoderat del cervell és gairebé impossible eradicar-la. La més petita llavor d'una idea pot créixer. Pot créixer per definir-te o destruir-te. Un simple i petit pensament que ho canvia tot.

Dom Cobb

ÍNDEX

Pàgina

1- Introducció.....	7
2- Sigismund Schlomo Freud.....	8
2.1- Biografia.....	8
2.2- La seva obra.....	12
3- Els somnis.....	15
3.1- Què és un somni?.....	15
3.1.1- Característiques dels somnis.....	17
3.1.2- La consciència i els diferents estats.....	18
3.2- Elements del somni.....	18
3.3- Tipus de somnis.....	20
4- Qüestions relatives als somnis.....	22
4.1- Quina relació hi ha entre els somnis i la consciència?.....	22
4.2- Per què oblidem els somnis?.....	22
4.3- Perquè creiem que els somnis són reals mentre somiem?.....	23
5- La interpretació dels somnis.....	24
5.1- Orígens de la interpretació.....	24
5.2- La interpretació.....	26
6- Influència de l'entorn en els somnis.....	29
6.1- Comentari global.....	45
7- La interpretació de somnis en diferents cultures.....	47
8- Conclusions.....	49
9- Bibliografia i webgrafia.....	51
10- Annexos.....	53
I- Taules de valors	
II- Article: <i>Statistic of dreams</i>	
III- Enquestes	
IV- Entrevista a Cristóbal Castillo	
11- Agraïments	

1-. INTRODUCCIÓ.

Jo sóc la Júlia Serra, una alumna de primer del batxillerat científic de l'IES Bosc de la Coma. En finalitzar aquest curs i el següent, si m'és possible, m'agradaria cursar medicina. Aquest treball però, està més relacionat amb la psicologia i l'he escollit perquè és un àmbit que també m'interessa molt i, per les ponderacions de les PAU pel grau que vull escollir, no podia cursar aquesta matèria. Així doncs, en aquest treball tractaré el tema de la interpretació de somnis freudiana, un tema del qual no en tinc gaire informació, que sempre m'ha atret i que, ara que tinc la oportunitat d'informar-me'n, he pensat: "I per què no?".

Per fer-ho, ja que és un tema molt ampli, començaré amb una biografia de l'autor i esmentant tots els temes que va tractar durant la seva vida. Seguidament, traient la informació del llibre *La interpretación de los sueños* d'en Sigmund Freud, basaré el meu treball en preguntes com: "Què és un somni? I la seva interpretació? Quin mètode segueix? Quina finalitat té?" i, a mesura que vagi avançant en el treball suposo que ja aniran apareixent noves preguntes que intentaré respondre adequadament.

Un cop acabada aquesta part del treball, passaré a la part pràctica, a fer recerca. He trobat uns estudis estadístics sobre diferent tipus de somnis i les freqüències en les quals els té la gent i, com que es van fer farà uns 100 anys, m'agradaria repetir-los i comprovar si les dades es mantenen o no i el per què. Ho faré demanant a diferents grups d'edat i de diferents zones i estils de vida i, si és possible, trobar-hi alguna relació. Una altra tasca que m'agradaria realitzar és la d'entrevistar a persones enteses en el tema, preferiblement de diferents cultures per a poder obtenir més informació sobre aquest tema i, si els resultats obtinguts fossin gaire diferents, intentaria trobar-hi alguna relació.

Finalment, trauré les meves pròpies conclusions sobre tot el procés del treball i els resultats obtinguts. A part d'això, també espero aprendre sobre la matèria i gaudir al màxim d'aquesta experiència.

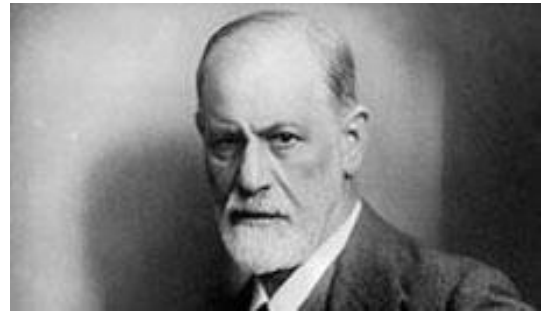
2-. SIGISMUND SCHLOMO FREUD.

2.1-.Biografia.

Sigismund Schlomo Freud va néixer el 6 de maig de 1856 a Fyber, una petit poble de Moràvia (una de les tres parts en les quals es divideix l'actual República Txeca) dins d'un ambient antisemític.

Vivia en una casa d'una família no gaire convencional, el seu pare tenia 42 anys quan Freud va néixer, i es portava 20 anys amb la seva mare. El pare havia tingut 2 fills amb les seves dues anteriors dones que podrien ser perfectament, per edat, els pares de Sigismund. Vivien tots en una sola habitació ja que el seu pare era comerciant de llana i no es podien permetre un habitatge més luxós. La situació es va complicar quan va néixer el seu germà que va morir al cap de 6 mesos. Aquest estil de vida i la experiència propera de la mort el va afectar i influenciar en la seva obra.

L'any 1860 es van traslladar al call jueu de Viena. Als 10 anys, ja tenia 5 germanes i un germà i era el nen preferit de la seva mare, ja que era l'únic fill que tenia una habitació per a ell sol on va desenvolupar la seva capacitat intel·lectual llegint i estudiant, cosa que comportava que fos l'alumne més destacat de la classe i que als 12 anys ja parlés 6 idiomes amb fluïdesa. Cal destacar que, als 12 anys, ja tenia l'afició de guardar una descripció detallada de cadascun dels seus somnis.



Sigismund Schlomo Freud¹



Freud i la seva família²

A l'any 1873, amb 17 anys, Freud va ingressar a la facultat de Medicina de Viena on, mentre estudiava, feia investigacions variades. Freud volia arribar a ser un investigador científic, però al ser un Jueu que vivia a Viena, no se li va permetre i es va haver de conformar amb la medicina. Es va graduar l'any 1881.

Als 25 anys es va enamorar de Martha Bernays, una amiga de la seva germana de 20 anys amb la qual va estar compromès 4 anys abans de casar-s'hi i la seva relació era principalment per correspondència perquè ella vivia a Alemanya. En aquella

1-. <http://noticias.universia.es/es/images/migracion/f/fa/fal3/fallece-sigmund-freud.jpg>

2-. http://www.psi.uba.ar/academica/carrerasdegrado/psicologia/informacion_adicional/obligatorias/freud1/imagenes/Imagenes/familiafreud.gif

època, Freud va començar a investigar els efectes terapèutics de la cocaïna ja que havia sentit que funcionava amb els soldats austríacs i, pensant que això li podria donar el prestigi que tant volia, es va precipitar recomanant-la sense saber que tenia propietats additives. La provava amb un seu amic psicòleg, Ernst von Fleischl-Marxow, el qual va morir per sobredosi quan intentava desenganxar-se de la morfina. Per acabar-ho d'adobar, un cirurgià anomenat Karl Koller va descobrir els usos de la cocaïna com a anestèsic en cirurgia ocular i va ser ell, en comptes de Freud, qui es va fer famós.

L'any 1885 Freud era un metge intern de l'hospital de Viena que es va especialitzar en el camp de les malalties nervioses perquè sabia que no hi havia gaires especialistes en aquell camp i ell encara buscava la fama. Es pot dir que era un camp tant desconegut que als pacients, per curar-los se'ls feia rodar en una cadira i se'ls tirava aigua freda perquè acabessin ben marejats i, a més, se'ls obligava a portar cadenes. Es creia que aquests pacients estaven malalts com a conseqüència d'un mal nerviós o una lesió cerebral. Freud va mantenir la mateixa idea fins que va anar a París a estudiar amb Charcot, un psicòleg francès que practicava l'hipnotisme amb els seus pacients, i això el va portar a investigar sobre el perquè del funcionament d'aquest fet ja que, segons Charcot, les malalties poden ser induïdes per ideals en un estat hipnòtic i produir un símptoma psíquic, és a dir, que creia en la possibilitat de l'existència d'un lloc en la ment del qual no se'n coneixien l'existència però que ens condiciona varis aspectes. Ell l'anomenava la **segona ment**.

A l'abril del 1886 Freud es va casar amb Martha, amb la qual tindria sis fills en vuit anys. També



*Anna O.*³

va obrir la seva pròpia consulta a Viena, una sola habitació amb un canapè que el permetia posar els seus pacients en estat hipnòtic i així poder continuar amb les seves investigacions. Aquest mètode no li funcionava, però tampoc li funcionava cap dels altres, així que va decidir continuar investigant. Estava consternat pel seu fracàs i un amic, Broyer, li va parlar d'una pacient, Anna O., i el seu tractament de la cura de parles (tècnica que consistia en trobar l'origen de la malaltia parlant-ne amb els pacients). Freud ho va sumar amb la hipnosi i va veure que tots els seus pacients patien una malaltia neuròtica a causa d'un trauma infantil causat per alguna experiència sexual i va creure que la histèria derivava d'un abús sexual durant la infància i, amb el temps, també va veure que podien ser simples fantasies reprimides. Més endavant, va

3-. http://1.bp.blogspot.com/_TrHYKAYl2aY/SKDFn-x3XMI/AAAAAAAAAHA/vYg3uQZkvzA/S760/ANNA_O.jpg

veure que aquests desitjos sexuals anaven dirigits cap als pares dels pacients. A la dècada del 1890 va acabar afirmant que, l'única manera possible, per la qual un home no es tornava neuròtic, era tenint relacions sexuals lliures, sense barreres.

El 23 d'octubre de 1896 va morir el seu pare i, com que sentia tant de dolor i desconcert, creia que s'havia tornat neuròtic i va decidir autoanalitzar-se.

Així, va ser la primera persona capaç d'aixecar-se les seves pròpies barreres mentals per arribar al seu inconscient i analitzar-lo. Feia poc que havia descobert que el camí cap a l'inconscient eren els somnis i per arribar a aquest camí havia desenvolupat un mètode anomenat associació lliure que consistia en relacionar tot el que li passava per la ment a una persona, sense cap mena de límit. Entre altres coses, va analitzar la seva addicció al tabac, la seva por a viatjar i



Escena d' El rei Èdip matant al seu pare i amb la seva mare al costat⁴

la seva tendència a desmaiarse en presència d'homes amb més prestigi. Al primer any d'autoanalitzar-se va estar molt deprimat com a conseqüència de treure a la llum tots els seus odis reprimits, instints assassins, fantasies d'incest... Se li va fer molt difícil creure que podia sentir desig sexual cap a la seva mare i alhora tenir ganes d'assassinar al seu pare i llavors es va plantejar què passaria si tots els nens experimentessin sentiments d'amor i odi cap als seus pares i que aquests fossin part del desenvolupament de l'ésser humà. Va anomenar **Complex d'Èdip** aquesta teoria (referint-se a l'obra d'El rei Èdip de Sòcoples). Per descomptat, aquestes teories van ser rebudes amb moltes burles.

L'autoanàlisi va continuar durant 4 anys. Tot i no poder curar totes les seves neurosis, va perdre la por a viatjar i, amb la recopilació dels seus somnis va escriure la seva obra més important: *La interpretació dels somnis*.

A l'any 1900, en els estudis de Freud, ja podem veure el que és la primera forma d'una nova ciència: **la psicoanàlisi**. Freud estava fent grans progressos i la volia donar a conèixer mundialment, però hi havia un problema, l'ambient antisemita en el qual s'havia desenvolupat. Els primers seguidors de Freud van ser tots jueus i es reunien els dimecres per parlar dels seus avenços, de l'autoanàlisi de Freud i dels famosos errors Freudians. Més endavant, va tenir el seu primer seguidor no-jueu, Karl Jung, un psiquiatra suís.

4-. http://t3.gstatic.com/images?q=tbn:ANd9GcSqTauPHzYQBuFJSjvV65vT-XGCzLmxIO_4oOMsB5yOjrsCkLf

A Freud el van cridar de la Universitat Clarck (Worcester, Anglaterra) l'any 1909 on aniria a fer una sèrie de conferències i rebria el doctorat *honoris causa*.

Passat un cert temps, els seus seguidors van començar a discernir amb Freud en varis punts sobre la psicoanàlisi i, com que ell volia fidelitat absoluta, va tallar la relació amb aquestes persones. Per evitar futures traïcions, va crear un comitè secret en el qual els membres duïen un anell amb una gemma grega que significava la lleialtat.

Quan va esclatar la Primera Guerra Mundial, Freud va confirmar les seves pitjors pors sobre el costat pervers de la ment i la psicologia humana. Cada dia rebia notícies de milers de morts al front i com que dos dels seus fills estaven a l'exèrcit, patia molt. De fet, va ser una època molt difícil per a ell i per a la seva família, ja que van passar molta fam i una de les seves filles es va morir per desnutrició i pneumònia.

Sis setmanes més tard, va publicar una de les seves obres més perverses: *Més enllà del principi del plaer* on argumentava sobre l'instint violent dels humans que va més enllà de la libido. En aquesta obra desenvolupà la seva teoria sobre Eros i Tànates. Tànates era l'impuls agressiu, destructiu que va definir com a propi i instintiu en els humans mentre que Eros era l'impuls amorós i constructiu.

Ja acabada la guerra, a l'any 1923, a Freud li van detectar un tumor cancerigen al paladar i li van haver de treure mitja mandíbula per combatre el tumor. Aquesta va ser la primera de les 33 operacions que li van fer en 16 anys. Com a conseqüència, havia de portar una pròtesi que es posava i treia cada dia i que l'havia de netejar, cosa que li feia un mal horrorós. Tot i això, mai va ser capaç de superar la seva addicció al tabac, però tampoc la va analitzar mai, cosa que demostra la importància que tenia per ell. Era com la satisfacció d'un instint primari: en succionar aconseguia el que volia.

A la dècada dels anys 20, Freud ja era mundialment famós per les seves proeses, l'únic que se li escapava era el pensament femení, mai va arribar a entendre'l. Va proposar la teoria de que les dones eren inferiors pel sol fet de ser dones, que desitjaven ser homes i que els envejaven, que tenien un superego defectuós. Com es pot comprovar, no tenia gaire contacte amb les dones, però

no faltaria gaire perquè la seva filla Anna, també psicoanalista, s'unís a les seves investigacions i així, secretament, la va començar a analitzar.

L'any 1923, Hitler va aconseguir el poder i, com era d'esperar, els llibres de Freud van ser dels primers que es van cremar. Ho descrivia com una psicosi portada a l'extrem i a escala massiva. En aquesta època va escriure el seu llibre anomenat *El malestar entre la cultura*. El 13 de març del 1938, Alemanya es va annexionar amb Àustria, però tot i el perill que això suposava, Freud es va negar a marxar del país. Al cap d'una setmana, la Gestapo va retenir la seva filla durant tot un dia i, finalment, el 5 de juny, Freud, Martha i Anna van sortir del país amb destí a Londres fent escala a París. Les germanes de Freud no van poder marxar i van morir en camps de concentració.



*Crema de llibres a Berlín*⁵

Un cop a Londres, a Freud se li va reproduir el càncer i va haver de ser operat dues vegades més. A mitjans de juny de 1939 el seu dolor ja era insuportable i va demanar a la seva dona i a la seva filla que no deixessin que l'operessin més, que no volia sofrir inútilment. I així, el 23 de setembre d'aquell mateix any, Freud va decidir que volia morir i va demanar al seu metge que li donés una dosi letal de morfina, amb tres injeccions va ser suficient.

2.2-. La seva obra.

Sigmund Freud és considerat el psicòleg més influent de tots els temps. No tan sols va influir en la psicologia i va ser el fundador de la psicoanàlisi, sinó que també va influir en diferents àmbits com el literari, el filosòfic, el teològic, l'ètic, l'estètic, el de les ciències polítiques, el sociològic i el psicològic popular.

Dins la seva obra, hi podem descobrir diverses etapes, on va investigar sobre les zones amagades de la ment que havien desaparegut d'un pensament conscient com odis reprimits, fantasies incestuoses, fantasies assassines... encara que les més importants són en les que va investigar sobre l'inconscient i els instints.

5-. <http://images.encydia.com/thumb/2/2b/1933-may-10-berlin-book-burning.JPG/250px-1933-may-10-berlin-book-burning.JPG>

Troblem els orígens dels seus estudis de l'inconscient, és a dir, les seves influències en Leibniz i Fechner, amb els quals està d'acord en la idea de les idees conscients i les idees inconscients (o no-estan-a-la-consciència); en Herbart, el qual accepta una localitat de la ment anomenada inconscient; en Wundt i James, psicòlegs que accepten la descripció d'inconsciència i en Eduard von Hartmann, en el qual, amb el seu llibre *La psicologia de l'inconscient* que accepta la idea de l'existència d'una localitat cerebral on es guarden les idees quan no son conscients i des d'on ens poden influenciar en la conducta sense que ens n'adonem.

Freud distingia entre tres tipologies de material inconscient, el qual, intensificant-ne l'atenció, podia passar a presentar-se com idees conscients i, per tant perceptibles:

- Preconscient: localitat on hi ha un material inconscient no reprimit i que fàcilment podria arribar a ser conscient.
- Inconscient: dipòsit de material inconscient que no té un accés fàcil a la consciència perquè està reprimit.
- Inconscient dinàmic: Part del cervell on es guarden les idees veritablement inconscients, aquelles que resulten tan inacceptables a la nostra consciència que voluntàriament les mantenim com inconscients, que ens defensem d'elles i que, per tant, hi exercim una repressió permanent que només podem debilitar amb ajuda terapèutica. Aquestes són, molt probablement, l'origen dels somnis, les neurosis, els actes fallits i les resistències a les teràpies.

En referència als instints, els definia com a quelcom innat que motiva la conducta i, en els seus estudis, va donar una èmfasi especial als instints sexuals (adults i sobretot infantils), als de la vida o la mort i als de la nutrició.

En els instints sexuals el veiem influït per la Càbala (un llibre secret Jueu) i les idees relatives al sexe de l'època victoriana (Schopenhauer i Nietzsche coincideixen amb Freud en que a l'inconscient hi ha una naturalesa animal que el satisfà de tal manera que pugui suportar les exigències de la civilització). Va ser molt criticat per la seva ideologia sexual ja que, en aquella època va comportar molts dilemes ètics i va ser titllat d'escriure pornografia i de ser una persona bruta i desagradable. Freud es basava en que les necessitats sexuals, principalment infantils, són un factor que causa la neurosi ja que els traumes que els seus pacients revelaven quan estaven sotmesos a la associació lliure reflectien seduccions que representaven les fantasies infantils de tenir relacions sexuals amb el seu pare o mare. Aquesta hipòtesi va ser especialment criticada per Cioffi, un professor de

filosofia de la universitat de Kent, el qual deia que aquesta idea era una història que Freud inculcava als seus pacients fins que “recordaven” o acceptaven, de la boca de l’analista, una seducció infantil. Freud va acabar reconeixent que altres pacients no neuròtics també havien patit seduccions, la qual cosa el va portar a la conclusió de que no era una causa de la neurosi.

3.- ELS SOMNIS.

3.1.- Què és un somni?

Definir un somni no és una cosa fàcil. Tot i que tothom sap què és, qui sap definir-ho? Doncs bé, un somni, segons el diccionari, és un procés mental que té lloc a la ment d'un subjecte mentre aquest dorm, en una zona del cervell diferent a la que s'executa mentre estem desperts; tot i això, cal destacar que aquest s'inicia just en el moment abans d'agafar el son, quan ens estem adormint. Freud ho definia més tècnicament, ell afirmava que: "és la relació que hi ha entre la repressió i la relaxació i la censura i la transacció d'idees a la ment" ⁶. Quan sentim aquesta definició segurament ens preguntarem què és la censura. Per entendre-ho millor ens imaginarem la ment com a una capsa amb dos compartiments: el primer és l'inconscient i, el segon, la consciència. Entremig dels dos, hi ha una porta la qual s'entreobre quan somiem. Per tant, ja no podem separar ben bé aquests dos espais, sinó que, totes les idees que estan guardades dins del primer poden passar al segon, tot i així, amb certa dificultat. Aquesta dificultat és el que anomenem repressió o censura i, un cop desperts, la porta es torna a tancar completament.



Si ens centrem en una definició més biològica, sabem que per viure tothom necessita dormir. Així, podríem dir que el somni és el **protector de la son**, que és allò que ens permet dormir ignorant tots els factors externs que ens inciten a fer altres coses. Per explicar-ho millor, exposaré tres exemples que ho mostren clarament: en els infants, podem diferenciar entre els moguts i els centrats. Suposem que dos nens, un mogut i l'altre centrat, somien el mateix: que estan a la seva habitació i veuen la seva nina preferida en una estanteria molt alta i que no hi poden arribar. El mogut es desperta a mitja nit cridant "vull la nina!" i, el centrat, en canvi, continuarà dormint i somiarà que ha aconseguit la nina, que s'ha complert el seu desig i creu que és real ja que no sap diferenciar entre somni i realitat aconseguint allargar el son. En el cas dels adults, en canvi, com que

6-. Extret del llibre *La interpretació dels somnis* de Sigmund Freud.

sabem diferenciar la realitat de la fantasia i tenim la consciència molt més desenvolupada, estem més al cas de trobar aquesta diferència quan dormim i, per tant, és molt més fàcil que ens despertem amb qualsevol factor extern. El que fa el somni és intentar treure a la llum les nostres idees reprimides de tal manera que, la censura hagi d'actuar ocupant, alhora, la vigilància permanent de la consciència. Si l'estímul exterior és molt fort, el subconscient intenta treure idees reprimides que es puguin relacionar amb aquest fent creure al subjecte que formen part del somni. No cal dir que no estem completament aïllats d'aquests estímuls ja que, si no fos així, no ens despertaríem, però sí cal destacar que n'hi ha que són més eficients que d'altres, com per exemple que xiuxiuegin el nostre nom. També és cert que hi ha persones que necessiten certs estímuls per dormir, com un llum obert o un petit soroll repetitiu que de tant sentir-lo ja ni ens n'adonem però que si desaparegués el trobaríem a faltar, és a dir, que si algun estímul així desapareix, també ens despertem fàcilment. Podem diferenciar quatre tipus d'estímuls:

- D'excitació sensorial externa (objectius): Són tots aquells que podem captar gràcies als nostres sentits i, en el somni se'ns presenten de manera exagerada. *Ex: Si quan dormim ens fan pessigolles amb una ploma, somiem que ens torturen sense pietat.*

- D'excitació sensorial interna (subjectius): Són les formes de qualsevol objecte que veiem abans de cloure els ulls i, quan ho fem, encara les podem veure. Aquestes, poden perdurar en els somnis, encara que acostumen a mostrar-se'ns com a grups d'animals que es mouen ràpid o com a un conjunt d'objectes o formes petites que ens costa desxifrar què són. També poden ser sons, encara que aquests no són tant habituals. *Ex: Ens adormim mirant un armari amb un estampat de línies paral·leles horitzontals i somiem que llegim una pàgina d'un llibre amb unes lletres molt petites i que ens són difícils de comprendre.*

- Somàtics interns (orgànics): Són les senyals que produeixen els nostres òrgans interns o els nostres braços i cames quan no estan en el la seva posició habitual, que en el somni els veiem magnificats i que, per tant, podem percebre. Per això antigament els somnis s'utilitzaven també com a diagnosi en l'àmbit mèdic. *Ex: Si tenim problemes respiratoris podem somiar que ens asfixiem, que estem enmig de molta gent i ens aixafen, que correm escapant-nos d'algun perill i que no ens queda alè... i, si és el cas dels braços o cames podem somiar que estem amb la mateixa posició estranya en la qual dormim, que no podem fer cap altre moviment que no sigui posar-nos en aquella posició, que una tercera persona està igual...*

- Fonts d'estímul psíquiques: Són les que més en dubte estan considerades com a fonts oníriques, Freud fins i tot afirma que més d'un autor intenta evitar-les alhora d'analitzar els somnis. Això és degut al fet que contradiuen el que està establert com a regles generals dels somnis; si aquestes fonts realment existeixen, vol dir que la vida desperta està relacionada amb els somnis, que el que ens ocupa la ment durant el dia també se'ns representa en forma de somni i, per tant, els somnis ja no ens intenten evadir de la realitat.

3.1.1-. Característiques dels somnis:

- El son és un estat en el qual s'adopta una postura determinada i la persona no es mou gaire i no respon a gaires estímuls, és cíclic (es produeix cada 24 hores) i té una durada de diverses hores. Durant aquest cicle, la activitat cerebral canvia, el pols s'accelera, la pressió sanguínia i la respiració es fan irregulars i desapareix el to muscular i tot això es pot veure clarament diferenciat en quatre fases que són les següents:

- Pas de la vigília al son (primera fase): El pols disminueix, es relaxen els músculs i la respiració és irregular. Si ens despertem en aquesta fase, creiem que no ens hem arribat a adormir.
- Son lleuger (segona fase): Baixa la temperatura corporal.
- Son profund (tercera fase): No hi ha REM (sigles en anglès –*Rapid Eye Movement*- de moviments oculars ràpids) i els músculs continuen relaxats.
- Son més profund (quarta fase): Té una durada d'una hora i, passada aquesta, es retorna a la tercera, després a la segona i finalment a la primera fase. És molt difícil despertar-nos en aquesta fase i, si passa, ens sentim desorientats. També cal dir que és la fase on podem parlar adormits i on podem sofrir somnambulisme.

Durant la nit es poden produir de quatre a sis d'aquests cicles que tenen una durada aproximada de noranta minuts.

- A diferència del pensament despert, els somnis funcionen principalment en imatges i sons (els elements dels altres sentits no els trobem tan freqüentment), sense pensament verbalitzat, com si estiguéssim al·lucinant. *Ex: D'una melodia que recordem, el somni en pot fer una imatge.*

- Per relacionar fragments de somnis, no es sap ben bé si les activitats anímiques queden reduïdes al mínim o si tenen un gran potencial, però sí que es sap que són indispensables. Això es sap perquè els somnis són incoherents, uneixen sense esforç grans contradiccions, afirmen coses impossibles, prescindeixen de tots els nostres coneixements i se'ns mostren sense cap mena de sensibilitat ètica ni moral (això no es creu que sigui del tot cert ja que, com que els somnis compleixen els nostre

desitjos, ja estan sotmesos a una part moral de la nostra ment). Una altra teoria completament oposada a això, és la que afirma que els fragments de somnis s'uneixen per associació lliure.

3.1.2.- La consciència i els diferents estats:

Crec que per entendre bé la definició de somni cal saber amb què comparar-lo i, per tant, definiré què és la consciència, que seria l'estat contrari a aquest. La consciència és l'aptitud per a comprendre, valorar o reflexionar sobre un fet, una persona o una cosa determinada, és a dir, la nostra subjectivitat sobre la idea de món i que està acompanyada per les nostres accions i emocions. Aquesta, la podem trobar en diferents estats, tot depèn de la situació en la que ens trobem. Aquests estats són:

- Vigilància excessiva (primer nivell): Vigilància i concentració extremes, estem preparats per viure emocions molt intenses i no podem controlar ben bé la conducta.
 - Vigilància atenta (segon nivell): Pensem intensament i seleccionem els estímuls ambientals als que volem fer cas.
 - Estat relaxat (tercer nivell): La nostra atenció no està focalitzada en res en concret, amb els estímuls produïm associacions lliures i no sabem amb exactitud què ens envolta.
 - Somieig (quart nivell): Desconnectem de l'entorn i dels seus estímuls i juguem amb la fantasia.
 - Son lleuger (cinquè nivell): La imaginació auditiva i visual és intensa, ja no sabem què ens envolta.
 - Son profund (sisè nivell): Ja no percebem gairebé cap estímulo extern i no ens és possible recordar res per voluntat pròpia.
 - Estat de coma (setè nivell): No podem percebre cap estímulo i, per tant, no podem despertar. Perdem la capacitat motora i l'ús del llenguatge. Normalment és causat, com per tots és sabut, per algun accident de trànsit, algun agent tòxic, atacs epilèptics, traumes cerebrals, etc.
- Si tenim fatiga, meditem, entrem en hipnosi o consumim drogues, entrem en un estat diferent que no és comparable amb cap dels anteriors.

3.2.- Elements del somni.

El somni, tal i com el coneixem, està constituït per més d'un element independent dels altres, aquests elements són:

- La memòria: Tots sabem que el somni està format a partir de coses que hem percebut amb els nostres sentits, encara que no tothom sap que els somnis no tenen capacitat creativa. Per tant,

quan en un somni entrem en un lloc completament desconegut és perquè hi hem estat molt abans i no ho recordem, principalment són paisatges de la infància. Una altra peculiaritat és que en el somni tothom és comporta com a hipermnèsic (per entendre'ns, és el contrari d'amnèsic, és a dir, ho recordem absolutament tot), podem trobar-hi qualsevol coneixement que tinguem, per inconscient que sigui. La última cosa que cal destacar de la memòria és que incideix en el somni amb els detalls més insignificants de la vida desperta.

- La condensació (*Verdichtung*⁷): És el que mescla persones, objectes, impressions, emocions, continguts i situacions utilitzant l'analogia entre elles i creant-ne de noves de tal manera que en la psicoanàlisi, per cada element del somni que analitzem, trobem varis elements de la vida real amb què associar-lo. Aquesta, a part de barrejar elements també fa que els que són contraris es destrueixin entre ells donant lloc a coses incomprensibles o a absurds. Per fer l'anàlisi correctament, cal que no agafem els elements de la vida real per separat, sino que cal que els fusionem i que intentem trobar el sentit que tenen junts.

L'exemple més clar de la condensació són les persones que apareixen en un somni, podem no conèixer-les de res però tenen trets físics característics d'altres persones que coneixem.

- Desplaçament del somni (*Traumverschiebung*⁷): Aquest element es troba en el somnis més estranys i sense sentit donant importància als elements insignificants de la vida. S'encarrega d'amagar la relació que hi ha entre el contingut manifest i les idees latents. És una de les maneres que tenen els pensaments reprimits de fer-se conscients.

- Condensació i desplaçaments: No apareix un element resultant de barrejar-los, sinó que en sorgeix un de completament nou però que resulta de la barreja dels seus noms. (Ex: Tenim llibre i tetera i sorgeix llitera).

- Regressió: Procés que, uneix la condensació, el desplaçament i una fragmentació formant superfícies i situacions. També trenca els llaços lògics que hi ha entre els elements creant el somni tal i com el coneixem, com a un conjunt d'imatges. Tot i això, deixa establerta la connexió espai-temps entre els diferents elements per poder-los relacionar.

- Activitat psíquica: Actua un cop les idees oníriques ja estan formades ordenant-les per formar el somni i intentant fer-lo comprensible.

- Deformació: Element que dóna incoherència a un somni per tal d'amagar pensaments reprimits que poden ser estranys o, fins i tot, desagradables.

- Relació causal: Pot ser que quedi representada com a una successió de diferents somnis fent que

7-. Paraula en alemany amb la qual Freud denominava l'element.

el primer sigui la conseqüència i el segon la causa, com a un objecte es transformi en un altre o que, simplement, no aparegui.

- Alternativa (un o l'altre): És molt important tenir clar que en un somni no existeix, que poden ser dues imatges oposades però que a la interpretació s'han d'agafar com a conjunt (un i l'altre).

- Oposició entre dues idees: Quan dormim tenim varis somnis. Aquest element es veu representat en el fet que el segon somni, un cop interpretat, té el significat oposat al primer. També el podem trobar com al fet de que no ens podem moure lliurement, mostrant-nos així que hi ha un conflicte de voluntat. *Ex: Quan somiem ens trobem en una cruïlla, hi ha dos camins possibles, un a la dreta i un a l'esquerra, creiem que el millor camí és el de l'esquerra però quan ens decidim a avançar, els nostres peus ens porten cap al camí de la dreta.*

3.3-. Tipus de somnis.

Segons com reaccioni el pacient després de la teràpia, podem diferenciar tres tipus de somnis:

- Tenen sentit i són comprensibles: Són somnis molt curts i no són estranys perquè són la realització dels nostres desitjos, no criden l'atenció, en el somni ens passa el mateix que ens passa en un dia quotidià. *Ex: Estem en un bar amb els nostres amics prenent el cafè.*

- Són coherents però no els entenem: Són aquells en els quals somiem una cosa que podria ocórrer, però que en la vida real no hi ha els factors que ho condicionen, quan ens despertem solem estar anguiats o, fins i tot, atemorits. També expressen desitjos, encara que expressen els que estan reprimits. *Ex: Somiem que se'ns mor un parent de lepra però aquest està perfectament sa (en aquest cas, pot ser que el que volem no sigui que es mori el parent, sinó retrobar-nos amb algú amb qui només ens retrobaríem en aquesta situació, això sí, tindríem un altre somni on ho poguéssim relacionar).*

- No tenen sentit ni els entenem: Són els incoherents i absurds, formats principalment per oposicions entre idees, somnis que expressen la realització de desitjos oprimits per la consciència amagant-los en un conjunt d'imatges sense sentit, la interpretació és necessària per descobrir-ho. La creença popular els anomena premonitoris, però en realitat són un futur alternatiu creat per nosaltres mateixos; potser estem en un lloc o vivint alguna cosa que ens agradaria que hagués passat però que no ha estat així i el somni és una realitat alternativa a la experimentada. *Ex: Havíem*

d'anar a la platja però ha plogut i no hi hem pogut anar. Quan estem dormint, somiem que ens banyem i que hi fa molta calor.

Aquests dos últims tipus són els que ens fan reflexionar fins que hi trobem un significat ideològic i coherent encara que ens és molt difícil arribar a una conclusió satisfactòria ja que la incoherència i la confusió que provoca el somni pot ser la expressió de la dificultat per expressar les idees o emocions personals. Aquests són els anomenats somnis infantils perquè són els més freqüents durant la infància i expressen desitjos estimulats o ambicions no complertes normalment al mateix dia, com una mena de caprici infantil. *Ex: Estem al supermercat i veiem uns préssecs que semblen molt sucosos i ens venen ganes de menjar-nos-en un, quan l'agafem i el tenim a prop de la boca ens despertem. Quan despertem diem: "Ostres! Vull menjar un préssec".*

4-. QÜESTIONS RELATIVES ALS SOMNIS.

4.1-. Quina relació hi ha entre els somnis i la consciència?

Si partim del fet que per consciència s'entén la vida desperta, podem distingir dos punts de vista diferents en els quals Freud és imparcial: el primer, el qual està recolzat pel fisiòleg Burdach ⁸, J.G. Fichte ⁹ i L. Strümpbell ¹⁰, afirma que no hi ha cap mena de relació, entre els somnis i la consciència. Els somnis són simplement una forma d'evadir-nos de la realitat agafant-ne petits fragments; i, el segon, recolzat per Haffner ¹¹ i Weygandt ¹², diu que els somnis continuen la vida desperta, és a dir, agafen per escenari el que la persona ha viscut aquell mateix dia. Hildebrandt ¹³ uneix aquests dos punts de vista afirmant que "Per estrany que sigui el que ens ofereix el somni, ell mateix ha agafat els materials de la realitat i de la vida espiritual que la envolta... Per peculiars que siguin les seves formacions, no poden fer-se independents de la vida real, i totes les seves relacions, tant les sublimes com les ridícules, sempre han d'agafar el seu tema fonamental d'allò que en el món sensorial ha aparegut davant dels nostres ulls o ha trobat en una forma, o en una altra, un lloc al nostre pensament despert; d'allò que ja hem viscut abans exterior o interiorment".

4.2-. Per què oblidem els somnis?

La memòria, quan la utilitzem per recordar un somni, funciona igual que si fos per recordar un fet de la vida desperta, per tant, podem comprovar que: el record es va esfumant amb el pas del temps fins a quedar en forma de petits fragments sense connexió, que no recordem res o que recordem el somni molt bé. Això es deu a la importància que té per a nosaltres el que passa en el somni, a la constància o repetició dels fets (com més es repeteixi, més possibilitats tenim de recordar-ho), al seu ordre i sentit (per molt que hi hagi somnis que siguin incoherents, sempre ens és més fàcil recordar les coses ordenadament), i a la importància que li donem al fet de somiar (com més n'hi donem, més possibilitats hi ha de recordar un somni). També hi ha una altra manera de recordar-lo encara que és deguda a la casualitat, és el fet de poder relacionar un objecte amb el somni.

Sobre el fet d'oblidar-lo, hi ha autors, com Freud, que afirmen que és obra de la censura, que fa que quan ens despertem, oblidem el somni impedint així que les idees reprimides de la nostra ment arribin a la consciència. Altres autors, com Strümpell, afirmen també que pot ser degut al fet de despertar-se, com si la vida desperta i el món dels somnis fessin servir un llenguatge diferent.

8-. Fisiòleg alemany.

9-. Filòsof alemany.

10-. Neuròleg alemany.

11-. Periodista, escriptor i historiador alemany.

12-. Professor de literatura, historiador i biògraf alemany.

13-. Teòleg luterà que va viure un temps a Alemanya.

L'última cosa que cal destacar és que hi ha autors com Strümpell, Jessen ¹⁴, V. Egger ¹⁵ o Spitta ¹⁶ que posen en dubte si realment recordem el somni o si són invencions de la nostra ment, és a dir, potser sí que recordem parts d'aquest però... com les ajuntem? Pot ser que inventem els buits per donar-los un sentit?

4.3-. Per què creiem que els somnis són reals mentre somiem?

Per a tots aquells que han estudiat el somni (psicòlegs, científics, historiadors i teòlegs esmentats anteriorment), aquest fet és un complet misteri, és una qüestió no resolta. Tot i que no se'n sap massa res, hi ha dues corrents de pensament diferents les quals tenen una hipòtesi sobre el per què d'aquest fenomen: la primera, afirma que creiem que els somnis són reals perquè, quan somiem no tenim amb què compararlos i, l'altra, amb una minoria de pensadors entre els quals està Delboeuf, afirma que el que ens fa saber que els somnis no són reals és que quan somiem no pensem, només experimentem i, per tant, només ens n'adonem de que estàvem somiant quan ens despertem.

14-. Botànic, palinòleg i geòleg danès.

15-. Botànic danès.

16-. Historiador musical alemany.

5-. LA INTERPRETACIÓ DELS SOMNIS.

5.1-.Orígens de la interpretació.

La necessitat d'interpretar els somnis va sorgir quan els clàssics creien que els podien separar en dos tipus: vertaders i valuosos, que ens mostren el futur o són senyals d'advertència, i els enganyosos, que porten l'home a la seva pròpia perdició i que, per tant, n'havien de comprendre el contingut. Fins al segle XVI, era quelcom corrent en la vida dels homes, veien els somnis com a senyals divines o demoníaqes que definien el seu destí. Podem distingir diversos punts de vista segons les diferents cultures: els grecs i els romans els donaven gran importància en l'àmbit militar; els egipcis, beneïen als que tenien somnis vívids i als que els sabien interpretar donant-los un tracte especial; els grecs i els xinesos els utilitzaven en l'àmbit mèdic per diagnosticar les malalties del pacient ja que aquests exageren els estímuls externs percebuts durant el dia i decidir com havien d'actuar i les tribus indígenes americanes veien els somnis com a una manera de visitar i parlar amb els avantpassats i on se'ls indicava el seu paper a la vida. Altres cultures, com la xinesa, els malai i alguna europea, creien que el món oníric era un món a part on l'ànima hi anava cada nit i en retornava, per això alguns no confien en despertar bruscament, per por a que l'ànima no pugui retornar i avui en dia encara no utilitzen despertadors, d'altres s'asseguren de que els nens dormin amb la boca tancada i lluny d'on s'ha mort algú i d'altres desfiguraven les cares dels seus enemics mentre dormien per tal de que l'ànima no els reconegués. Podem trobar exemples d'aquestes interpretacions a la bíblia, com per exemple la interpretació que va fer Josep al Faraó ¹⁷:

[...] Llavors el faraó va manar que anessin a buscar Josep, i el van treure corrents de la presó. Josep es va afaitar, es canvià de roba i es presentà al faraó. Aquest li digué:

- He tingut un somni, i ningú no el sap interpretar. Però he sentit a dir que tu, quan t'expliquen un somni, ets capaç d'interpretar-lo.

Josep respongué al faraó:

- No sóc jo, sinó Déu, qui donarà al faraó la interpretació adient.

El faraó va explicar a Josep:

- Somiava que em trobava a la vora del Nil. Vaig veure sortir del riu set vaques grasses i boniques, que anaven pasturant entre els joncs. Darrere d'elles en van sortir unes altres set, escarransides,



*Josep interpreta el somni al Faraó*¹⁸

17-. <http://www.biblija.net/biblija.cgi?m=Gn+41&id24=1&pos=0&set=15&l=ca>

18-. <http://www.tubiblia.net/jose-interpreta-el-sueno-de-faraon/63>

lletges i magres: enlloc d'Egipte no n'he vistes mai de tan lletges. Les vaques magres i lletges es van menjar les set vaques grasses que abans havien sortit del riu. Quan ja les tenien dintre, no es notava que les haguessin engolides: continuaven tan escarransides com abans. En aquest moment m'he despertat. Després he tingut un altre somni: veia sortir set espigues d'una mateixa tija, grosses i plenes. Darrere d'elles en naixien unes altres set, buides, esquifides i cremades pel vent del desert. Les espigues esquifides van engolir les set espigues grosses. He contat aquests somnis als endevins, i cap d'ells no me'ls ha sabut interpretar.

Josep va dir al faraó:

- Tots dos somnis tenen un sol sentit: Déu anuncia al faraó el que està a punt de fer. Les set vaques i les set espigues boniques representen set anys. Es tracta, doncs, d'un únic somni amb un sol sentit. Tant les set vaques miserables i lletges que sortien darrere les altres, com les set espigues escarransides i cremades pel vent del desert, representen set anys de fam. Això és el que jo havia de dir al faraó: Déu mostra al faraó el que està a punt de fer. Els set anys vinents seran d'una gran abundància en tot Egipte. Després seguiran set anys de fam que esborraran a Egipte el record de l'abundància dels set anys precedents, perquè la fam consumirà tot el país. Serà tan aclaparadora, aquesta fam, que ningú no sabrà què és l'abundància. El fet que el somni del faraó s'hagi repetit dues vegades vol dir que Déu ja ho té decidit i no trigarà a complir-ho. Ara, doncs, que el faraó busqui un home intel·ligent i assenyat i que li doni autoritat sobre el país d'Egipte. Que nomeni també inspectors per tot el país, encarregats de recaptar la cinquena part de les collites durant els set anys d'abundància. Que apleguin tots els queviures de les anyades bones que vénen i que emmagatzemin les provisions de blat a les ciutats, sota el control del faraó. Aquestes provisions serviran després de reserva per al país d'Egipte durant els set anys de fam que han de venir. Així el país no morirà de fam.

Amb el pas dels anys, tot això es va anar perdent i els somnis s'observaven de manera diferent, com a conseqüències d'atacs d'ansietat o d'indigestions. Però, al segle XIX, gràcies a Freud, van recobrar importància i es van convertir en objecte d'estudi per part d'una branca de la ciència que avui en dia anomenem psicologia.

5.2.-La interpretació.

Quan els somnis van passar a ser un dels focus d'observació dels científics i dels filòsofs i aquests van observar els mètodes d'interpretació popular ja que no en van descobrir de nous, es va concloure que la interpretació de somnis era un mite, una cosa completament irrealitzable i fictícia. Aquests mètodes, encara utilitzats per alguns avui en dia, són:

- Interpretació simbòlica: Agafa el contingut del somni com a un conjunt i el substitueix per un altre de comprensible; sense seguir normes, cada interpretador es guia per la seva intuïció. Evidentment, aquest mètode no funciona sempre ja que només falta trobar un somni incoherent o un que, a més a més, tampoc tingui sentit per no poder donar-li un altre significat. Normalment dóna resultats de previsions futuristes.

- Interpretació desxifradora: Agafa el contingut del somni separadament i creu que cada element simbolitza una cosa concreta, establerta anteriorment. El significat de cada element el podem trobar en els coneguts diccionaris de la interpretació. Finalment, només queda ajuntar els diferents significats per donar coherència al somni. Trobem una variant d'aquest mètode en el llibre *La interpretació dels somnis* d'Artemidoro de Daldis ¹⁹ que, a més de fer aquesta substitució tant mecànica, també dóna diferents significats a un mateix element segons la personalitat i l'estil de vida que porta la persona analitzada.

Freud, però, mentre psicoanalitzava els seus pacients amb fòbies histèriques o representacions obsessives va veure que molt sovint li explicaven els seus somnis i veia que, amb el mètode de l'associació lliure, aconseguia arribar a la idea patològica. Així doncs, la interpretació dels somnis, segons Freud, és un procediment basat en el mètode psicoterapèutic per eliminar fòbies, obsessions i deliris que busca l'explicació d'aquests a partir de la relació que tenen amb la vida real, les emocions que causen, la falta de relació amb el que representen i la seva brevetat. El seu funcionament és el mateix que el de la psicoteràpia: primer es divideix el somni en elements i després es busca què els enllaça demanant al pacient que expliqui tot el que li passi pel cap al metge. El problema, però, està en el fet que el pacient destriï quines idees són insensates de les que poden ser rellevants ja que aquestes no són les que se'ns passen pel cap sense cap motiu, sinó que també són les que, per vergonya, en un altre moment van estar fetes inconscients; de fet, són la base de tot el tema que estem tractant. Normalment, el fet d'estar estirat o en una posició de repòs, amb els ulls tancats i completament relaxat, ajuda a no destriar idees, a ser més objectiu (Freud

19-. Interpretador dels somnis que tenia finalitats científiques i didàctiques de l'antiga Grècia

compara la activitat psíquica d'aquesta postura amb la de l'adormiment, com un primer pas a la porta del subconscient). Cal destacar que la interpretació no ha de ser tota simbòlica ja que, a part de que a vegades el contingut manifest no amaga res, de que el seu significat és el que és, cada individu pot crear símbols nous i, per tant, són fàcilment mal interpretables. Aquesta tècnica, sí que ens pot ser útil alhora d'interpretar un somni quan queden parts del somni a l'aire ja que, d'aquesta manera, podem trobar alguna nova connexió. En els únics somnis en els quals ens hi podríem recolzar són en els somnis repetitius però, com ja he dit, no ens en podem refiar completament.

A continuació mostraré un exemple clar segons Freud en el llibre *La interpretació dels somnis* del mètode que segueix la interpretació:

- *Somni (de S. Freud): Vàries persones menjant juntes. Reunió de convidats o taula rodona... La senyora E.L. es troba asseguda al meu costat, i col·loca amb tota la confiança una de les seves mans sobre el meu genoll. Jo aparto la seva mà de mi, rebutjant-la. Llavors ella diu: "Ha tingut vostè sempre tan bells ulls!...". En aquest punt, veig vagament quelcom com dos ulls dibuixats o el contorn dels vidres d'unes ulleres...*

- *Interpretació (feta per S. Freud): La senyora E.L. és una amiga meva que fa molt temps que no veig i per la qual no sento res més que amistat.*

Primer element: Reunió de convidats o taula rodona. Em recorda un fet que va succeir ahir a la tarda: vaig marxar en companyia d'un amic i vam agafar el taxi per tornar a casa. No m'agraden els cotxes amb taxímetre perquè et fan tornar avar i egoista quan et van recordant, cada vegada que els mires, el que deus. També em recorda un fet que va tenir lloc dues setmanes abans, quan vam anar amb la Martha a un balneari i es va fer amiga d'una parella que s'asseia al costat no fent-me gaire cas a mi.

Segon element: El comportament de la senyora E.L.. Es contraposa amb el comportament de la meva dona al balneari. Aquesta senyora és filla d'un home al qui li devia diners.

Tercer element: La frase: "Ha tingut vostè sempre tan bells ulls!...". Em recorda a l'expressió que algú faci quelcom pels seus bells ulls que s'usa quan un espera que un altre cuidi del seu profit sense que en tregui cap avantatge, per tant, no significa altre cosa que "Vostè ha aconseguit sempre dels altres tot el que ha volgut". Naturalment a la meua vida ha passat el contrari, tot i això, ahir em va fer la impressió que he tingut sort del cotxe en el qual vaig tornar a casa amb el meu amic, i la casa on ens vam reunir.

No obstant, l'amic de la casa on ens vam reunir ahir sí que m'ha fet considerar vàries vegades en

deute de gratitud amb ell. Fa poc vaig deixar passar una oportunitat de pagar-li els seus favors. De part meua només ha rebut un regal: una copa antiga amb ulls pintats al voltant. Aquestes copes s'anomenen occhiale i es creia que refusaven les mirades assassines. El meu amic, a més, és oculista i aquella tarda li vaig preguntar per una pacient a la que havia enviat a la seva consulta perquè li gradués la vista i li indiqués les ulleres que havia de portar.

Observem que gairebé tenim tots els elements del somni en el seu nou context, però ens podríem preguntar per què el plat que menjava al somni eren espinacs. Potser és perquè tinc un record familiar no gaire llunyà on el meu fill es negava a menjar-ne. Quan jo era petit tampoc m'agradaven però, amb el temps, s'han arribat a convertir en el meu menjar preferit. Aquest fet relaciona la meua infància amb la del meu fill. Fem una pausa i mirem quins són els resultats obtinguts a l'anàlisi: he arribat a una sèrie de pensaments i records en els que haig de reconèixer valuoses manifestacions de la meua vida anímica. Aquest material, trobat per mitjà de la interpretació, es mostra en íntima relació amb el seu contingut encara que, per molt que hagués volgut, si no hagués analitzat el somni, hauria estat impossible d'interpretar-ne el significat; el somni era incoherent i incompreensible.

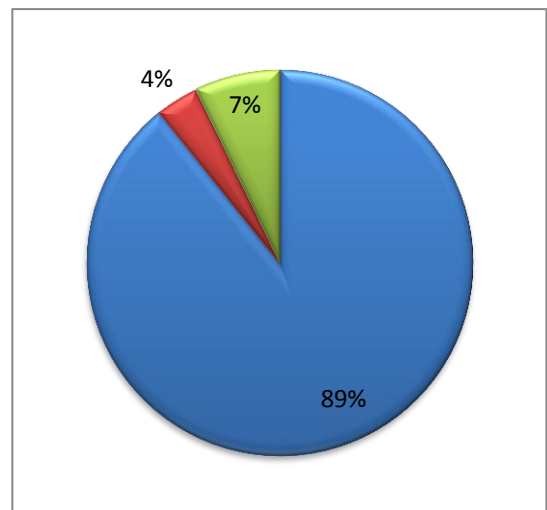
Encara no es sap el perquè de l'existència d'un somni, però es sap que no és una casualitat ni molt menys quelcom sense sentit i només físic, sense rellevància psicològica. Per tant, les dues qüestions que aquesta ciència formula són: què ha passat perquè un record es transformi en el contingut d'un somni i per què passa això. Freud diferenciava, en dos mots alemanys, l'estímul que provocava el somni (*Traumerreger*¹⁰) que era el desencadenant d'aquest fenomen, la experiència clau que al voltant de la qual es desenvolupa el somni i la transformació del record en somni (*Traumarbeit*¹⁰).

Una vegada acabada la recerca teòrica d'aquest treball, passaré a la part pràctica, la qual consistirà en entrevistar a gent de diferents cultures que sigui entesa en el tema de la interpretació dels somnis i fer-ne un anàlisi de les semblances i les diferències del mètode que es porta a terme. Acabat això, també m'agradaria passar unes enquestes a gent de diferents edats per poder comprovar uns estudis estadístics realitzats per Sarah Weed i Florence Hallam²⁰ sobre la naturalesa dels somnis (agradables, d'angoixa o desagradables) i uns altres realitzats per Mary Whiton Calkins²¹ sobre els somnis on hi apareix una olor o un gust. Aprofitant també aquestes enquestes, m'agradaria comprovar la popularitat de la interpretació; si existeix alguna relació entre l'edat, l'entorn i el tipus de somni que pot tenir una persona i si els somnis repetitius es perden, es guanyen o es mantenen al llarg dels anys.

6-. INFLUÈNCIA DE L'ENTORN EN ELS SOMNIS.

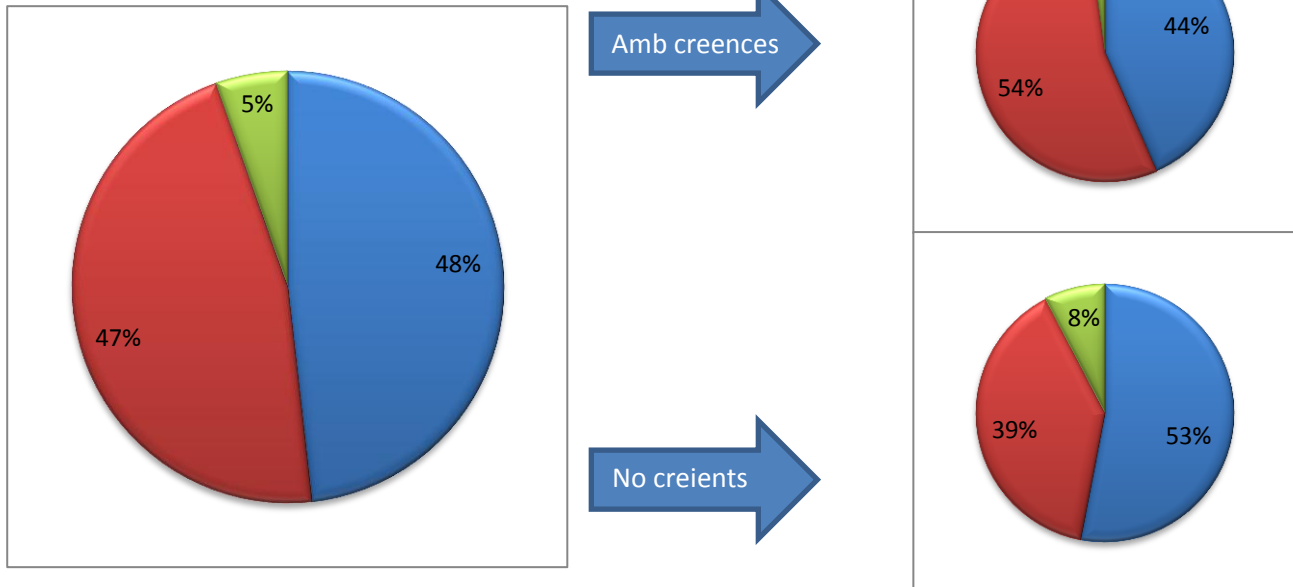
Per estructurar bé aquesta part del treball, l'organitzaré segons les preguntes que hi ha a l'enquesta fent-ne una breu introducció de cadascuna, l'exposició de resultats en forma estadística i un comentari i conclusions de cadascuna.

Així doncs, la primera pregunta, on demanava què se'n sap de la interpretació dels somnis, una pregunta oberta a qualsevol mena de respostes, m'han sobtat molt els resultats obtinguts, molta gent ha respost que no en sabia **res** (89%), altres que en saben **alguna cosa que han llegit** però al no profunditzar no sé fins a quin punt saben (4%) i un tercer grup, molt minoritari que en saben **alguns conceptes** (7%) encara que no són gaire significatius: que és considerada com a ciència (o pseudociència) i que estudia el perquè dels somnis i com afecten a la vida desperta, que s'utilitza com a mètode terapèutic, que és un mètode simbòlic i que vol donar sentit a les representacions sensorials del nostre subconscient mentre dormim, que intenta racionalitzar el que recordem quan despertem i que hi ha llibres des de Sigmund Freud, que en va ser el màxim representant o "descobridor".



En aquesta pregunta hi havia un segon apartat el qual demanava si s'hi creu i, com que aquí els resultats no tenen pràcticament res a veure amb el sexe, com a molt amb les creences, ho expressaré primer unitàriament i després ho dividiré entre les persones que tenen creences i les que no i així podré comprovar si el percentatge és gaire diferent:

Sí No Ni si, ni no



Com hem pogut veure, no hi ha gaire gent que estigui informada sobre què és i com funciona la interpretació onírica, tot i així, gairebé la meitat de la població hi creu. Aquest estudi segurament l'hauria d'haver fet buscant informació sobre les religions i la importància que donen als somnis, però per falta de temps, he decidit comprovar-ho. Ja que la gran majoria de la gent enquestada que té creences és cristiana, podem dir que la religió cristiana no li dóna gaire importància a aquest fet. Així doncs, la fe que li donen, o bé és deguda al fet de que és considerada ciència (o pseudociència) o bé al fet que coneixen a algú que s'hagi sotmès a teràpia i que li hagi funcionat.

La segona pregunta, en la qual es demana si mai s'ha mirat el significat del somni en un diccionari, va relacionada amb el segon apartat de la primera pregunta, és a dir, si la gent no hi creu, per què hauria de mirar el significat d'un somni en un diccionari? Crec que, si en aquesta pregunta han respost que sí quan anteriorment havien respost que no, és que a la primera mentien o, si més no, no tenen clar en què han de creure. En canvi, si a la primera han respost que sí però a

20-. Científiques del s.XIX que estudiaren els somnis.

21-. Psicòloga i filòsofa (1863 – 1930).

la segona han respost que no, pot ser degut al fet que sàpiguen que el mètode simbòlic no és del tot fiable o creuen en el fet d'interpretar els somnis però no els interessa.

Sí **No**



El primer gràfic, el qual ens mostra els que creuen en la interpretació onírica, no és gaire significatiu per a el que volíem saber en aquesta pregunta; segurament, els que no han mirat un diccionari és per falta d'interès.

En el segon gràfic, podem veure que hi ha un 33% de persones que, tot i no creure-hi, han mirat un diccionari. Adjudicaria aquest fet a que no saben si creure en la interpretació o no, que tenen algun dubte sobre la seva efectivitat.

L'últim gràfic, el qual ens mostra la gent que té dubtes sobre si la interpretació onírica és eficaç o no i que ho admet, podem veure quin percentatge de gent tendeix a creure que funciona (10%) i quin tendeix a creure que no (90%). Per tant, podem remarcar que el dubte no és gaire elevat però sí que hi és present i, per tant, no s'ha d'ignorar.

La tercera qüestió, va relacionada amb els 5 punts necessaris (importància que donem als somnis, al que passa en ells, la seva repetició, l'ordre i el sentit que tenen i la casualitat de recordar-lo relacionant algun objecte, persona o animal amb el somni) per poder recordar un somni. Segurament aquest apartat el podríem relacionar tant amb el sexe, com amb l'edat, com amb les creences religioses, però com que d'aquesta última variable no tenim el mateix nombre de persones per a cada grup d'edat, és a dir, no tenim el mateix nombre de creients que de no creients enquestats, no la podem analitzar, els resultats serien erronis. Per tant, en faré els gràfics corresponents segons les variables de sexe i d'edat i n'exposaré les meves pròpies conclusions.

Sempre

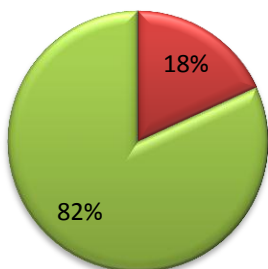
Sovint

A vegades

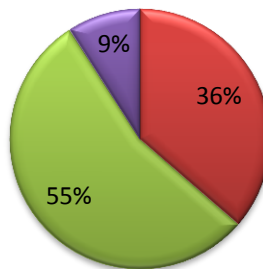
Gairebé mai

Mai

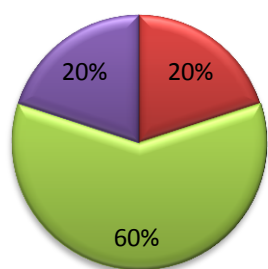
15-20 Masculí



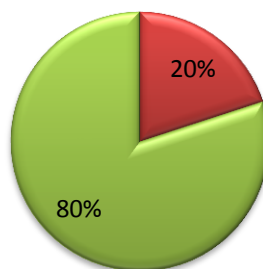
15-20 Femení



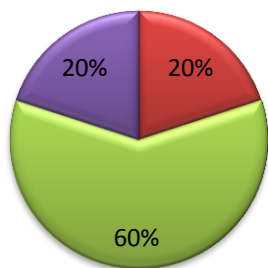
20-25 Masculí



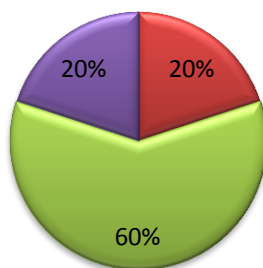
20-25 Femení



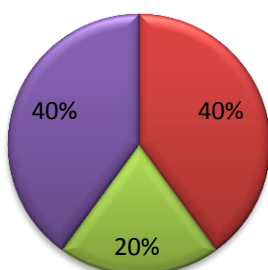
25-30 Masculí



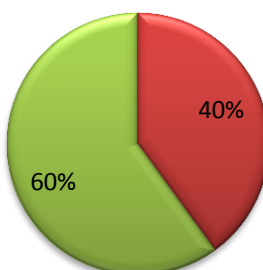
25-30 Femení

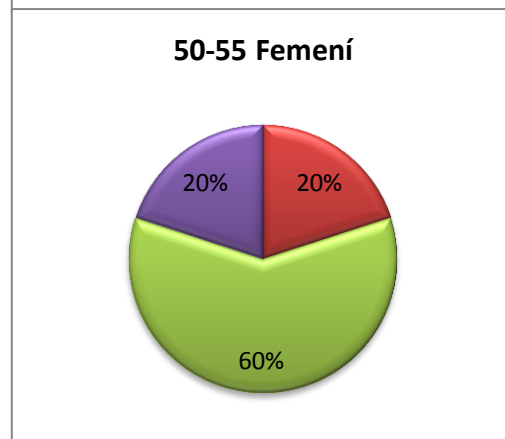
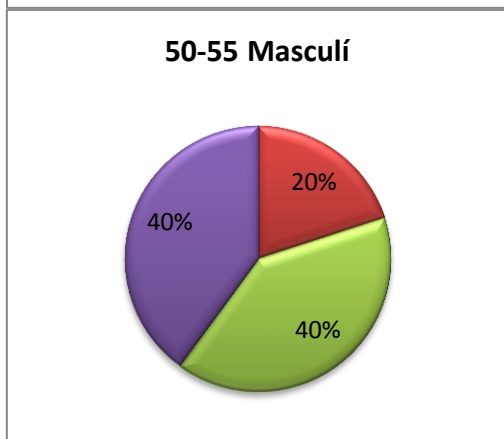
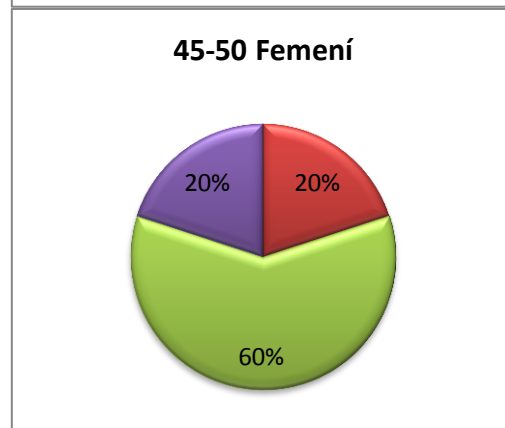
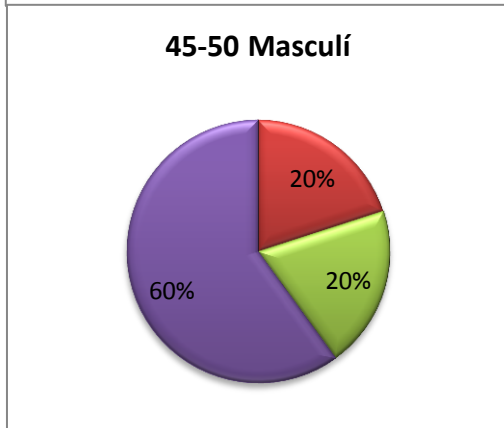
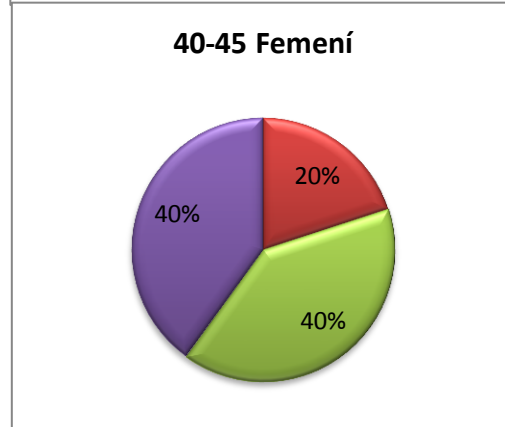
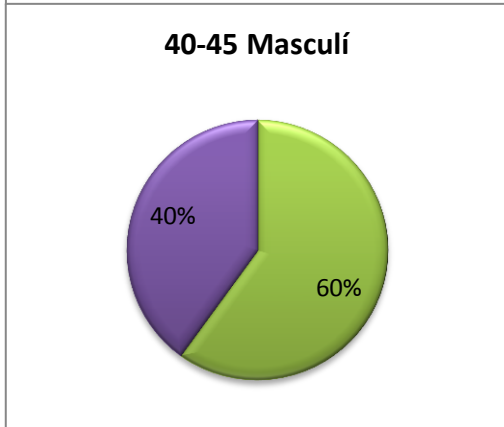
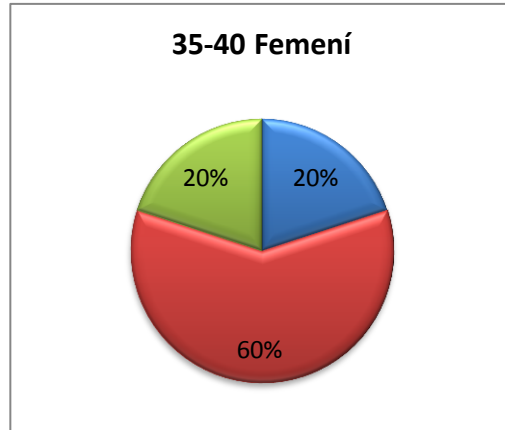
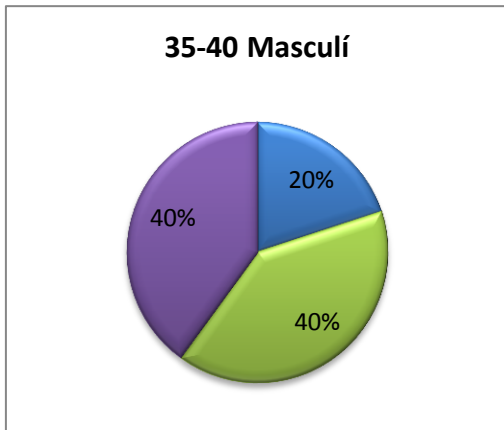


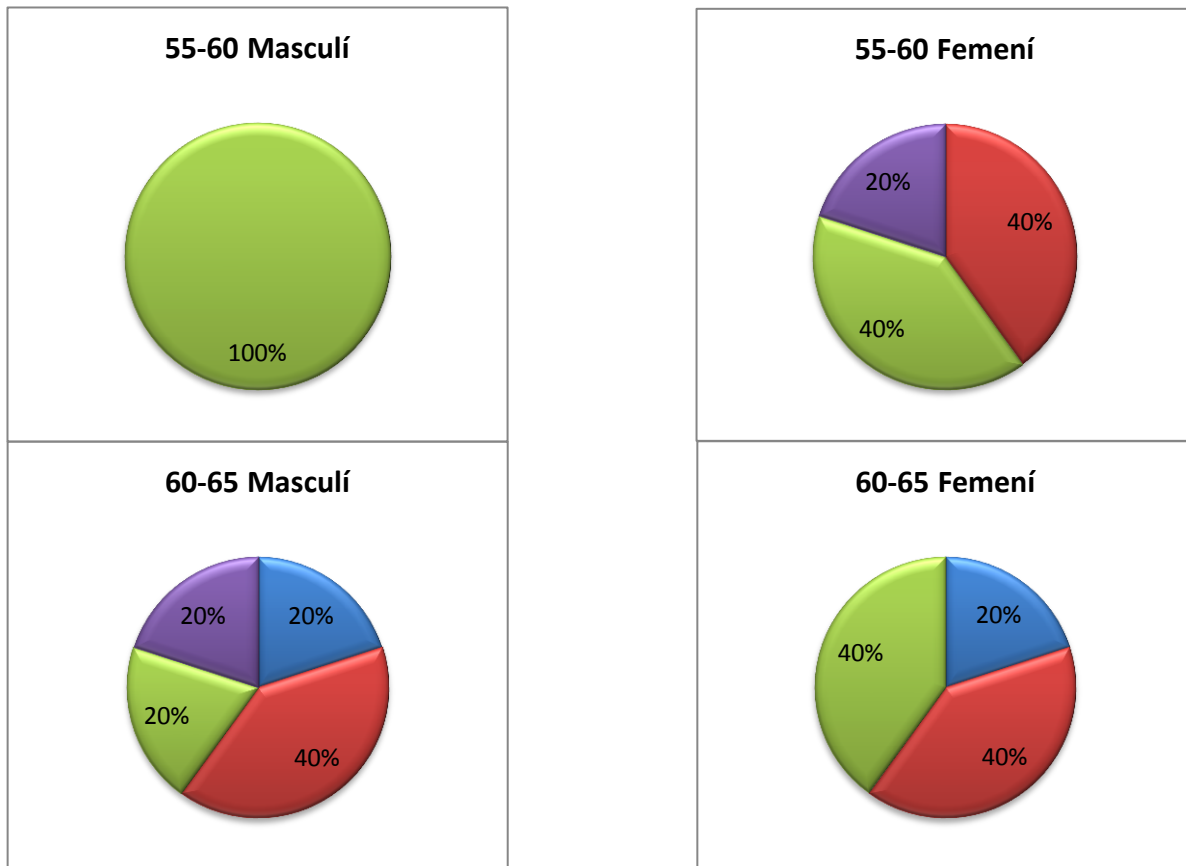
30-35 Masculí



30-35 Femení



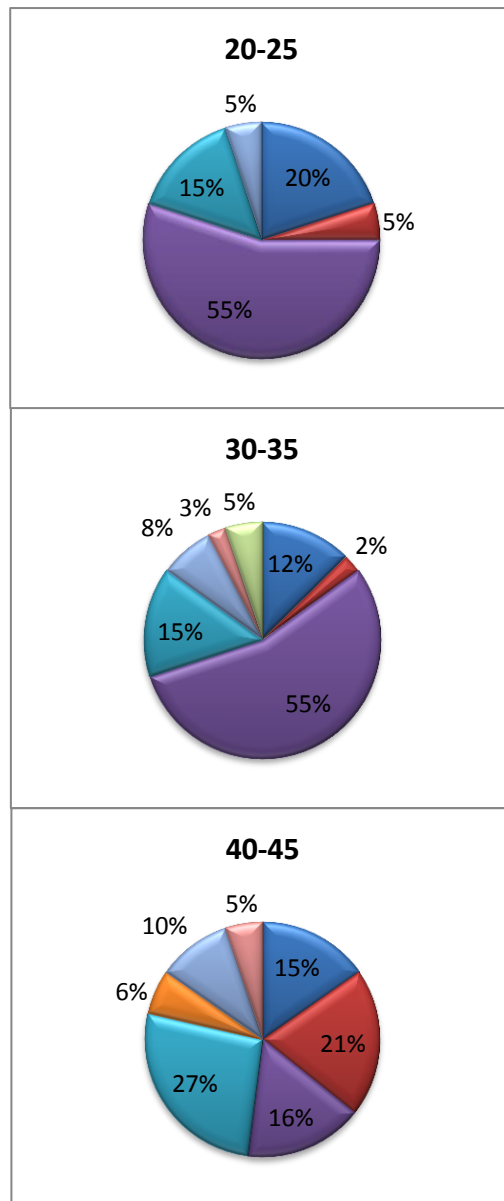
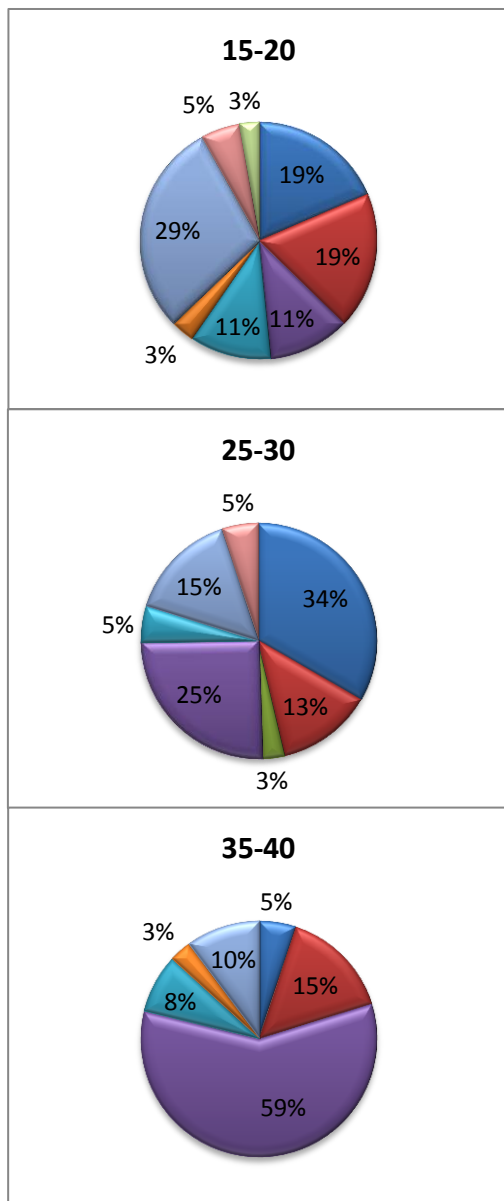


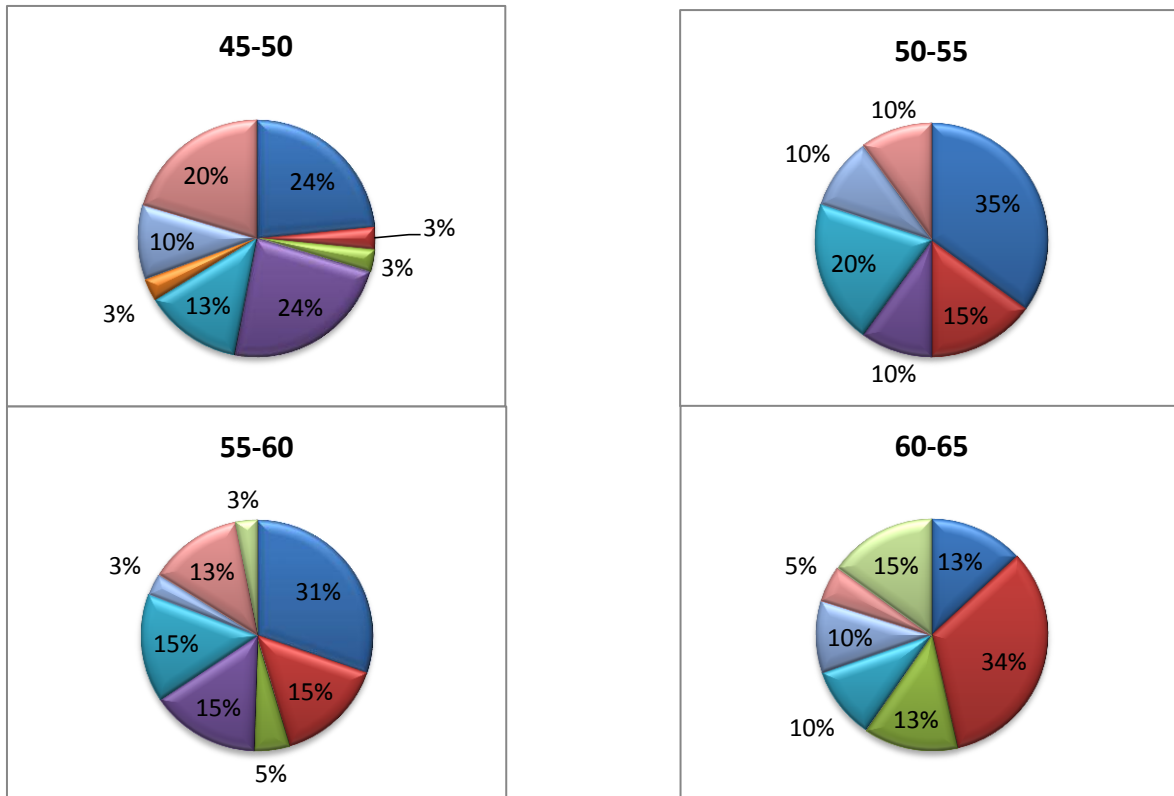


En aquests diferents gràfics segons l'edat i el sexe, podem veure que la majoria de gent ha marcat la casella "A vegades", la que significa que els recorda més o menys 50% del que somia. Tot i així, podem observar que aquesta xifra pateix una mena de disminució, no és que redueixi el nombre, ja que fins i tot a vegades apareix en més quantitat, sino que apareixen els grups de sovint i sempre, que tenen un grau d'importància més elevat. També podem veure que els gràfics entre els dos sexes són diferents en un mateix període d'edat, i, al llarg dels anys les dones acostumen a recordar més els somnis que els homes, per tant, podem afirmar que les dones donen més importància als somnis que els homes i aquest interès augmenta amb l'edat.

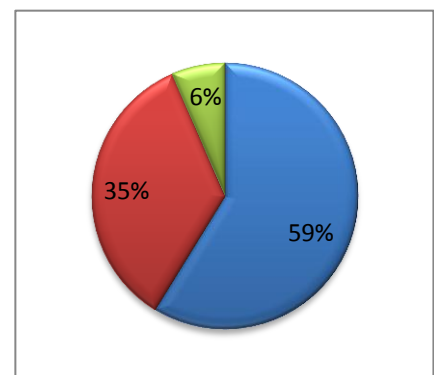
A la quarta pregunta, on es demana com són els somnis que acostuma a tenir una persona, analitzaré també la relació amb les edats, ja que no crec que ni el sexe ni les creences influèncin gaire en la naturalesa dels somnis. Crec que, el que hi influeix més és el pensament i les vivències quotidianes i que, aquestes, tenen diferències significatives segons l'edat. Aquesta pregunta també té un subapartat que en demana la naturalesa, així que ho ajuntaré tot. Vull aclarir que, la gent que ha respost "vida quotidiana" els he posat al grup de somnis agradables.

- TENEN SENTIT I SÓN COMPRESIBLES Agradables
- COHERENTS PERÒ NO S'ENTENEN Agradables
- NO TENEN SENTIT Agradables
- TENEN SENTIT I SÓN COMPRESIBLES Angoixants
- COHERENTS PERÒ NO S'ENTENEN Angoixants
- NO TENEN SENTIT Angoixants
- TENEN SENTIT I SÓN COMPRESIBLES Dolor i sofriment
- COHERENTS PERÒ NO S'ENTENEN Dolor i sofriment
- NO TENEN SENTIT Dolor i sofriment





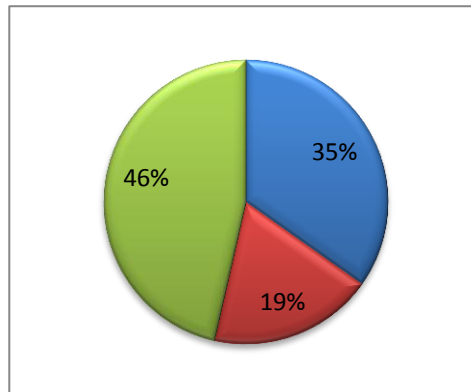
Amb aquests gràfics podem veure que la gent acostuma a tenir somnis agradables i que, amb el pas dels anys, el nombre de gent que té somnis angoixants augmenta. Els somnis de dolor i sofriment són escassos en totes les edats. Per simplificar-ho i poder-ho comparar amb els estudis realitzats per Sarah Weed i Florence Hallam, he agrupat a totes les edats per fer un únic percentatge de cada tipus ja que així ho van fer en el seu moment. Els seus resultats van ser: 58% de somnis dolorosos i de sofriment, 28,6% de somnis agradables i 13,4% de somnis angoixants. Els meus resultats són molt diferents: 59% d'agradables, 35% d'angoixants i 6% de dolor i sofriment. Això sobta bastant perquè són completament diferents. No sé a què és degut però crec que possiblement és perquè la gent ha adquirit més cultura, la fe ha disminuït, els ideals de llibertat i igualtat han augmentat... el pensament és diferent. I, per tant, tot canvia.



Si parlem de si els somnis són coherents i comprensibles, coherents però que no s'entenen o confusos i abstractes, podem veure que, si fa o no fa, la gent els acostuma a tenir de tots tipus; ni l'edat ni el sexe hi influencien.

A la cinquena, on es demana si en èpoques estressants canvia la naturalesa dels somnis, observaré els percentatges de gent que diu que sí, dels que diuen que no i dels que no ho recorden (encara que aquests no siguin gaire significatius, la xifra també servirà per veure la importància que donen al fet de somiar).

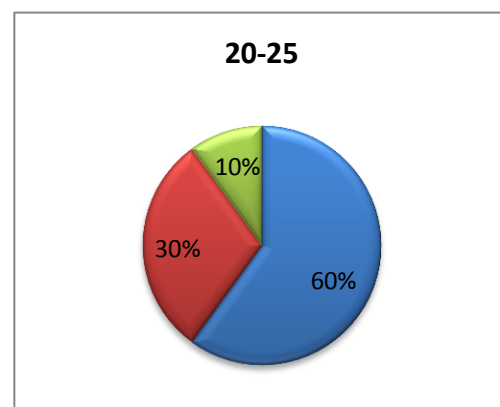
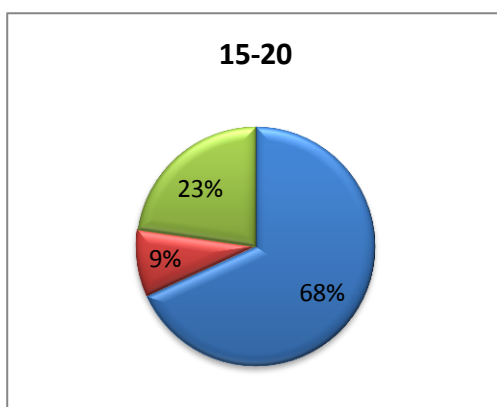
Sí **No** **No ho recordo**

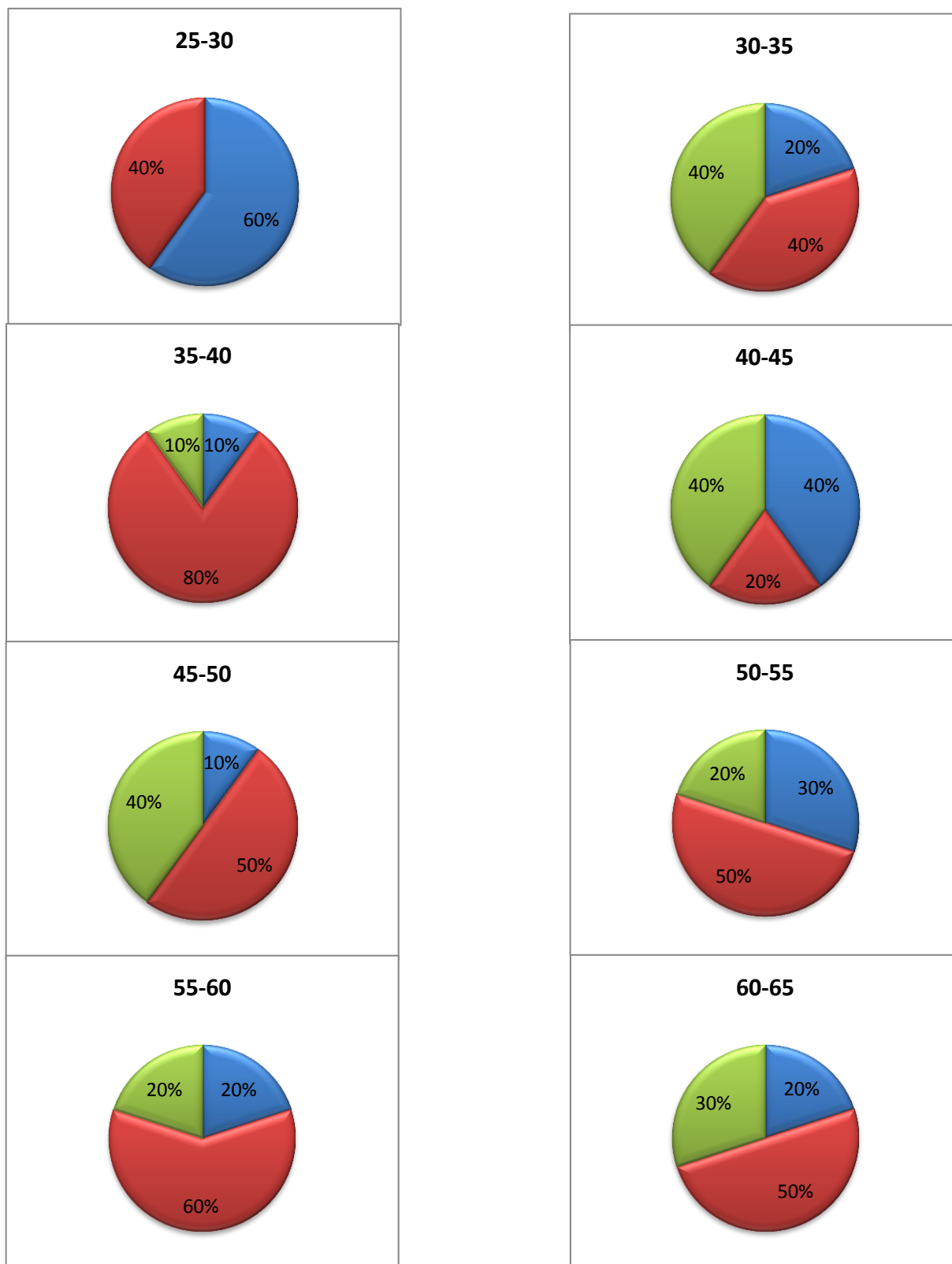


En aquest gràfic, a part de veure que la gent no posa massa atenció en els somnis, podem veure que dos terços de la gent que s'hi ha fixat afirma que els seus somnis són més abstractes. Segurament ho podríem atribuir al fet que, quan estàs estressat estàs pensant a totes hores en el problema que tens, fins i tot quan et poses al llit i, com que pensant ens costa dormir i mantenim els ulls oberts, podríem atribuir les formes abstractes a les excitacions sensorials internes, aquelles que, en somiar, veus les formes de les coses que has vist abans de cloure els ulls.

A la sisena qüestió, on es demana si amb els anys els somnis han canviat, crec que podria observar primer per edats i després avaluar l'increment del percentatge de gent que així ho afirma i, igual que a l'anterior pregunta, el percentatge de gent que no ho recorda, serà orientatiu per a les conclusions globals sobre la importància que li dóna la gent als somnis.

Han canviat **Són semblants** **No sabia dir-ho**

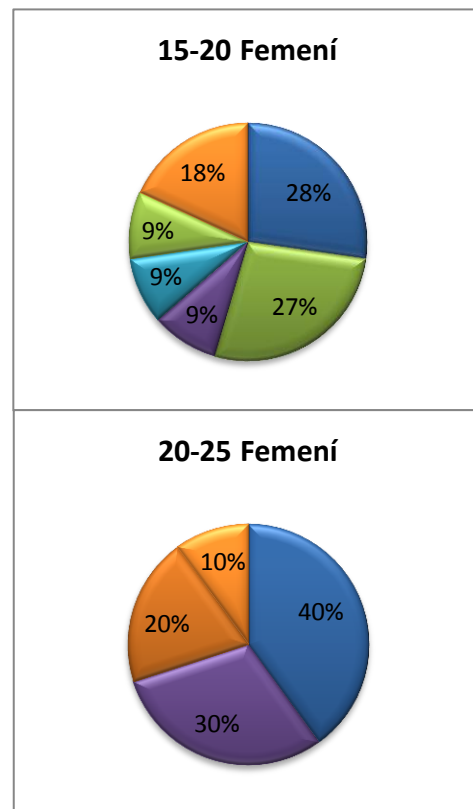
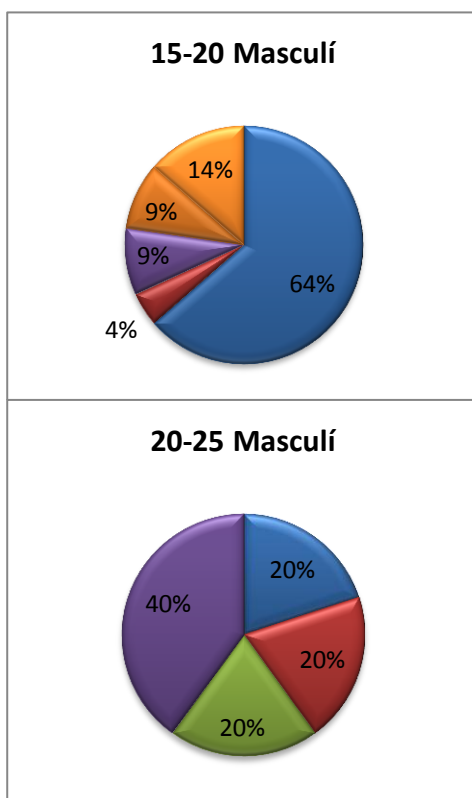
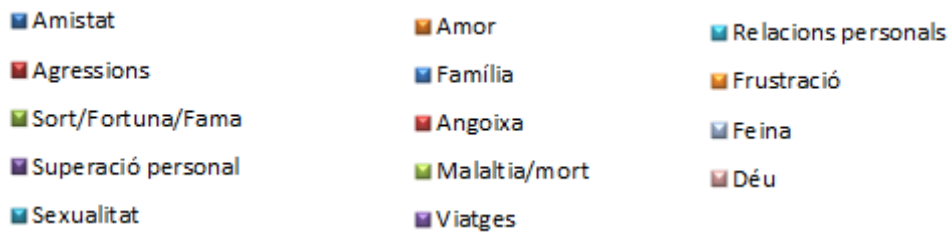




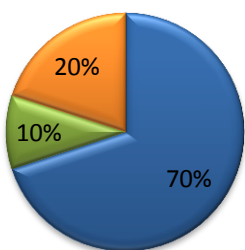
Podem comprovar que, amb el pas dels anys, els somnis es van estabilitzant, que cada cop canvien menys. Deixant a part la gent que no ho sap, que suposo que, a part de que no s'hi fixen

també és possible que es degui a que no han notat cap canvi bruscat i que, per tant, és com si haguessin respost que no, crec que aquest fet es pot atribuir a la maduresa psicològica.

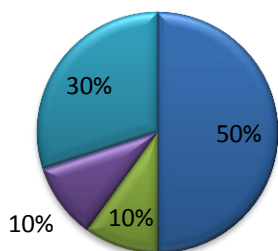
La següent qüestió tracta sobre la temàtica de l'últim somni que s'hagi tingut per veure si, amb el pas dels anys canvia o si, entre sexes, hi ha diferències. També seria interessant mirar la influència que hi tenen les creences però, com ja he esmentat en preguntes anteriors, al no tenir el mateix nombre d'enquestats creients que no creients, les dades no serien verídiques.



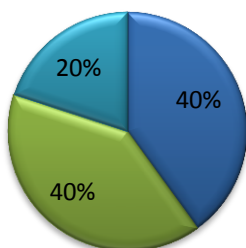
25-30 Masculí



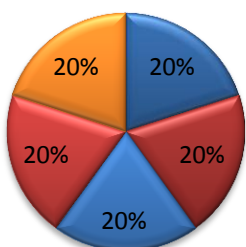
30-35 Masculí



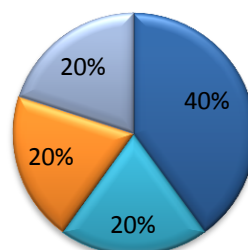
35-40 Masculí



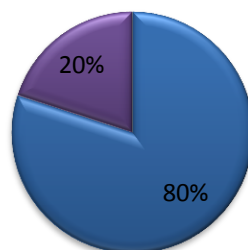
40-45 Masculí



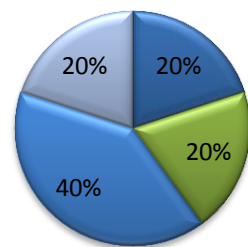
25-30 Femení



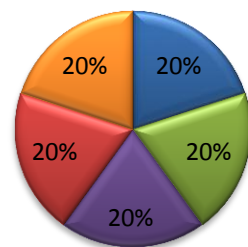
30-35 Femení



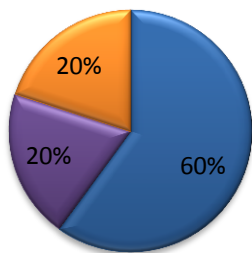
35-40 Femení



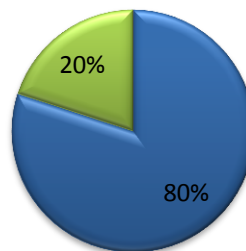
40-45 Femení



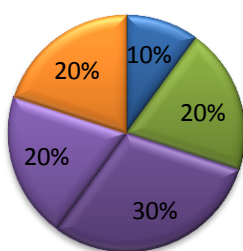
45-50 Masculí



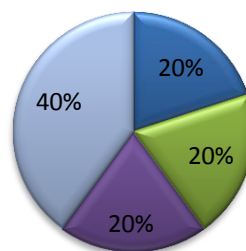
45-50 Femení



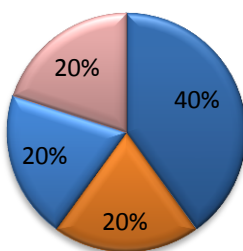
50-55 Masculí



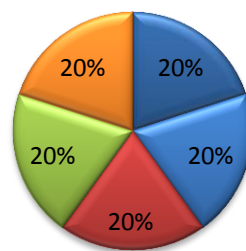
50-55 Femení



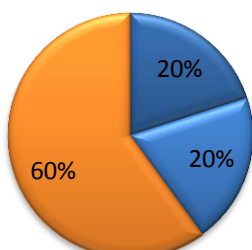
55-60 Masculí



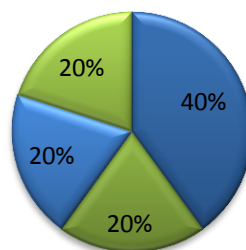
55-60 Femení



60-65 Masculí

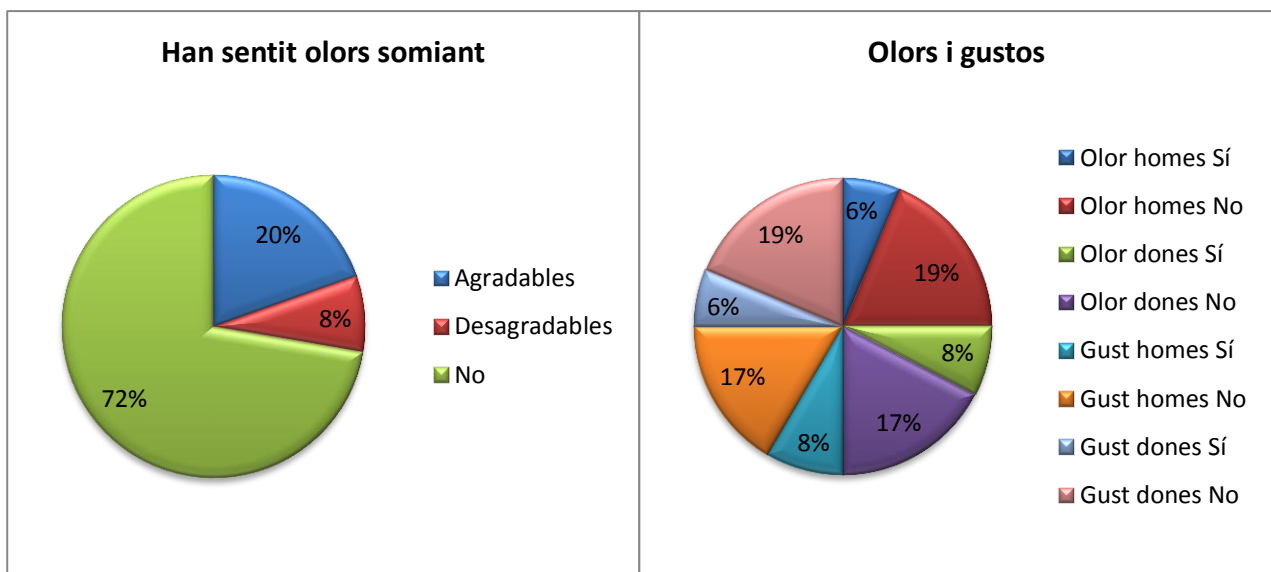


60-65 Femení



En aquests gràfics podem veure que la temàtica que predomina a totes les edats és l'amistat i que en les dones, hi acostuma a haver més varietat de temàtica que en els homes. Potser sí que podem veure que amb el pas dels anys van canviant una mica les temàtiques, que n'apareixen de noves (com la família, la feina, l'angoixa...), que algunes ja no hi són (relacions personals), però com que és una pregunta tant àmplia i amb tanta possibilitat de respostes, crec que es necessiten bastant més de 112 persones per poder trobar alguna relació coherent entre temàtica, edats i sexe.

Les preguntes número vuit i nou són de les quals hi ha l'estadística feta i que les vull comprovar. Segons l'article que vaig trobar ²², en un estudi que es va fer l'any 1893, només un 15% o menys de la població havia sentit olors mentre somiava. Al 1998 es va repetir aquest estudi, afegint-hi el gust i un 41% de les dones va respondre que ho havien experimentat i del total d'homes un 35%. A més a més, en una universitat californiana també van analitzar el percentatge de gent que sentia olors agradables (27%) i el que sentia olors desagradables (11%). Per tant, en els meus gràfics mostraré: El percentatge de gent que ha sentit olors mentre somiava i si eren agradables o no i els homes i dones que ha sentit una olor o un gust somiant.



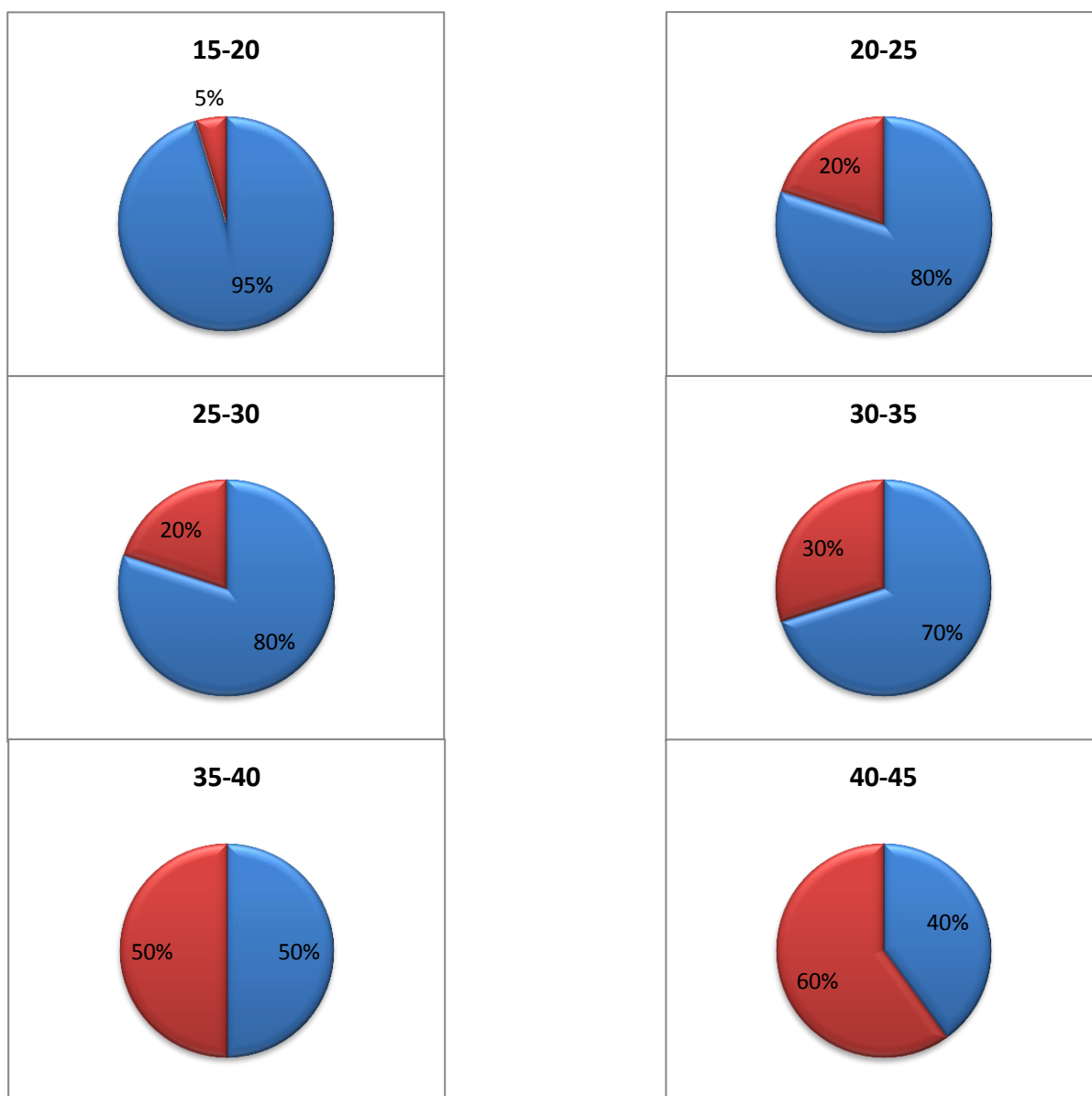
Basant-me en l'estudi del 1998, podem veure que la quantitat de dones que han sentit una olor o un gust (14%) ha disminuït considerablement i la d'homes (14%) també. En canvi, si mirem

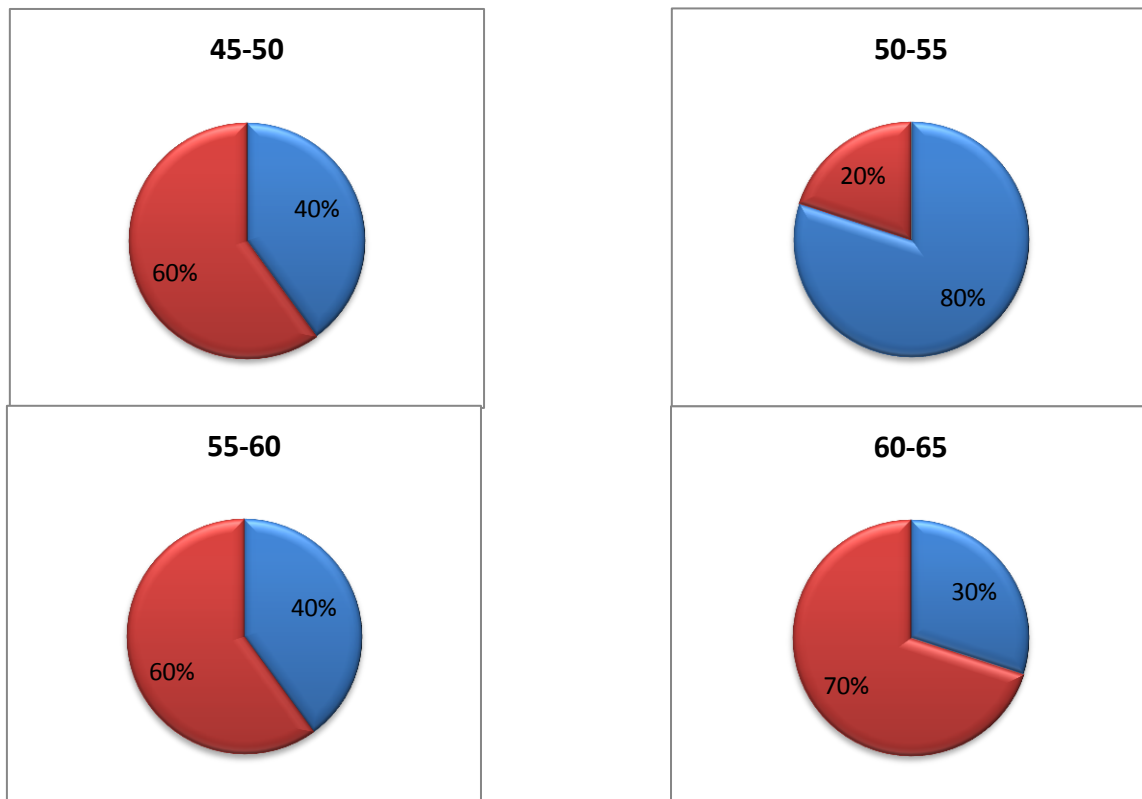
22-. Adjunt als annexos.

els estudis californians, veiem que els números no són tant diferents, un 20% de gent que ha sentit olors agradables i un 8% que les ha sentides desagradables.

A la desena pregunta, la dels somnis repetitius, he demanat específicament si en els últims 5 anys la gent n'havia tingut. D'aquesta manera, en els gràfics es podrà observar si depenent de l'edat hi ha algun canvi o no.

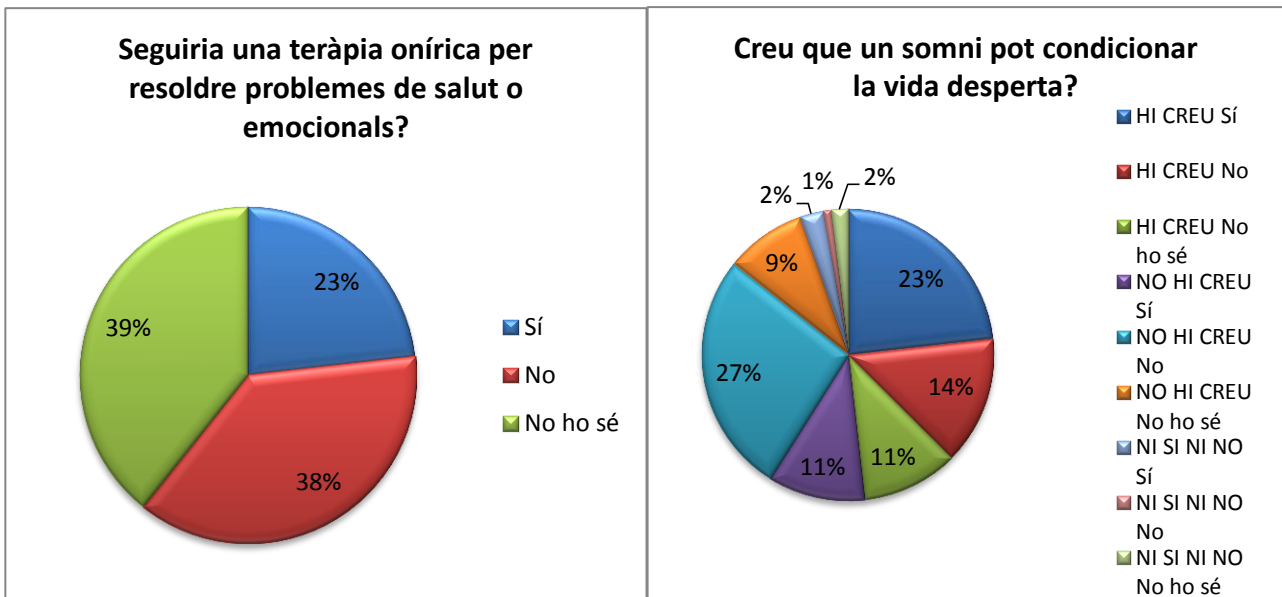
Sí **No**





Si mirem per sobre aquests gràfics veiem clarament que els somnis repetitius van disminuint amb l'edat.

Les dues últimes preguntes són més per saber la opinió de la gent sobre l'eficàcia que poden tenir les teràpies oníriques a la vida quotidiana i la influència dels somnis a la vida desperta. Per tant, amb dos gràfics unitaris, mostraré el que en pensa la gent. En la última pregunta, també he trobat interessant remarcar què ha marcat l'enquestat a la primera pregunta, si creu o no en la interpretació onírica.



Com podem veure, hi ha un percentatge bastant elevat de gent que té dubtes sobre l'eficàcia de les teràpies oníriques (39%), segurament es deu al fet que no són molt comunes alhora de tractar problemes de salut i, per tant, en desconeixen els resultats. Els que diuen que sí són una minoria (23%), ni un quart de la població enquestada.

El tema de que si un somni pot condicionar o no en la vida desperta, un 36% de la gent ho afirma, un 42% ho nega i un 22% no sap què opinar-ne. Aquesta pregunta l'he enfocada sobre la gent que creu en els somnis i la seva interpretació i la gent que no, però un cop realitzades les enquestes hi havia gent que deia que no només era per això, sino també perquè et podia fer reflexionar i ajudar-te a actuar d'una manera diferent si mai et trobessis en una situació semblant.

Una vegada finalitzat l'estudi estadístic de totes les enquestes puc concloure que: els somnis no són el centre d'atenció del pensament de la majoria de persones, de fet, la gent no en sap gaire res, el que sobta, però, és que gairebé la meitat de la població, tot i no saber-ne res, creu en la interpretació onírica; no sé si cegament, si influenciats per altres creences religioses o espirituals (encara que he pogut comprovar que no és el cas de la cristiana), si pel sol fet de que la interpretació és considerada com a ciència (o pseudociència) o perquè coneixen a algú que s'ha sotmès a una teràpia onírica i li ha fet efecte. A més, una petita part de la gent que no hi creu

mostra un cert dubte, cosa que encara sobta més perquè això fa que augmenti el nombre de gent que hi creu sense saber-ne res.

Com més gran és la gent, més importància li dóna als somnis ja que, com més grans ens fem, més els recordem. Potser és degut al fet que, també, quan ens fem grans els nostres somnis cada vegada són més angoixants i, per tant, ens fan pensar o al fet que com més grans ens fem i com més maduresa psicològica adquirim, més semblants són els nostres somnis o, potser a que tenim menys somnis repetitius.

Els estudis que volia comprovar si encara seguien vigents o no, n'he pogut diferenciar de tres tipus: els que han canviat radicalment i segurament és degut al canvi d'ideologies socials; els que es mantenen, que són els que demanen que si en èpoques estressants els somnis es fan més confusos i abstractes o els que per una part han canviat i per l'altra segueixen igual, que són els de l'olor i el gust, que els de l'olor sola si que han canviat però els de la suma dels dos no han patit cap canvi gaire significatiu.

La qüestió de les temàtiques és l'única que no he pogut acabar d'analitzar ja que està oberta a moltes possibles respostes i no he obtingut informació suficient com per poder-hi trobar la relació.

7-. LA INTERPRETACIÓ DE SOMNIS EN DIFERENTS CULTURES.

Com ja he dit anteriorment, aquesta segona part de la part pràctica consisteix en entrevistar a experts en la matèria de la interpretació onírica de diferents cultures i comparar els mètodes emprats per tal de poder-hi trobar semblances o diferències. L'ideal seria poder comparar cinc mètodes de cinc cultures diferents, però fer aquesta part m'ha estat impossible. He intentat contactar amb terapeutes entesos en el tema a partir de biosupermercats on s'hi practiquen teràpies per a millorar la salut, botigues de dietètica i nutrició on també hi fan teràpies de diferents tipus, demanant a la gent si coneixien a algú entès en el tema... i només he trobat a una persona. Per tant, el que faré serà explicar el seu mètode: com funciona, per què s'utilitza i què és necessari perquè funcioni encara que, prèviament en faré una breu presentació.

Doncs bé, Cristóbal Castillo, és un acupuntor cordovès que actualment viu a Olot, de 52 anys i que està llicenciat en MTC (*Medicina Tradicional China*) per la SAC (Societat d'Acupuntors de Catalunya). Ell, en concret, va entrar en el món de la interpretació onírica per poder guarir, de diferents patologies, els seus pacients. Per fer-ho utilitza el mètode dels cinc elements, un mètode extremadament complex i extens que té en compte l'edat, l'anatomia, la fisiologia, l'estació de l'any en la qual es produeix el desequilibri, l'etapa energètica en la qual està situada el subjecte i la dominància o la submissió de l'equilibri de les diferents energies dels nostres òrgans (Jang – Fú) i les que afecten a la nostra ment (Shen) i que, per poder-lo utilitzar, s'han de tenir certs coneixements de diverses branques de la medicina. Aquest mètode agafa tot el somni com a unitari i l'interpreta analògica i simbòlicament analitzant, alhora, les sensacions que aquest produeix tant en el moment de pensar-hi com en el moment en què el pacient es desperta, ja que això és crucial per saber quin òrgan no funciona correctament i, conseqüentment, quin tractament se li ha d'aplicar o bé com s'ha d'ajudar al pacient a recuperar l'equilibri corporal i el benestar i la felicitat amb ell mateix. En Cristóbal remarca que, perquè aquesta interpretació tingui èxit, cal que hi hagi una empatia i una sinceritat màximes per part del pacient cap al terapeuta i que aquest conegui al màxim el caràcter i l'actitud en diferents etapes de la vida per acostar-se de la millor manera possible al vertader significat dels símbols onírics i així fer un diagnòstic eficaç al pacient. Personalment, l'acupuntor creu que, una bona interpretació curiosa i particular dels somnis escoltant el teu propi cos i respectant la teva sensibilitat és imprescindible per a mantenir una relació amb el teu entorn

d'acceptació i comprensió, d'harmonia i serenitat. D'aquesta manera ens és possible evitar patologies en el nostre cicle vital.

8- CONCLUSIONS.

Quan vaig començar aquest treball no m'imaginava de cap de les maneres que acabaria així. Sabia que el volia fer sobre algun tema relacionat amb la psicoanàlisi o els estudis del subconscient de Freud i sí, potser està tot relacionat però no tenia ni idea de com desenvolupar-lo. Per fer-ho vaig anar a la biblioteca, vaig agafar la seva obra i em vaig dir: a veure, què t'interessa, què t'agrada? Com ho pots organitzar? Tindràs temps? Aquestes preguntes i moltes més em rondaven pel cap així que vaig agafar un bolígraf i un paper i vaig començar a escriure punts. Evidentment no s'assemblen gaire amb l'índex que m'ha quedat finalment però va ser el meu punt de partida.

Tal com vaig dir en la introducció, vaig començar buscant informació sobre Sigmund Freud, l'home el qual m'ocuparia la ment durant gran part del meu estiu. Era un home molt intel·ligent, interessant, amb un pensament rebuscat, amb un gran afany de superació i amb uns objectius clars a la seva vida, uns objectius que, tot i que eren poc possibles per la seva condició de jueu en un món antisemita va aconseguir assolir, un home que del no res es va construir a si mateix, un exemple a seguir i una gran influència en diferents àmbits intel·lectuals gràcies a la seva obra extensa i ben documentada. Tan bon punt vaig saber tot el que necessitava del psicoanalista més important de tots els temps, em vaig posar a llegir la seva obra sobre els somnis, un llibre amb un llenguatge bastant complicat, molt dens i que, fins i tot he necessitat rellegir-me'n varis fragments més d'una vegada. La informació està pràcticament tota extreta d'allà, sí que he complementat una mica amb informació extreta d'internet ja que a vegades no entenia què llegia i en buscava una segona referència o d'algun llibre de psicologia, que potser no profunditzaven gaire però que en el seu moment em van ser més que suficients. Així, vaig posar fil a l'agulla i vaig començar a respondre les preguntes que formaven part del meu guió inicial, preguntes com: què és un somni? Quines són les seves característiques? Quants tipus hi ha? I la seva interpretació, què és? Quin mètode segueix? Quina finalitat té? D'on va sorgir? Em va costar acabar el llibre i, a més, a mesura que anava llegint afegia més qüestions al meu cap, tant per reflexionar com per intentar resoldre. Finalment, quan vaig acabar vaig dir-me: I ara què? Quina recerca en faràs d'aquest tema? Per casualitat, a l'últim capítol del llibre, on hi havia exemples d'interpretacions oníriques, hi havia una dada estadística sobre el somnis i, evidentment me'n vaig informar i vaig buscar si hi havia més estudis sobre el tema. No hi havia gaire cosa però va ser suficient perquè jo comencés a pensar què fer de la mateixa línia i com estudiar-ho. Finalment només em faltava redactar les enquestes i

repartir-les, però el temps ja se'm estava acabant. Vaig repartir a amics, familiars, a amics d'amics, en vaig portar a una escola primària perquè m'emplenessin les dels grups d'edat d'entre 5 i 15 anys, a tothom que vaig poder. Vaig aconseguir tenir un mínim de deu persones de cada grup d'edat però no el mateix nombre de enquestats creients que no creients, per no dir ja de diferents cultures i creences espirituals, per tant, aquestes dues variables que segurament deuen influir en els nostres somnis no les he pogut estudiar. Tampoc n'he aconseguit cap de menors de 15 anys ja que els professors de l'escola primària van considerar les enquestes molt complexes i no les van poder emplenar. Segurament també hauria pogut fer un estudi estadístic més a fons buscant les correlacions entre dades i altres valors que completarien més el meu treball. També se'm va ocórrer tot el tema de les entrevistes a especialistes però, entre el poc temps que em quedava i els problemes que he tingut per contactar-hi, no he pogut assolir aquest objectiu.

Fent aquest treball he après moltíssim sobre un tema que pràcticament era desconegut per mi, de fet, aquest era un dels meus objectius principals; m'he sorprès, veient que la interpretació onírica té els orígens en l'antiguitat, que són molt variats i que encara se'n conserva algun text; m'he decebut, m'he estressat i he sentit una gran felicitat i satisfacció en veure que el treball evolucionava i anava agafant forma.

Si algú, en un futur també es plantejés fer aquest tema com a treball de recerca, crec que li diria que busqués informació sobre altres autors també influents en l'àmbit, que en fes una comparativa amb l'obra de Freud o que fes el treball estadístic més extens, intentant poder estudiar totes les variables i sabent quines relacions poden tenir amb el tema, com per exemple què en pensa una religió o una altra sobre els somnis i la seva interpretació...

Un cop acabades les conclusions del treball m'agradaria aportar la meva opinió personal sobre el treball de recerca. Jo valoro positivament aquest projecte, segurament tampoc diria res si no me'l fessin fer ja que m'ha tingut ocupada durant part del curs i pràcticament tot l'estiu i m'ha comportat preocupacions. Tot i així, crec que és una experiència positiva, m'ha ajudat a aprendre a organitzar-me, a millorar les meves capacitats de síntesi i de redacció i ha fet que, a l'hora de començar el curs, com que no he estat tot l'estiu sense fer res, no he començat en fred. L'única cosa que probablement canviaria seria el temps de realització. Augmentaria la disponibilitat de recursos per part de l'institut, que sé que és difícil, però que si de cada àmbit hi hagués una persona entesa amb qui contactar, externa al centre, com per exemple en el meu cas algun psicòleg o algun psicoanalista, seria tot molt més fàcil.

9-. BIBLIOGRAFIA I WEBGRAFIA.

Freud, S. (2006). *La interpretación de los sueños*, 1. Madrid: Alianza Editorial.

[Schipper, Henry i Harris, Bill. 2005. *Sigmund FREUD: Analysis of a Mind* \[Documental\]. A&E Television Network's. The History Channel.](#)

Associació bíblica de Catalunya, La Bíblia a Internet – Gènesi 41 (14/6/2011),
<http://www.biblija.net/biblija.cgi?m=Gn+41&id24=1&pos=0&set=15&l=ca>

Autor desconegut, Esotérica – Breve Historia de la Interpretación de los Sueños (14/06/2011)
http://www.misabueso.com/esoterica/suenos/sueno_historia.html

Autor desconegut, Google Images – Anna O. (02/03/2011),
http://1.bp.blogspot.com/_TrHYKAYI2aY/SKDFn-x3XMI/AAAAAAAAAHA/vYg3uQZkvzA/S760/ANNA_O.jpg

Autor desconegut, Google Images – Crema de llibres a Berlín (02/03/2011),
<http://images.encydia.com/thumb/2/2b/1933-may-10-berlin-book-burning.JPG/250px-1933-may-10-berlin-book-burning.JPG>

Autor desconegut, Google Images – Edipo Rey (02/03/2011),
http://t3.gstatic.com/images?q=tbn:ANd9GcSqTauPHzYQBuFJSjvV65vT-XGCzLmlxIO_4oOMsB5yOjrsCkLf

Autor desconegut, Google Images – Família Freud (02/03/2011),
http://www.psi.uba.ar/academica/carrerasdegrado/psicologia/informacion_adicional/obligatorias/freud1/imagenes/Images/familiafreud.gif

Autor desconegut, Google Images – Sigmund Freud (02/03/2011),
<http://noticias.universia.es/es/images/migracion/f/fa/fal3/fallece-sigmund-freud.jpg>

Autor desconegut, Wikipèdia – Artemidoro (22/08/2011), <http://es.wikipedia.org/wiki/Artemidoro>

Autor desconegut, Wikipèdia – Asociación libre (02/03/2011),
http://es.wikipedia.org/wiki/Asociaci%C3%B3n_libre

Autor desconegut, Wikipèdia – Eggers (22/08/2011), <http://es.wikipedia.org/wiki/Eggers>

Autor desconegut, Wikipèdia – Ernst Adolf Gustav Gottfried von Strümpell (22/08/2011),
http://es.wikipedia.org/wiki/Ernst_Adolf_Gustav_Gottfried_von_Str%C3%BCmpell

Autor desconegut, Wikipèdia – Fichte (22/08/2011), <http://es.wikipedia.org/wiki/Fichte>

Autor desconegut, Wikipedia – Franz Hildebrandt (22/08/2011),
http://en.wikipedia.org/wiki/Franz_Hildebrandt

Autor desconegut, Wikipèdia – Karl Friederich Burdach (22/08/2011),
http://es.wikipedia.org/wiki/Karl_Friedrich_Burdach

Autor desconegut, Wikipèdia – Knud Jessen (22/08/2011),
http://es.wikipedia.org/wiki/Knud_Jessen

Autor desconegut, Wikipèdia – Phillip Spitta (22/08/2011),
http://en.wikipedia.org/wiki/Philipp_Spitta

Autor desconegut, Wikipèdia – Sebastian Haffner (22/08/2011),
http://es.wikipedia.org/wiki/Sebastian_Haffner

Autor desconegut, Wikipèdia – Sigmund Freud (02/03/2011),
http://es.wikipedia.org/wiki/Sigmund_Freud

Avery Gilbert, First Nerve – Dreaming of Smell (22/08/2011),
http://firstnerve.com/2008_10_01_archive.html

Loperena68, Scribd – La consciencia (11/07/2011), <http://es.scribd.com/doc/28338189/La-conciencia>

Seth D. Parker, Pabook – Weygandt Cornelius (22/08/2011),
http://pabook.libraries.psu.edu/palitmap/bios/Weygandt_Cornelius.html

William Tunstall, Anagram genius - Sarah Weed & Florence Hallam anagrams (21/09/2011),
<http://www.anagramgenius.com/archive/sarahw.html>

10-. ANNEXOS.