

# Fenomenološke značilnosti sanj in psihoz - pomen za klinično prakso

**Borut Škodlar**

Univerzitetna psihiatrična  
klinika Ljubljana,  
Medicinska fakulteta  
v Ljubljani



**VZAJEMNA**  
zdravstvena zavarovalnica

**FENS**

Federation of  
European  
Neuroscience  
Societies



**TEDEN  
MOŽGANOV**



**SiNAPSA**  
SLOVENSKO DRUŠTVO ZA NEVROZNAOST  
SLOVENIAN NEUROSCIENCE ASSOCIATION



za **možgane**

THE  
**DANA**  
FOUNDATION

Teden  
možganov 2018

**Na sanjah  
svet stoji**



12.–18. marec

# Spominjanje sanj (in psihoze)

- Odvisna od pozornosti: spremljanje, zapisovanje itn.;
- (ne)lagodja in sramu;
- psihičnega stanja: hud stres, psihoza, depresija;
- življenjskega sloga: (ne)urejenosti higiene spanja, nespečnosti ter
- praktične in teoretske naravnosti človeka samega in terapevta.

# Motivi za pripovedovanje sanj

1. Samoumevnost, da so psihiatru oz. psihoterapevtu sanje pomembne;
2. pričakovanje, da nam nekdo pove, kaj je zares v nas;
3. pristno zanimanje za svet, ki ga odkrivajo in razkrivajo sanje.

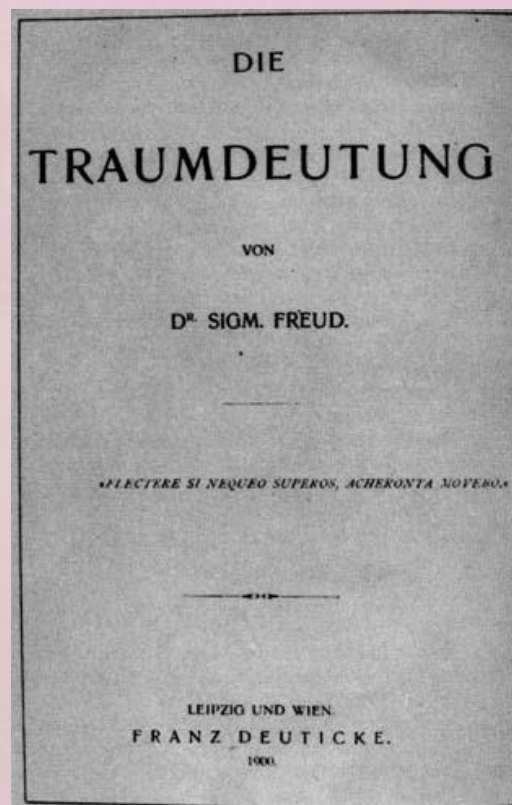
# FENOMENOLOGIJA SANJ IN PSIHOZ

... privesti do govora sanje same  
(Heidegger), in ne teorij – te je  
potrebno (začasno) suspendirati

# Freudova Interpretacija sanj (1900)

*“... und so dürfen wir sagen, daß wir an der Aufklärung der Psychosen arbeiten, wenn wir uns bemühen, das Geheimnis des Traumes aufzuhellen.”*

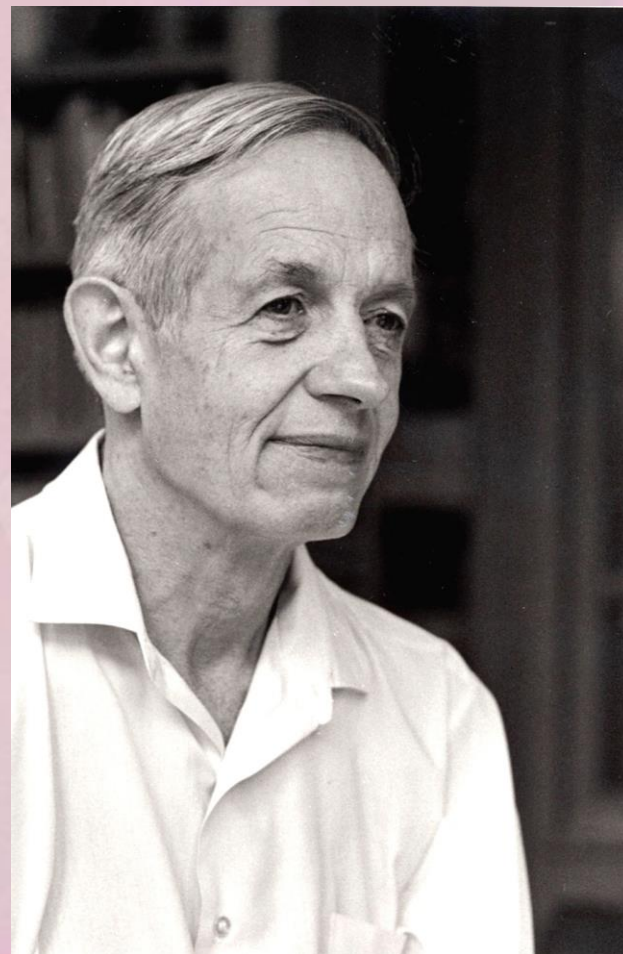
... če si prizadevamo pojasnevati sanje, delamo na razlagi psihoz.



# Veliko skupnih f. značilnosti

“Psihoza pomeni sanje, iz katerih se človek ne more zbuditi.”

»Der Verrückte ist ein Träumer im Wachen.« (I. Kant), Schopenhauer podobno, da so sanje kratkotrajna norost, norost pa so dolge sanje.



# Skupne značilnosti

- Ko se stanje zaključi, **ne verjamemo več**, da je (bilo) res.
- V stanju samem smo **polno udeleženi**, čeprav se nam praviloma nekaj dogaja (**pasivno** razpoloženje).
- Dogajajo se nam lahko **zelo nenavadne reči**, kar pa se nam med izkušnjo ne zdi nič nenavadno.

# So pa pomembne razlike...

- Vstop v sanje je **bliskovit** – znajdemo se sredi dogajanja –, v psihozo pa je kljub “razodetju” **postopen** in je določena **predzgodba**.
- Sanje se **manj prepletajo s sebstvom** oz. identiteto, psihoza pa **izvira iz zgodbe o sebi**.
- **Izstop** iz psihoze je preko **dvojnega knjigovodstva**, od sanj pa lahko ostaja še dolgo občutek, a je prebuditev **drugače dokončna**. Čustven odmev je tudi po psihozi, a je bolj **vezan na sebstvo**: npr. sram, začudenje... po sanjah pa je bolj **čutno-čustven** in se manj nadaljuje v zgodbo o sebi.



# Še nekaj o razlikah

- Pogoste so npr. tudi sanje o preganjanju, ne samo psihoze. Vendar je pri psihozi **vzročno-posledična in časovna komponenta** bolj ohranjena, pri sanjah pa ne (v sanjah je edino krajevna kolikor toliko ohranjena), kar spet pomeni **večjo strukturno podobnost budni identiteti** pri psihozi kot pri sanjah.
- V sanjah zelo **redko vonjamo in okušamo**, v psihozi pa je to pogosto.
- V psihozi je **struktura lastnosti izkušnje in delovanja bolj ohranjena kot pri sanjah**: npr. kam grem, zakaj grem, zakaj to počnem...

# Druge fenomenološke značilnosti

- **Bolj kot je človek psihotičen, manj sanja.** Ko je boljši, sanja spet več. Zakaj?
- V psihozi je psihična struktura toliko porušena, da se **ločnica spanja** – ki ga je pogosto tudi (pre)malo in je razdrobljeno – **in budnosti sproti ruši.**
- **Modalitete intencionalnosti so v psihozi bolj negotove** in je človek od celotnega doživljanja odmaknjen, zato so **razmejevanja med sanjami in fantazijami ter resničnostjo šibkejša.**

# TERAPEVTSKE IMPLIKACIJE

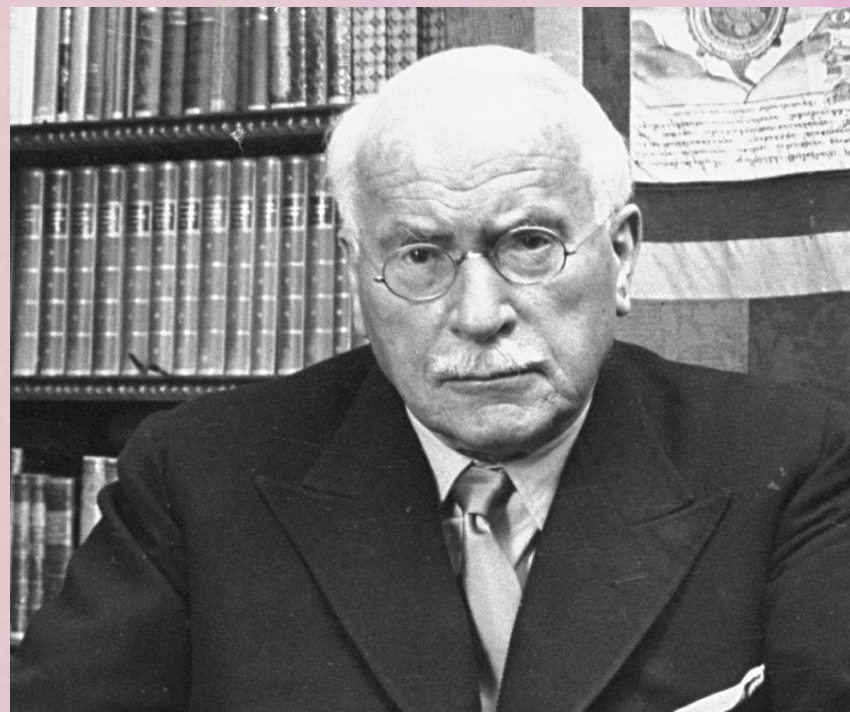
The background features a vibrant, multi-colored gradient of purple, pink, and blue. In the upper right, a large, dark, semi-transparent sphere is visible. Below it, the silhouette of a person stands with their right arm raised towards the sphere. To the left of the person, the silhouette of a horse is partially visible, appearing to be in motion. The overall composition is artistic and symbolic.

“Neinterpretirane sanje so kot  
neprebrano pismo.”

JUDOVSKI REK

# Primer sanj (zadnje sanje na učni analizi po 4 letih)

“Dr. Fierz je izvajal življenjsko pomembno operacijo na meni, tako da je dvakrat zarezal v moj trebuh. Nato se pojavi velik, siv in močan mož, ki si je izrezal dva kosa mesa, da ju je vstavil v zareze na meni in mi s tem rešil življenje. To je delal iz čiste in nesentimentalne ljubezni.”



# Različne poti sanjskih utrinkov

## NEPSIHOTIČNA SMER

- Sanje, fantazije in prebliski ostajajo **prehodni**,
- **jasno zamejeni** od budne, konsenzualne resničnosti,
- če že odmevajo, odmevajo kot možnosti, kot simboli in kot **hipoteze**,
- med sebstvom in njimi ostaja **varna razdalja** in mesto preverjanja hipotez.

## PSIHOTIČNA SMER

- Sanje in prebliski lahko pobudijo **daljšo zgodbo**,
- ki **prežame** in vpliva na doživljanje resničnosti,
- simbol oz. hipoteza **“okosteni” v eno in edino možnost**,
- preplavijo človeka in **iz jedra** njegove osebe **so-ustvarjajo** zgodbo.



“Veste, to kar vi sanjate, so samo posamezni zvezdni utrinki. Pri meni pa je mlečna cesta. Veliko malih utrinkov, eni močnejši, drugi manj, a vse skupaj se vleče skozi meglice neskončnega pobliskovanja.”

# Tako lahko pogojno rečemo

..., da je “material” v ozadju **skupen**, le da se **skozi različno strukturo** človeka enkrat ustavi in prefiltrira skozi **konsenzualno resničnost**, pri psihotičnem človeku pa si preko njegovih (šibkih) meja **izpogaja polno vladavino**.

Zanimivo je izrazil pacient: “Gledam naokrog in vidim, da so lahko ljudje hipnotizirani od resničnosti, jaz pa se ji ne morem prepustiti.”



# Drugi terapevtski doprinosi diferencialne fenomenologije

- Zmožnost **ločevanja** med različnimi itinerariji: sanje, ustvarjalnost, duhovnost, uveljavljanje sebe, psihoza.
- Šele z razmejevanjem oblike, se lahko **približujemo vsebini...** in jo ustrezneje interpretiramo.
- Sploh **odpremo prostor pripovedi** o teh drugih in drugačnih doživljanjih.

# Terapevtsko je ...

... pustiti valovom  
"nezavednih" in  
"nevsakdanjih" sil, da se  
**izrazijo**, da jih človek lahko  
skupaj z ostalimi **začuti**,  
**prepozna in poveže**.

Veliko bolj siromašno bi  
bilo duševno življenje brez  
njih.

Vendar pa ... ne sme  
pustiti, da budnost izniči  
sanje...

... in ne pustiti sanjski  
izkušnji, da v svoji  
breztalnosti pogoltne  
budnostno.

Za Biona je psihoza nezmožnost  
sanjskega procesa, da metabolizira  
surovo izkušnjo.

# ZAKLJUČKI

- Sanje in psihoze so si v mnogočem podobne, so razpoke v samoumevni vsakdanjosti.
- Med seboj nosijo pomembne razlike, ki jih lahko ločujemo.
- S tem odpiramo prostor, da se vsaka na svoj poln način izrazijo ter ...
- ... s tem bogatijo in zdravijo tistega, ki jih izkuša, in druge.

# POST SCRIPTUM

Sanje in psihotična stanja pa imajo velik duhovnozgodovinski in filozofski pomen: odkrivajo nam razpoke v doživljanju resničnosti in nas opozarjajo na trpni in prehodni značaj izkušanja naše resničnosti.

Z besedami slovenskega pesnika:

*“Življenje teče, teče, se izteče.*

*Koliko me je vmes?”*

# Nemški filozof Walter Benjamin dodaja:

“Zgodovino sanj je šele treba napisati. Razpreti uvid vanjo bi pomenilo prek historične iluminacije odločilno potolči praznoverje ujetosti v naravo. Sanjanje je udeleženo v zgodovini.”



Njegov avstrijsko-angleški kolega pa  
sklene:

*“Pomisli, kako zagonetne so sanje. Takšna  
uganka nima razrešitve. Intrigira nas. Kot da bi  
bila tu uganka. Zakaj bi bilo to sanjanje  
skrivnostnejše kot miza? Zakaj ne bi bilo oboje  
enako skrivnostno?”* (Ludwig Wittgenstein)

Prav sanje in psihoze nas lahko k temu  
prebujajo, da opazimo, česar brez njih nikoli ne  
bi.

HVALA ZA POZORNOST!

# Literatura

- Freud S. Die Traumdeutung. Frankfurt: Fischer, 1982.
- Jung C.G. Dreams. London: Routledge, 2002.
- Battegay R.& A. Trenkel (ur.) Der Traum. Bern: Hans Huber, 1976.
- Robbins M. The Primordial Mind in Health and Illness. London: Routledge, 2011.
- Kocijančič G. O nekaterih drugih. O sanjah. Ljubljana: Beletrina, 2016.