

O Sonhar Social e o Contar o Sonho: novas vias régias de acesso ao inconsciente?

*Social Dreaming and Dream-telling: new major roads to
access the unconscious?*

Carla Penna*

Resumo: Há mais de cem anos, a interpretação dos sonhos tem sido, para a Psicanálise, a via régia de acesso ao inconsciente. Entretanto, em 1982, Gordon Lawrence desenvolveu o *Social Dreaming* – o Sonhar Social –, um método que, por meio da associação livre, favorece expandir o significado e o conteúdo de um sonho relatado no interior de uma matriz grupal. *Dream-telling* - Contar o Sonho - é uma técnica desenvolvida em trabalhos com grupos, que parte do princípio de que contar o sonho é um acontecimento social realizado no espaço intersubjetivo estabelecido entre sonhador e ouvinte.

Palavras chave: Sonho, matriz, sonhar social, contar o sonho, espaço intersubjetivo.

Abstract: For more over a hundred years, the interpretation of dreams has been to Psychoanalysis, the main road to access the unconscious. However, in 1982 Gordon Lawrence developed *Social Dreaming*, a method that favors the expansion of both the contents and the meaning of dreams, through free association, reported within a group matrix. *Dream-telling* is a technique developed in working with groups based on the principle that telling a dream is a social event that occurs in the intersubjective space established between the dreamer and the listener.

Keywords: Dream, matrix, social dreaming, dream-telling, intersubjective space.

* Psicanalista, membro efetivo/CPRJ, membro efetivo da *Group-Analytic Society of London*, doutora em Psicologia Clínica PUC-Rio, profa. visitante de Psicologia Médica/Faculdade de Ciências Médicas-UERJ.

Introdução

A interpretação dos sonhos inaugurou a Psicanálise há 114 anos, sendo com os chistes, os atos falhos e os sintomas, a via régia de acesso ao inconsciente. A primeira análise de Freud (1900), sua autoanálise, foi feita a partir de seus próprios sonhos e, mais do que conduzir a hipótese de que o sonho era a realização alucinatória de um desejo, foi fundamental para a construção do arcabouço teórico da Psicanálise. A autoanálise de Freud permitiu a enunciação do complexo de Édipo, a valorização do papel da neurose, das fantasias inconscientes e dos processos primários chegando até as identificações e ao conceito de narcisismo na virada para a segunda tópica.

Na Psicanálise clássica, o sonho sempre foi extremamente valorizado e sua interpretação dentro do *setting* analítico deu acesso a conteúdos recalçados e elaboração de experiências traumáticas. Além disso, a interpretação dos sonhos dentro da relação analítica permitiu a revelação do inconsciente em suas nuances. Contudo, apesar das considerações freudianas sobre o sonho terem sido transformadoras para o trabalho analítico, elas não conferiram a devida importância ao fato de que o relato do sonho ocorre no encontro do analista com seu paciente.

Dentro dessa perspectiva, Ferenczi (1913/1992) foi um dos primeiros psicanalistas a compreender os sonhos dentro do contexto relacional localizando sua gênese no espaço intersubjetivo. No *Diário clínico* (1933/1990) afirma que “o paciente percebe que o fragmento de seu sonho é uma combinação de conteúdos inconscientes da psique do analisando e do analista” (FERENCZI, 1933/1990, p. 35). Para ele, o relato de um sonho pode ser uma tentativa de comunicação com um interlocutor “uma pessoa pode sentir-se impelida a relatar um sonho para a pessoa a qual o sonho encontra-se relacionado” (FERENCZI, 1913/1992, p. 112).

Jung acreditava que os sonhos eram uma pequena porta escondida que se abria para o cosmos, apresentando uma concepção do sonho que surgia do universal para o *self* verdadeiro, revelando, ainda, características do sonhador, da religião e da cultura. A visão do sonho, trazida por Jung, envolve, não apenas a relação do sonhador com universo os arquétipos, mas aponta também para a ideia de um sonho que comporta a relação com o outro, com o grupo ao qual o indivíduo pertence. Através da observação de crianças, Jung verificou que, em seus sonhos, elas absorviam os problemas inconscientes de seus pais. Casais em terapia produziam sonhos “em conjunto” (SCARPE, 2004). Além disso, existem relatos de experiências com sonhos do próprio Jung que revela-

vam mais do que seu psiquismo individual. Em 1913, ele sonhou com a Europa coberta por inundações, com toda a civilização transformada em cascalho e com o mar coberto de sangue. Em 1914, novamente um sonho de cunho apocalíptico tomou conta da psiquê de Jung, desta vez a terra coberta de gelo em consequência de um esfriamento dos polos. Embora na época tenha interpretado o primeiro sonho como uma faceta psicótica de sua personalidade, no segundo sonho não pode mais deixar de considerar o conteúdo sociopolítico de seus sonhos que pareciam prever o derramamento de sangue que inundaria a Europa nos anos subsequentes (PINES, 2002, p. 33). Para Pines, os sonhos de Jung, aliados às ideias de Bion sobre o sonhar, forneceram subsídios para que, anos mais tarde, Gordon Lawrence pudesse pensar na dimensão sociocultural dos sonhos (*op. cit.*, p. 34).

Outro aspecto importante que parece não ter sido levantado por Freud, em relação aos sonhos, é o fato de que eles podem funcionar como experiências criativas, reparadoras e, principalmente, transformadoras para o sonhador (LAWRENCE; BIRAN, 2002). Em 1937, Ella Sharpe já apontava para o fato de que o trabalho do sonho e o sonho permitiam revelar o “não conhecido implícito no conhecido” e que esse processo permitia uma ampliação da experiência da linguagem e do pensamento. De uma forma particular, tanto o sonhador quanto o poeta ou o artista seriam capazes de transcender o cotidiano e ampliar, de forma infinita, as palavras e os sentimentos (SHARPE, 1937/1961, p. 12).

Atualmente, as investigações sobre a função dos sonhos na Psicanálise é grande e envolve uma miríade de autores do calibre de Bion (1961, 1963), Stolorow (1978), Meltzer (1984), Ogden (2001) e Ferro (2001) que permitiram, não apenas a ampliação do conhecimento sobre questões traumáticas e diferentes estados de consciência, mas que também, em maior ou menor grau, apontaram para a interface do sonhar com a experiência intersubjetiva. Dentre essas contribuições destaca-se a do psicanalista e grupanalista Solomon Resnik que se baseando na observação da sessão analítica afirma que contar o sonho é sempre um evento transferencial, pois o pensamento sobre o sonho é desenvolvido através da compreensão da gramática do sonho e de seu teatro de significações. Através do trabalho com pacientes neuróticos e psicóticos e com o desenvolvimento do *Theatre of dream* (RESNIK, 1987), Resnik afirma que sonhar é uma forma especial e complexa de pensar, pois é um tipo de experiência no espaço e no tempo que, governada pelo processo primário, revela experiências primitivas que ocorrem no inconsciente, favorecendo, não apenas o trabalho da dupla analítica, mas também experiências com grupos e com a sociedade (RESNIK, 2002, p. 207). Para Neri, Pines & Friedman a experiên-

cia de Resnik com o “teatro do sonho” revelou como o sonho pode ser relatado e dramatizado dentro de um contexto inter-relacional (2002, p. 18).

Recentemente René Kaës (2004) permitiu que o estudo dos sonhos se deslocasse do espaço fechado do intrapsíquico para o campo das relações interpessoais. A partir de uma perspectiva intersubjetiva, Kaës apontou para a presença de espaços oníricos comuns e compartilhados. Dessa forma, o sonho deixou de ser apenas uma produção intrapsíquica e individual para ser também uma produção interspíquica, intersubjetiva. Dentro dessa perspectiva, o umbigo do sonho, já apontado anteriormente por Freud, pode ser mais valorizado dando lugar para o desconhecido, para o infinito próprio do inconsciente. Assim, na polifonia do sonho, tal como descrita por Kaës, o sonho adquire novas dimensões interpretativas podendo ser trabalhado em uma “multiplicidade de espaços, tempos, sentidos e vozes” (KAËS, 2004, p. 35).

Nas terapias de grupo, o sonhar é muito valorizado. Para a grupanálise de Foulkes (1964/2002) o conteúdo do sonho de um dos membros de um grupo pode ser interpretado e utilizado para revelar aspectos inconscientes presentes na psicodinâmica grupal. Isto é, apesar do sonho ser sonhado por um indivíduo, ao ser relatado em um grupo pode ser compreendido como um sonho que carrega conteúdos recalcados daquele grupo. Em sessões de grupanálise, o fenômeno do espelhamento auxilia o contar o sonho, conferindo a esse processo uma característica relacional, transpessoal (NERI, PINES; FRIEDMAN, 2002). Nesse sentido, o sonho é sempre tratado como uma comunicação. Já, para a Escola Francesa de Psicanálise de Grupo, existe uma analogia entre o grupo e o sonho e Anzieu (1990) vê o grupo como uma realização imaginária de desejos e ameaças. Nesse sentido, “os sujeitos humanos participam dos grupos da mesma forma, que em seu sono, entram no sonho. Assim, do ponto de vista da dinâmica psíquica, grupo é um sonho” (ANZIEU, 1990, p. 49).

Sonhar Social – *Social Dreaming*

Uma apreciação intersubjetiva do fenômeno do sonho permitiu a ampliação de sua investigação, que pode deslocar-se de uma visão meramente individual/ intrapsíquica para uma perspectiva interspíquica/intersubjetiva, que contempla a existência de espaços comuns de compartilhamento de sonhos. Esses desenvolvimentos abriram espaço para que, em 1982, Gordon Lawrence (2000; 2010), pudesse investigar e oferecer um novo *setting* para o trabalho com o sonho, um *setting* que conferia ênfase, não mais ao seu aspecto individual, mas sim ao caráter social do conteúdo dos sonhos. Assim, Lawrence desen-

volveu, em seu trabalho com grupos e organizações no *Tavistock Institute of Human Relations*, a técnica do *Social Dreaming* - sonhar social. Até aquele momento não havia nenhum método para o trabalho específico com sonhos em grupos, embora diversos profissionais da Clínica *Tavistock*, com forte influência bioniana, se dedicassem à compreensão das formações grupais, vistas como um todo integrado. Isto é, segundo a tradição de Bion (1948/1970), um grupo poderia ser examinado sob duas diferentes perspectivas, a do Édipo ou a da Esfinge. A primeira possibilidade examinava o grupo e as relações transferenciais estabelecidas entre seus membros, buscando decifrar complexos e dificuldades específicas daquele grupo. Já, a segunda perspectiva estava voltada para a investigação epistemológica e para o desenvolvimento de uma metodologia científica para o conhecimento e a busca da verdade (Bion) nos processos grupais. A *Tavistock* utilizava o método da Esfinge, exclusivamente, e Lawrence intuiu que o método empregado para investigação dos sonhos na Psicanálise – dentro da perspectiva Edípica – poderia apresentar um correlato que fosse congruente com a postura da Esfinge, da *Tavistock*. Corrao (1971, apud LAWRENCE; BIRAN, 2002) explica a menção de Bion à Esfinge como a descrição de uma atitude psicológica em relação ao conhecimento advindo dos grupos humanos, ou seja, uma atitude que contempla o enigmático o *ab aeterno* desafio do conhecimento e da morte. Lawrence e Biran (2002), discutindo o desenvolvimento do aporte social aos sonhos, afirmam que o uso do mito da Esfinge permite descrever a atitude que deve ser conferida à investigação do sonhar social. Isto é, uma abertura para o desconhecido e para o possível através da escuta atenta ao que o sonho pode revelar sobre o desconhecido.

Examinando a literatura sobre sonhos, Lawrence descobriu o livro de Charlotte Beradt's de 1968 – *The Third Reich of dreams*, que relatava e trabalhava diversos sonhos que apresentavam conteúdos, não apenas relacionados aos conflitos internos individuais, mas que carregavam em seu bojo questões relacionadas ao Terceiro Reich e sua propaganda massiva. Assim, começou a refletir sobre a ideia do sonhar social, pois passou a acreditar que os sonhos poderiam ser utilizados para iluminar e para descrever situações sociais que transcendiam a perspectiva meramente individual. Com esse intuito, reuniu em grupo pessoas para o desenvolvimento de seu experimento, considerando-as membros de uma matriz e não de um grupo. O conceito de matriz vem do verbo *máter*, mãe, fala da origem da vida, do início das coisas, do cosmos. O termo foi utilizado inicialmente por Foulkes & Anthony (1957) no livro clássico sobre grupanálise para descrever um lugar onde uma rede de inter-relações, sentimentos e comunicações verbais e não verbais podem florescer. Na técnica

da matriz, o inconsciente revelado através dos sonhos pode aflorar em sua pujança, longe de uma relação processual, intrínseca aos grupos terapêuticos onde fenômenos conscientes e inconscientes e uma psicodinâmica própria fazem-se presentes e podem ser analisadas. Nesse sentido, o grupo analítico está cercado de significados e, por outro lado, a matriz permite a emergência de múltiplos e infinitos significados e sentidos. Além disso, a matriz pode ser considerada como um espaço que contém um sonho e suas transformações. Isto é, falando em termos bionianos (BION, 1963), a matriz é o continente e os sonhos e as associações livres subsequentes são o conteúdo, o contido. Assim, no interior da matriz do sonhar social, o relato do sonho e seus conteúdos deixam de ser uma propriedade pessoal para serem amplificados pela associação livre, sendo a partir de então, apreciados em sua dimensão social, política, institucional e espiritual própria de um dado meio social. A ideia de matriz, apresentada pelo *Social Dreaming* pode ser vista como uma “gaiola de Faraday”¹, isto é, como um espaço protegido, livre de interferências externas. No caso do sonhar social a interferência seria uma tendência da matriz a se transformar em grupo e do sonho ser analisado em seu conteúdo individual ou grupal. Isto porque, o sonhar social parte de outra premissa teórica, pois valoriza o sonho e seu conteúdo, mas não leva em consideração a pessoa do sonhador. A matriz do sonhar social foi criada para receber sonhos sociais, que não serão interpretados individualmente, mas que serão utilizados pela matriz para revelar, de forma infinita através da associação livre, o inconsciente. Em termos winnicotianos (WINNICOTT, 1970) é possível considerar a matriz do sonhar social como um espaço transicional onde a criação do sonho, o sonho compartilhado coletivamente pode expandir o pensamento e seus infinitos significados, levando os participantes a experimentar diferentes possibilidades e a tolerar melhor o não-saber (LAWRENCE, 2000).

Ao criar o primeiro experimento com o sonhar social na *Tavistock*, Lawrence já acreditava que era possível sonhar socialmente e que a experiência do sonho, dentro de uma matriz, poderia conduzir a uma nova experiência com sonhos. A associação entre os sonhos permitiria a formação de um holograma onde cada sonho refletiria e conteria o outro. Dentro desta perspectiva seria possível para os sonhos dialogarem, dentro de um espaço continente, como o da matriz. O sonhar social foi então um método criado para identificar o conhecimento cultural apoiado no sonho e não no sonhador. Permite reunir

¹ Uma “gaiola de Faraday” é uma blindagem elétrica, ou seja, uma superfície condutora que envolve uma dada região do espaço e que pode, em certas situações, impedir a entrada de perturbações produzidas por campos elétricos e ou eletromagnéticos externos.

de 6 a 60 participantes, sendo o número ideal em torno de 30 pessoas. As sessões de *Social Dreaming Matrix* – matriz de sonhar social – duram em torno de uma hora e o *setting* está disposto para facilitar o trabalho do sonhar social. As cadeiras estão agrupadas em formato de estrelas com cinco a seis cadeiras em cada uma organizadas em direção ao centro da matriz. Os sonhos relatados no interior da matriz não são interpretados pelo condutor do grupo, mas são ampliados através da associação livre dos demais participantes. Uma vez que um sonho é relatado na matriz, ele deixa de pertencer ao sonhador e passa a ser compartilhado pela matriz que expande seu conteúdo. A proposta do *Social Dreaming Matrix* é transformar o pensamento dos sonhos através da associação livre e da amplificação, fazendo com que o sonho permita novas formas de pensamento e reflexão no interior da matriz (LAWRENCE, 2010).

Lawrence fez uso do arcabouço teórico da Psicanálise inglesa, especialmente de Bion (1961, 1963), Winnicott (1970) e Bollas (1987), contudo aportes sistêmicos, neurofisiológicos, da teoria analítica e da teoria quântica foram utilizados para explicar como os sonhos podem estar envolvidos com processos corporais, átomos, partículas e ondas. Existe uma grande complexidade nessas reflexões, mas Lawrence (2002) trabalha com a hipótese de que quando um sonho emerge, ele é um pedaço de informação, um fragmento do conhecimento, uma experiência compartilhada do infinito. Assim, o trabalho do sonho é contínuo, estando presente no cotidiano e quando o sonho emerge, ele é como uma partícula, como uma onda que vem do “buraco negro da psique” (*op.cit.*). O conhecimento embutido no sonho é aquilo que está em foco e o fato da matriz do sonhar social ser composta por pessoas diferentes e permite que os sonhos possam ser explorados, revelando aspectos da sociedade e do ambiente compartilhado e muito ainda do que Bollas (1987) chamou de conhecido não-pensado, isto é, “*unthought known*”.

Apoiando-se em Bollas, Lawrence (2010) pode evidenciar a presença de um aspecto que remete ao infinito, ao desconhecido, ao conhecido impensado presente nos sonhos. De fato, o infinito está presente no ato de sonhar, porque os sonhos conduzem a outras dimensões na forma de imagens surreais. O sonhar é uma forma diferente de pensar conteúdos não sabidos, não ditos e, portanto, não pensados. A primeira hipótese teórica de Lawrence é a de que “os sonhos, o sonhar e o sonho induzem sempre a uma tensão entre o finito e o infinito” (LAWRENCE 2000, 2010). Isso significa que o sonho, como o pensamento, tende sempre a ampliar o espaço do possível. O sonhar social combina então o uso da lógica da consciência com o ilógico proveniente do inconsciente. Assim, permite discernir os padrões que conectam o pensar fini-

to ao infinito desconhecido. Para Lawrence (2000), o sonho conduz a uma tensão entre o finito (aquilo que conhecemos) e o infinito (desconhecido), isto é entre o consciente e o inconsciente. O autor propõe, então, a substituição da polaridade consciente/inconsciente – uma vez que não é possível para um sujeito estar consciente dos pensamentos inconscientes – para mergulhar em uma reflexão em termos de finito-infinito. O conhecido não-pensado de Bollas (1987) explica que, na relação entre o infante e o mundo objetal, conteúdos são transmitidos através da ação e não do pensamento; contudo, essas experiências tornam-se parte do inconsciente. Assim, partindo do conhecido não-pensado, Lawrence acredita que a ideia de infinito pode ser intuída nas relações humanas e que é possível estar consciente do infinito como espaço mental. O sonho é apenas uma partícula dentro da cadeia infinita dos pensamentos e estes se iniciam a partir do “não-pensado”, daquilo que busca continente, significado. As ideias de Lawrence embora contenham uma perspectiva cosmológica, aliada a aspectos da teoria quântica aproximam-se dos conceitos de Bion (1963) sobre o pensamento sem pensador, proto-pensamentos e dos elementos *alfa e beta*. Além disso, permite cultivar e ampliar, no interior da matriz do sonhar social, a capacidade de *reverie* (BION, 1963) e a capacidade de estar só (WINNICOTT, 1958/1990), que se encontra associada ao devaneio e ao sonhar acordado criativo (LAWRENCE, 2002).

Diferenças entre o Sonhar Social e o Sonho Terapêutico

O sonhar social e o sonho terapêutico são complementares. Cada um tem seu domínio e sua metodologia. Para Lawrence e Biran (2002), enquanto o sonho terapêutico encontra-se dentro da esfera Edípica, o sonhar social debruça-se sob o trabalho de expansão dos significados da Esfinge, ou seja, para a expansão do pensamento, do conhecimento que chega à consciência. O sonho terapêutico guarda uma perspectiva egocêntrica, centrada no paciente. O sonhar social por sua vez, concentra-se nas preocupações sociocêntricas dos participantes. Contudo se o conceito bioniano de reversão de perspectiva for utilizado é possível considerar os dois tipos de trabalho não em oposição, mas em relação de figura-fundo. Isto é, no sonho terapêutico, o Édipo é a figura e a Esfinge o fundo, da mesma forma no sonhar social a Esfinge está em destaque, mas o Édipo permanece no fundo. Esse tipo de visão permite diferentes possibilidades de complementaridade e desenvolvimento do trabalho.

Sessões de grupo terapêutico podem debruçar-se sobre os sonhos de um paciente e este pode mesmo até apontar para dinâmicas do grupo como um

todo, mas o trabalho está focado nas relações de transferência e contratransferência entre os participantes e em interpretações. Em sessões de sonhar social o foco é no sonho e na matriz. Aspectos transferenciais e passíveis de interpretação surgidos a partir de um sonho em relação a um dos condutores, são trabalhados no aqui-e-agora da sessão, sendo valorizados em sua relação com a percepção das figuras de autoridade pelos participantes. Qualquer relação com os aspectos individuais dos sonhos são evitados.

Para um analista experiente não é fácil participar de uma sessão de sonhar social porque ela demanda que seja deixado de lado todo um treinamento analítico e interpretativo do sonho que pertence à esfera do mundo conhecido para dar lugar a um estado de *reverie*, a uma disposição para o brincar winnicottiano, a um estado de mente aberto o suficiente para se perder na exploração do desconhecido que está presente no sonhar social. Assim, uma postura terapêutica e interpretativa *stricto sensu* não funciona no trabalho com o sonhar social, pois, a experiência requer uma disposição para uma viagem de exploração do mundo e de suas infinitas possibilidades está presente. É uma diferente forma de dialogar, onde o diálogo se dá através dos sonhos, através de um sistema aberto de contato com o infinito do inconsciente. É uma viagem ao mundo onírico, uma viagem *à la Lewis Carroll*, onde nem tudo por ser contido, conhecido ou compreendido.

O sonhar social permite um contato com um mundo que está além do individual que leva à criatividade e ao crescimento. É uma ponte que possibilita o acesso ao que Symington (1986) denominou de posição trágica e que Grotstein (2007) definiu como posição de transcendência, onde o sujeito experimenta tranquilidade e liberdade, consigo mesmo, livre das pressões do *establishment* e das figuras de autoridade. De certa forma, aproxima-se do que Bion (1965) definiu como *transformação em O* na medida em que o pensamento está em constante estado de transformação, pois é um processo infinito.

O sonhar social olha para um mesmo material sob duas diferentes perspectivas. Os participantes introduzem livres associações em relação às imagens no sonho e o sonho deixa de ser uma propriedade pessoal para ser uma produção coletiva, uma representação do destino do homem, do desconhecido, dos medos e das inseguranças. O contexto da vida do sonhador passa a ser o texto da matriz. O sonho torna-se uma peça de um quebra-cabeça que contém múltiplas dimensões do mundo.

Atualmente, caminha-se cada vez mais para a interdisciplinaridade e em termos de trabalhos com sonhos terapêuticos e sonhos sociais essa realidade não é diferente. O estabelecimento de limites claros e definidos às vezes fica

complicado; portanto, as duas diferentes formas de trabalho com sonhos se interpenetram, uma vez que não é possível afirmar que em um tratamento individual não exista uma ampliação da consciência ou uma porta aberta para o umbigo do sonho, para o desconhecido. Da mesma forma, o sonhar social embora não tenha um objetivo terapêutico, pode abordar aspectos dolorosos e dilemas da existência pessoal e humana, que podem entrar em processo de revelação e elaboração, tendo assim resultados terapêuticos.

Trabalhos com *Social Dreaming Matrix*, embora tenham começado no contexto organizacional na Inglaterra, estão presentes hoje em diversos países como Austrália, Itália, Israel, Irlanda, Suíça, Alemanha, Áustria, França, Holanda, Dinamarca, Finlândia, Suécia, Ruanda. Sessões de sonhar social são organizadas com estudantes e professores em escolas ou Universidades, equipes multidisciplinares em hospitais, no King's Fund em Londres ou mesmo com bombeiros na Itália ou jornalistas no Reino Unido. Esta técnica é utilizada por analistas sistêmicos, jungianos, psicodramatistas e por psicanalistas em contextos traumáticos.

Na Inglaterra, em Israel e na Sérvia o sonhar social tem sido empregado em *workshops* que envolvem a elaboração de lutos coletivos e situações traumáticas produzidas por transmissão psíquica transgeracional e/ou guerras e conflitos recentes. É visível como sessões de *Social Dreaming Matrix* abrem a porta para um contato aberto, não apenas com a mente de um sonhador, mas com dimensões coletivas do grupo em questão. Conteúdos recalcados no inconsciente social (HOPPER; WEINBERG, 2011) são revelados, bem como angústias primitivas e aspectos relativos à sexualidade e à agressividade do grupo afetado adquirem ampliada dimensão. Complexas relações familiares e sociais afetadas pelo trauma coletivo têm livre acesso através do sonhar social, permitindo, não apenas o início da revelação/processo de elaboração de conteúdos enquistados (ABRAHAM; TOROK, 1995) ou encapsulados (HOPPER, 1990) pelo trauma. As sessões de sonhar social são invariavelmente seguidas nesses *workshops* por sessões de grupo de reflexão (DELLARROSA, 1979) e de pequenos, médios e grandes grupos que dão continuidade ao processo de reflexão e elaboração coletiva.

Contar o Sonho – *Dream-telling*

Desde a Antiguidade Clássica, na Bíblia, na literatura ou em contos e lendas a ideia de explorar o conteúdo de sonhos e de relatá-los sempre foi uma prática conhecida. Através de inúmeros relatos de sonhos foi possível conhecer

e compreender muito sobre culturas e sociedades esquecidas ou extintas (SORLIN, 2003). Contudo o contexto oracular/premonitório com que os sonhos foram tratados por muitos séculos, apesar de apoiarem-se em seus aspectos simbólicos, ofuscou muito de suas possibilidades relacionais e comunicativas. Mesmo na Psicanálise, onde os sonhos adquiriram novo status, muito tempo se passou até que os sonhos pudessem transcender seu caráter meramente individual para serem apreciados por suas características comunicacionais e metacomunicacionais. Contudo, a prática de compartilhar o conteúdo dos sonhos, não apenas para compreendê-los dentro de uma dinâmica individual, começou recentemente a adquirir uma importância terapêutica adicional.

Tais desdobramentos no universo onírico encontram-se diretamente relacionados às pesquisas sobre testemunho e elaboração traumática, desenvolvidas a partir da década de 80 na Alemanha, Israel, Polônia e França. A importância terapêutico-elaborativa do relato de histórias traumáticas, especialmente àquelas relacionadas ao Holocausto deu origem a trabalhos onde a técnica do contar uma história – *Story-telling* – foi utilizada com resultados positivos que envolviam experiências de transformação mútua entre entrevistadores e relatores (DAN BAR-ON; OSTROVSKY; FROMER, 1994). Isto é, na experiência de *Story-telling*, a atenção conferida aos relatos traumáticos dentro de um *setting* protegido, foi fundamental para a compreensão de questões traumáticas encapsuladas. Nesse sentido, a substituição do silêncio pela palavra através da narrativa conferiu nova luz para os trabalhos com trauma e transmissão psíquica transgeracional (DAN BAR-ON, OSTROVSKY; FROMER, 1994; DAN BAR-ON, KASSEM, 2004).

Por sua vez, a possibilidade de observar os sonhos fora da relação analítica clássica, dentro de um contexto interpessoal, permitiu que o sonho pudesse ser observado, não apenas como um caminho para o autoconhecimento e a elaboração pessoal, mas para ser visto como uma via régia onde o “uso do outro”, do “outro conhecido” é fundamental para o processo, muitas vezes incompleto, de elaboração do sonho (FRIEDMAN, 2002, 2004).

O trabalho com o contar o sonho debruça-se menos sob os aspectos intrapsíquicos do sonho e sua relação direta com o inconsciente para valorizar sua narrativa. Partindo de uma pesquisa realizada na Universidade Haifa em Israel, com crianças e seus familiares sobre sonhos – e tendo como ponto de partida o referencial teórico da Escola Inglesa, em especial Bion (1963), Meltzer (1984), Grotstein (1987, 2002) e Ogden (2001) – Friedman (2004) investigou pesadelos em crianças. Os resultados obtidos levaram-no a afirmar que os sonhos são um esforço, inconsciente de elaboração de um excesso, elaboração

de conteúdos ameaçadores ou excitantes que invadem a subjetividade infantil. Nesse sentido, dentro de uma perspectiva relacional, o material onírico não pertence somente à criança, mas aos seus pais e parentes mais próximos. Dessa forma, o sonhador encontra-se envolvido não apenas com a elaboração de conflitos internos, mas também com as dificuldades e excitações do ambiente. Assim, Friedman (2002) acredita que o sonho abre uma “estrada real” – uma *royal road through the other* – não apenas para a vida interior do sonhador, mas para sua rede de relacionamentos mais próximos e para o ambiente.

A partir daí, Friedman (2002, 2004) valorizou o fato de que o relato de um sonho dentro de um espaço interpessoal pode propiciar um lugar para a elaboração de emoções que não foram devidamente trabalhadas ou contidas. Através do trabalho analítico com grupos, observou que o espaço interpessoal criado entre o sonhador que conta o sonho e a audiência que “sonha o sonho relatado” funciona como uma oportunidade adicional de elaboração onírica. Isto porque um espaço de acolhimento, um espaço continente para os conteúdos não elaborados do sonho pode ser alcançado através do encontro intersubjetivo e de caráter inconsciente entre o contador do sonho e a audiência do sonho. Nesse contexto, contar o sonho objetiva uma elaboração interpessoal, isto é, um encontro intersubjetivo que permite a busca por um continente exterior advindo da relação com o outro. O sonho transforma-se em um pedido de proximidade, de contenção, de acolhimento externo, um pedido para que alguém sonhe com ele seu próprio sonho, “re-sonhe” com ele. Especialmente com pesadelos, sonhos traumáticos ou mesmo sonhos infantis, que se repetem em busca de elaboração e sentido, nos quais o processo de sonhar transborda afetos em busca de representação, as ideias de Friedman encontram ressonância.

Falando em termos bionianos, o contar o sonho facilita a expansão da função *alfa* do sonhador ampliando suas possibilidades de autocontenção. Esse tipo de papel do sonho, Friedman (2011) denominou de *formativo* em contraste com o papel clássico do sonho na teoria psicanalítica. Crianças e pacientes podem beneficiar-se deste tipo de enfoque da experiência onírica, na medida em que a formação de sua psique enriquece-se através da elaboração de complexos conteúdos inconscientes que surgem em seus sonhos. Considerando os aspectos intra e interpessoais envolvidos, a narração do sonho promove o desenvolvimento do pensamento (MELTZER, 1984), até porque o sonhar requer do psiquismo a interiorização da função *alfa* (BION, 1963), obtida na relação com a mãe, que irá permitir o pensar, o devanear e a capacidade de conter afetos e emoções. Além disso, a capacidade de contar sonhos encontra-se relacionada com a possibilidade de encontrar no outro

um interlocutor capaz de conter o conteúdo emocional do sonho, uma vez que nem todas as pessoas são capazes de exercer essa função continente (GROTSTEIN, 1979, 2002).

Trabalhando com o contar o sonho, o autor descreveu três diferentes usos de sonhos: o primeiro é o uso *informativo*, isto é, o uso do contar o sonho com a finalidade de recuperar e elaborar conteúdos oníricos. Esse uso aproxima-se do uso da Psicanálise clássica, onde se observa a maturidade do ego, questões edipianas, a transferência para o analista ou mesmo para a situação do grupo. Em segundo lugar, há o uso *formativo* do contar o sonho, neste caso, os sonhos contados por uma subjetividade imatura e fragmentada podem, progressivamente, estruturar a psique do sonhador. O terceiro uso é *transformativo*, pois nele é possível observar que o sonhador direciona seu relato de forma inconsciente para um público que o auxilia a elaborar os conteúdos de seu sonho. Ao ouvir o sonho, a audiência é convocada a testemunhar e reconhecer emoções e ajudar a contê-las, influenciando o relacionamento entre o ouvinte e o contador do sonho.

Friedman (2011) desenvolve grupos terapêuticos e grupos de reconciliação e diálogo com israelenses e palestinos e judeus e alemães. Nesse difícil trabalho, o uso do contar o sonho adquiriu a partir de sua própria experiência como sonhador um espaço especial. Analisando seus próprios sonhos e utilizando-os durante encontros em grupo ou *workshops* observou que era possível que o próprio grupo funcionasse como parceiro na elaboração de situações que envolviam complexos conflitos, traumas e guerra, através da técnica do contar o sonho. Nesses contextos observou que a permeabilidade da psique tornava o processo de contar o sonho possível, e que, muitas vezes, as fronteiras intrapessoais e interpessoais acabavam se perdendo por completo, facilitando a demolição de barreiras que impediam o tão difícil diálogo.

No processo de elaboração e digestão dos conflitos inerentes a esses grupos a experiência do contar o sonho constituiu-se em um instrumento eficaz para a promoção de diálogo através do esforço conjunto de elaboração das situações traumáticas. Esse movimento, às vezes, era recíproco, mas normalmente assimétrico. Não importa, pois contar o sonho é, para Friedman (2004), um pedido de continente criado a partir da relação interpessoal. Contar o sonho tem a função de mudar a relação com o interlocutor, pois busca sempre a influência intersubjetiva e interpessoal. Apesar da realização desses encontros de diálogo serem extremamente dolorosos, por envolverem traumas ancestrais e ódios intergeracionais, a disponibilidade para a reconciliação e o desejo de paz move pessoas para o esforço de diálogo.

Nesses contextos, experiências de contar histórias e contar sonhos facilitam o encontro com desejos, aspirações, medos e culpas inconscientes que clamam por representação e elaboração. Essas técnicas permitem a construção de espaços seguros, espaços continentais de inter-relação construindo pontes, áreas de contato intersubjetivo, transicional, interpessoal e transpessoal. São experiências que revelam o inconsciente, rompem barreiras, transformam relações e ajudam a curar feridas. Da mesma forma, sessões de *Social Dreaming Matrix* começam a sair do âmbito institucional e organizacional possibilitando através do encontro com dimensões inimaginadas, inconscientes e desconhecidas do psiquismo humano a ampliação do pensar criativo e a elaboração coletiva, através do sonho, de problemáticas encontradas no social e na cultura.

Nesse sentido, embora pareçam proféticas, as palavras de Malcolm Pines (2002) – psicanalista e grupanalista inglês, que vivenciou os principais desdobramentos da Psicanálise europeia no século XX – resumem as perspectivas que o trabalho com sonhos no grupo e na cultura reservam para o século XXI:

As experiências em *settings* de grande grupo (mais de 50 pessoas) nos conduzem ao sonho de vigília que Bion afirmava ser necessário para a manutenção da saúde mental e emocional. Eu acredito que as experiências em grandes grupos e com o sonhar social coletivo são os próximos passos em direção à ecologia do psiquismo no início do novo milênio (PINES, 2002, p. 35).

Carla Penna

carlapenna@ig.com.br

Tramitação:

Recebido em 26/07/2013

Aprovado em 10/08/2013

Referências

ABRAHAM, Nicolas; TOROK, Maria. *A casca e o núcleo*. São Paulo: Editora Escuta, 1995.

ANZIEU, Didier. (1981). *O grupo e o inconsciente: o imaginário grupal*. São Paulo: Casa do Psicólogo, 1990.

BION, Wilfred. (1948). *Experiências com grupos*. Rio de Janeiro: Imago Editora, 1970.

_____. (1961). *Estudos psicanalíticos revisados*. Rio de Janeiro: Imago Editora, 1990.

- _____. (1963). *Elementos da Psicanálise*. Rio de Janeiro: Imago editora, 2004.
- _____. (1965). *Transformações*. Rio de Janeiro: Imago Editora, 2004.
- BOLLAS, Christopher. (1987). *A sombra do objeto*. Rio de Janeiro: Imago, 1992.
- BAR-ON, Dan; OSTROVSKY, Tal; FROMER, Dafna. Who Am I in relation to my past, in relation to the other? In: DANIELI, Yael. *International Handbook of Multigenerational Legacies of trauma*. New York and London: Plenum Press, 1994. p. 97-116.
- BAR-ON, Dan; KASSEM, Fatma. Story-telling as a way to work through intractable conflicts: the German-Jewish experience and its relevance to the Palestinian-Israeli conflict. *Journal of social issues*, v. 60, n. 2, p. 289-306, 2004.
- DELLAROSA, Alejo. *Grupos de reflexión*. Buenos Aires: Paidós, 1979.
- FERENCZI, Sándor. (1913). Para quem se relata um sonho? In: _____. *Psicanálise 2*. São Paulo: Martins Fontes, 1992. (Obras completas de Sándor Ferenczi, 2).
- _____. (1933). *Diário clínico*. São Paulo: Martins Fontes, 1990.
- FERRO, Antonino. O sonho no estado de vigília e as narrativas. In: GREEN, André (Org.). *Psicanálise contemporânea*. Rio de Janeiro: Imago, 2001. p. 341-356.
- FOULKES, Sigmund. (1964). *Therapeutic group-analysis*. London: Karnac, 2002.
- FOULKES, Sigmund; ANTHONY, James. (1957). *Group psychotherapy: the psychoanalytic approach*. London: Penguin, 1984.
- FREUD, Sigmund. (1900). *Interpretação dos sonhos*. Rio de Janeiro: Imago, 1976. (ESB,4 e 5).
- FRIEDMAN, Robi. Dream-telling as a request for containment in group therapy – The Royal Road through the Other. In: NERI, Claudio; PINES, Malcolm; FRIEDMAN, Robi. *Dreams and group psychotherapy*. London: Jessica Kingsley, 2002. p. 46-66.
- _____. The dream narrative as an interpersonal event - Research results. *Funzione Gamma*. Scientific Magazine, Rome: University Sapienza, 2004. Disponível em: <www.funzionegamma.edu>. Acesso em 24 mar. 2013.
- _____. O grupo e o indivíduo em conflito e na guerra. *Cadernos de Psicanálise-CPRJ*, Rio de Janeiro, v. 33, n. 24-25, p. 87-98, 2011.
- GROTSTEIN, James. *Um facho de intensa escuridão: o legado de Bion à Psicanálise*. Porto Alegre: ArtMed, 2007.
- _____. We are such stuff dreams are made on – Annotations on dreams and dreaming in Bion's Works. In: NERI, Claudio; PINES, Malcolm; FRIEDMAN, Robi. *Dreams and group psychotherapy*. London: Jessica Kingsley, 2002. p. 110-145.
- HOPPER, Earl. The encapsulation as a defense against the fear of annihilation. *International Journal of Psychoanalysis*, v. 72, n. 4, p. 607-624, 1991.

- HOPPER, Earl; WEIBERG, Haim. *The social unconscious in persons, groups and societies*. Volume I Mainly Theory. London: Karnac, 2011.
- KAËS, René. *A polifonia do sonho: a experiência onírica comum e compartilhada*. São Paulo: Ideias e letras, 2004.
- LAWRENCE, Gordon. *The social dreaming phenomenon*. 2000. Disponível em: <<http://www.acsa.net.au/articles/socialdreamingphenomenon.pdf>>. Acesso: 20 fev. 2013.
- _____. *O sentido social dos sonhos: a técnica da matriz*. São Paulo: Summus Editora, 2010.
- LAWRENCE, Gordon; BIRAN, Hanni. The complementarity of social dreaming and therapeutic dreaming. In: NERI, Claudio; PINES, Malcolm; FRIEDMAN, Robi. *Dreams and group psychotherapy*. London: Jessica Kingsley, 2002. p. 202-232.
- MELTZER, Donald. *Dream-life*. London: Clunie Press, 1984.
- NERI, Claudio; PINES, Malcolm; FRIEDMAN, Robi. *Dreams and group psychotherapy*. London: Jessica Kingsley, 2002.
- OGDEN, Thomas. Trabalhar na fronteira do sonho. In: GREEN, André (org.). *Psicanálise contemporânea*. Rio de Janeiro: Imago, 2001. p. 159-170.
- PINES, Malcolm. The illumination of dreams. In: NERI, Claudio; PINES, Malcolm; FRIEDMAN, Robi. *Dreams and group psychotherapy*. London: Jessica Kingsley, 2002. p. 25-36.
- RESNIK, Solomon. *The theater of the dream*. London: Tavistock, 1987.
- _____. Reflections on dreams - Their implications for groups. In: NERI, Claudio; PINES, Malcolm; FRIEDMAN, Robi. *Dreams and group psychotherapy*. London: Jessica Kingsley, 2002. p. 197-209.
- SCARPE, Meg. The use of dreams in group analysis “Touching intangibles”. *Funzione Gamma: scientific on line magazine*, Rome: University of Sapienza, n. 426, 2004. Disponível em: <www.funzionegamma.com>. Acesso em: 21 mar. 2013.
- SHARPE, Ella. (1937). *Dream Analysis*. London: Hogarth Press, 1961.
- STOROLOW, Robert. Themes in dreams: a brief contribution to therapeutic technique. *International Journal of Psychoanalysis*, v. 53, p. 473-5, 1978.
- SORIN, Pierre. *Dreamtelling*. London: Reaktion Books I, 2003.
- SYMINGTON, Neville. *The analytic experience*. New York: Saint Martin's press, 1986.
- WINNICOTT, Donald (1958). A capacidade de estar só. In: _____. *O ambiente e os processos de maturação*. Porto Alegre: Artes Médicas, 1990. p. 31-37.
- _____. *O brincar e a realidade*. Rio de Janeiro: Imago, 1970.