[٢١] الأحلام

المفهوم: يقرر فرويد (١٩٥٢: ٨٢) أن الحلم ".. هو عبارة عن الحياة النفسية للفرد أثناء النوم .. كما أنه حالة وسطى بين النوم واليقظة". ويشير مخيمر (١٩٧٩: ٢١٢) إلى أن الحلم ".. سلوك، وكل سلوك له دافع، والحلم من حيث هو سلوك دافعه هو خفض التوترات التي تهدد النائم بالإيقاظ معنى ذلك أن الحلم يهدف إلى المحافظة على النوم بإتاحة اشباعات أحلامية (غير واقعية) للدوافع الملحة التي يمكن أن توقظ الشخص من نومه، ومن الممكن أن تكون هذه الدوافع قديمة مكبوتة، ومن الممكن أن تكون شعورية، فالحلم هو حارس النوم يحرسه ويبقى عليه ضد الدوافع التي تهدده، وذلك بتقديم اشباعات أحلامية لها".

أن الأحلام ما هي إلا بقايا من النشاط النفسي لحالة اليقظة. كما أنها الأسلوب الذي تستجيب به الحياة للمتطلبات التي تكتنفها خلال النوم، والوضوح والغموض والتذكر والنسيان (فرويد، ١٩٥٢: ٨٢-٨٧). ولقد تعددت الآراء النظرية حول مفهوم الحلم، وفيما يلي عرضاً لهذه الآراء النظرية المتعددة:

[أ] آراء فرويد النظرية في تفسير الأحلام:

يعتبر فرويد أول من وضع الأصول العلمية في تفسير الأحلام. فقد ميز بين المضمون الصريح للحلم manifest dream، والمضمون الكامن له latent dream thoughts. فالحلم كما يرويه صاحبه هو المضمون الصريح، وما يحاول المفسر أن يصل إليه هو المضمون الكامن. ويرتبط المضمون الصريح ارتباطاً وثيقاً بذكريات يوم الحلم، وبالخبرات السابقة، وبالمؤثرات الحسية. ويمكن الوصول إلى الأفكار اللاشعورية الكامنة بواسطة التداعي الحر وبتأويل مدلول رموز الحلم. ويرى فرويد أن الأحلام هي الطريق الرئيسي المؤدي إلى اللاشعور، ويحتوي اللاشعور على العقد والنزعات والرغبات المكبوتة. وأغلب هذه الرغبات المكبوتة في نظر فرويد ما هي إلا رغبات جنسية، وبصفة خاصة ما يرجع منها إلى مرحلة الطفولة. وهذه الرغبات المكبوتة تكدح في سبيل الإشباع، فهي وإن كانت مكبوتة إلا أنها لم تخمد ولم تفقد القدرة على التأثير والظهور، وإنما ظلت حية تتحين الفرصة للإفلات من الرقيب Censor والإفصاح عن نفسها في الأحلام. ويتضمن تفسير الحلم مشكلتين، أولهما: عملية وهي معرفة الدوافع اللاشعورية والأفكار الكامنة وراء المضمون الظاهر للحلم. والثانية: نظرية وتتعلق بعمل الحلم dream work أي الميكانيزمات أو الحيل اللاشعورية التي تحولت بها الأفكار الكامنة في الحياة العقلية النائم إلى المضمون الظاهر للحلم (Freud, 1949: 19). وتتنوع الميكانيزمات لصياغة الحلم، أولها التكثيف: بمعنى أن المحتوى الظاهر في الحلم هو اختزال للمحتوى الكامن. فكل عنصر من العناصر الظاهرة في الحلم يرجع إلى عدة أفكار كامنة. كأن يكون القيء في الحلم تعبيراً عن التقزز من الممارسة الجنسية وفي نفس الوقت تعبيراً عن الرغبة في الحمل. وثانيها: الرمزية: بمعنى استخدام الحلم للرموز كوسيلة للتعبير، وهذه الرموز قد تكون عادة عند كل الناس مثل: الأسد أو الذئب كرمز للأب، والمركبات والماء كرمز للجنس. وقد تكون خاصة بثقافة معينة، وقد تكون خاصة بخبرة الفرد. وثالثها: الإزاحة: بمعنى أن تنفصل الخاصية الوجدانية عن موضوعها الحقيقي وتنصب على موضوع آخر فرعي. وذلك من قبيل الإزاحة من عضو التأنيث إلى الفم. ورابعها: الإخراج المسرحي: ويعني أن الحلم يعبر عن الفكر التصوري المجرد بصورة مرئية تماماً كاللغة الهيروغليفية عند قدماء المصريين فيعبر الحلم عن المعنى الذي يريده كما يحدث في الفيلم الصامت إذ تتتابع الصورة البصرية، ونادراً ما تتدخل الأصوات والحوار. وخامسها: التصفية الثانوية: بمعنى أن حالة الحالم بقدر ما تكون قريبة من اليقظة تضفي على هذا الناتج منطقية ومعقولية فيبدو متماسكاً كالقصة المترابطة (مخيمر، ١٩٧٩: ٢١٣-٢١٤).

ويقرر فرويد (بدر وعوض الله، د.ت: ٣١) أن هناك مصادر متنوعة تلعب دوراً كبيراً في تكوين الحلم،

أولها: منبهات حسية تأتي من خارج الجسم: فالنفس أثناء النوم تكون على صلة لا تنقطع بالعالم الخارجي، ولذلك تكون هذه المنبهات خلال النوم مصادر للأحلام كمن يسمع صوتاً وهو نائم فيثير صوراً تتسق معه في الحلم، فمن يسمع هدير الرعد وهو نائم يرى ساحة القتال. ثانيها: منبهات حسية تأتي من داخل الجسم نفسه: كالجوع والعطش والرغبة في التبول، فالجائع يحلم بالموائد الحافلة بأطيب الأطعمة والعطشان يحلم بما يروي ظمأه. ثالثها: المنبهات الجسمية الباطنية العضوية: كالاضطرابات والأمراض التي تصيب الأعضاء الباطنية فتعمل على إثارة الأحلام وتوجيهها، فمرضى القلب يحلمون بالموت والمواقف الرهيبة، وإذا اضطرب الهضم تضمنت الأحلام أفكاراً تتعلق بالطعام إقبالاً عليه أو اشمئزازاً منه. رابعها: المصادر النفسية الخاصة بالتنبيه: كاهتمامات النهار واليقظة المنبهة للأعصاب واستحضار ما سبقت خبرته في الماضي وهو ما يسمى بالتداعي.

وبالإضافة إلى ذلك، ينسج اللاشعور حياة حالمة يعيش فيها المرء غارقاً في إحساساته وانفعالاته وآماله المكبوتة التي لم يتمكن من تحقيقها. فتظهر منها سلسلة وقائع قد تكون من الغرابة بمكان، لأن هذه الرغبات لا تجرؤ على الظهور بمظاهرها الحقيقية حتى في الأحلام، بل تتستر وراء أشكال ورموز (النجار، ١٩٨٤: ١٥٧).

وقد حصر فرويد أغلب الرغبات المكبوتة في دائرة الرغبات الجنسية. وفي هذا الرأي شيء من المبالغة إذ أن الأحلام تنم عادة عن طابع الشخصية بأكملها. ومن الخطأ حصر جميع دوافع الشخصية في دائرة واحدة. حقاً أن الرغبات الجنسية من أقوى الدوافع التي تتعرض للكبت نتيجة للتربية والأوضاع الاجتماعية. إلا أن النزعات الأخرى كالخوف والعداء والكراهية والغضب والسيطرة عرضة للكبت والصراع، قد تكون بالتالي إلى جانب الرغبات الجنسية، دوافع كامنة للأحلام.

[٢] آراء أرنست جونز النظرية في تفسير الأحلام:

قام جونز (بدوي، ١٩٥٧) بأول محاولة لتفسير الكابوس في ضوء آراء فرويد المستخلصة من دراسته للأحلام. وتقوم طريقة أرنست جونز على دعامتين، أولهما: هي تطبيق طريقة فرويد في تفسير الأحلام على الكابوس، باعتبار أن الفرق بين الحلم المزعج والكابوس فرق في الدرجة وليس في النوع، وثانيهما: هي الموازنة بين الكابوس والقلق إذا لوحظ أن بينهما أعراضاً مشتركة، وبالتالي فقد تكون دوافعهما واحدة. وقد استعار جونز فكرة الرغبات الجنسية المكبوتة من دراسة فرويد للأحلام والقلق. وطبقها على الكابوس. ويتفق جونز (١٩٨٥: ٤١) مع ما قرره فرويد في أن الأحلام هي من أهم الطرق المؤدية إلى اللاشعور.

ومن أهم الانتقادات التي وجهت نحو هذه الآراء، أن جونز قد اعتمد في بلورة آرائه على مبادئ التحليل النفسي في أول مراحل حياته العلمية وفي الوقت الذي لم تكن سيكولوجية الأنا قد درست بعد الدراسة الكافية. ويعتبر جونز على حق في اختياره للأحلام والقلق كدعامتين ليقيم عليهما تفسير الكابوس. إلا أن فرويد غير رأيه فيما بعد بالنسبة لهذين الموضوعين. فقد كانت فكرة فرويد الأولى أن دوافع الأحلام ما هي إلا رغبات جنسية طفلية مكبوتة، ولكنه عاد فاعترف في كتاباته الأخيرة بأحلام الجزع والعقاب وبأنهما يعبران عن تحقيق الرغبة في الشعور بالذنب وعن وطأة القوى الكابتة في العقل.

[٣] آراء يونج النظرية في تفسير الأحلام:

تختلف آراء يونج في تفسير الأحلام والكابوس عن آراء فرويد وجونز، ففي حين يهتم فرويد في تفسير الأحلام بالدوافع والأسباب، كان يونج يهتم في تفسير الأحلام بالأهداف والغايات. ويختلف رأي يونج في اللاشعور عن رأي فرويد، ذلك أن يونج يرى أنه إلى جانب اللاشعور الشخصي أو الفردي، يوجد لا شعور جمعي وهو طبقة أبعد غوراً في أعماق النفس بالإضافة إلى أنه فطري موروث يشترك فيه معظم أفراد البشرية، ويحتوي على انطباعات من خبرات الجنس توارثت على مر الأجيال. كما يحتوي على الصور الأولية البدائية وهي نماذج قديمة

للتعبير درج عليها النوع البشري في ارتقائه، وطرائق للتفكير والسلوك انحدرت إليه من الأسلاف الأولين. وتظهر هذه الصور من وقت إلى آخر بين شعوب مختلفة وفي عصور مختلفة، ويبدو تشابهها في دوافع الأساطير ورموزها، وفي الكوابيس والأحلام، وفي القصص الخرافية، وتظهر هذه الصور والرموز المتشابهة تلقائياً في خطوط متوازية، في أنحاء العالم المختلفة، دون أن يكون الفرد قد عاناها أو مرت في خبرته، دون أن يكون هناك احتمال في أن يكون هذا التشابه في الرموز الأسطورية وفي الكوابيس والأحلام، كما يبدو في عصور مختلفة، وبين الشعوب المتباعدة، هو أكبر دليل عند يونج على وجود اللاشعور الجمعي (بدوي، ١٩٥٧: ١٠٥-١٠٦).

ومن أهم الانتقادات التي وجهت إلى آراء يونج النظرية هي اعتباره أن صور الكابوس من الصور الأولية البدائية، كما أنها من خبرات الجنس الموروثة. ومن ثم تنبثق العديد من الأسئلة مثل "هل تتوارث الصفات العقلية والخبرات المكتسبة؟، وكيف يتم هذا التوريث؟، ذلك أنه لم يبرهن بعد إمكانية توارث الصفات المكتسبة، كما تتعذر البرهنة أن لهذه الصور الأولية البدائية التي تظهر في الكوابيس والأساطير والقصص الخرافية. بالإضافة إلى أنه يتعذر إثبات أنها نشأت مستقلة. وأنها ليست نتيجة للانتقال والتوزيع والاكتساب الفردي. كما أن الصور الأولية البدائية ليست حقائق موضوعية، أو موجودات كائنة في العقل ولكنها استعدادات تعبر عن وظائف وعمليات في اللاشعور، ولا يشترط أن تكون هذه الصور فطرية أو من خبرات الجنس المتوارثة.

[٤] آراء ناندور فودور النظرية في تفسير الأحلام:

ألقى فودور Fodor (١٩٥١) الضوء على العلاقة بين صدمة الميلاد والكابوس والأحلام، حيث أشار إلى أن لكل مرض نفسي كوابيس وأحلام ذات طابع خاص تدل عليه. ومن تحليل الكوابيس والأحلام المتكررة التي تنتاب العصابيين وبصفة خاصة المصابين بالخوف من الأماكن المغلقة Claustrophobia، والجنسية المثلية، وغيرها من الأمراض النفسية، استطاع فودور أن يرجع عصابهم والكوابيس والأحلام المزعجة التي تنتابهم إلى صدمة الميلاد. ويصنف فودور الكوابيس إلى طائفتين، أولاهما: هي الكوابيس التي تظهر في صورة وحش مفترس كالدب أو العنكبوت الضخم أو التنين أو الذئب. وثانيهما: وهي الكوابيس التي يرى فيها النائم وكأنه يمر في نفق ضيق أو ممر مظلم أو طريق مقبي، أو أنه يسقط من شاهق في الماء أو في هاوية لا قرار لها. ويرجع كلا الطائفتين من الكوابيس إلى صدمة الميلاد.

ونرى أنه إذا كان فودور يرجع لكابوس إلى صدمة الميلاد، فإنه يذهب في تحليلاته إلى مدى أبعد من الموقف الأوديبي وعلاقة الطفل بوالديه التي يعتبرها جونز دافعاً للكابوس. كذلك يعتبر جونز الوحوش المفترسة والكائنات الخرافية في الكابوس رموزاً بديلة للوالدين: فالذئب والشيطان رمز للأب، والعنكب والساحرة رمز للأم. أما تحليل فودور لهذه الوحوش أعمق، فهو يرجع الخوف من الدب أو العنكب أو الذئب أو التنين في الكابوس إلى الخوف من الميلاد أي إلى مرحلة سابقة للموقف الأوديبي. وبالإضافة إلى ذلك، فإن فودور لا يعتبر صدمة الميلاد أولى الصدمات التي يتعرض لها الطفل في حياته، فهو يرى أنه يسبقها صدمات أخرى أثناء وجود الجنين في الرحم نتيجة مباشرة الأب العملية الجنسية مع وجود الجنين في الرحم، مما يؤدي مثلاً إلى كابوس الزلزال أو كابوس النار المشتعلة. وعلى الرغم من عمق هذا التحليل، إلا أن صدمة الميلاد ليست سوى تفسيراً جزئياً للكابوس. فإن صدمة الميلاد مثل أية خبرة سابقة لا تعتبر وحدها سبباً كافياً لإثارة الكابوس. فلا ينتاب الكابوس كل من كانت ولادته عسرة. فلابد من وجود مضمون كامن يطابق هذه الخبرة، ويدخل القلق المصاحب لها ضمن مضمونه النفسي.

[٥] آراء هادفيلد النظرية في تفسير الأحلام:

يرى هادفيلد Hadfield (١٩٥٩) أن الحلم والكابوس ما هما إلا وظيفة بيولوجية، ويعبران عن

مشكلات الحياة. وتمتاز آراء هادفيلد بأنها أعم وأشمل من آراء فرويد وجونز ويونج، فهي تتضمن الرغبات الجنسية والصور الأولية، وإذا كان فرويد يهتم بدوافع الحلم، على حين يهتم يونج بالغاية التي يهدف إليها، فإن هادفيلد يرى أن الحلم ما هو إلا تعبير عن مشكلة، إذ أنه يجمع بين الدوافع والغاية. ويشير إلى أن كل حلم كامل يتناول الدوافع والغاية. فالجزء الأول من الحلم يكشف عن المشكلة وقد يشير إلى أسبابها ودوافعها، أما القسم الأخير منه تبدو المحاولة لحلها.

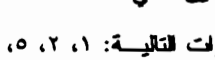
وإذا كان جونز يقرر أن الغريزة الجنسية خير طريق لتفسير الأحلام، فإن هادفيلد يعتبر غريزة الخوف الدافع الأساسي له. ويعطي أهمية كبيرة لمخاوف مرحلة الطفولة بخاصة. فإن الكابوس كثيراً ما يفصح عن مخاوف وخبرات الطفولة مثل كابوس الاختناق. الذي يكون أحياناً تعبيراً عن صدمة الميلاد أو الولادة العسرة التي تؤدي إلى عصاب الخوف من الأماكن المغلقة كما أشار إلى ذلك سلفاً فودور (١٩٥١).

القياس: قام دومنيو Domino (١٩٨٢) بتصميم استبانة الاتجاهات نحو الأحلام. وتتكون الاستبانة من ٣٤ بنداً. وتتم الاستجابة على كل بند من خلال ميزان تقدير مكون من ثلاثة أوزان؛ هي: موافق (تعطي ثلاث درجات)، وغير متأكد (تعطي درجتين)، وغير موافق (تعطي درجة واحدة فقط). ولم يشر معد الاستبانة إلى أية تفصيلات عن خصائصها السيكومترية من صدق وثبات. وقد استخدمت الاستبانة في عدة بحوث أخرى (Livingston, 1991)؛ (Livingston & Levin, 1990). وإلى جانب هذا، قام موسى والأهواني (٢٠٠١) بتعريب الاستبانة إلى اللغة العربية (انظر الملحق).

الصدق: قام موسى والأهواني (٢٠٠١) بحساب صدق استبانة الاتجاهات نحو الأحلام باستخدام طريقة المكونات الأساسية من إعداد هوتلنج، وذلك من خلال تطبيقها على عينة مكونة من ١١٥ طالباً وطالبة جامعياً (متوسط الأعمار = ٢١,٦٥ سنة). وقد تم حساب المصفوفة الارتباطية (٣٤×٣٤). وقد أسفر التحليل العاملي لهذه المصفوفة عن وجود ثلاثة عوامل من الدرجة الأولى (الجذر الكامن أكبر من الواحد الصحيح). وقد بلغ نسبة التباين لهذه العوامل ٣٣% من حجم التباين الكلي.

وقد تشبع على العامل الأول العبارات التالية: ١، ٢، ٥، ٧، ٨، ٩، ١٠، ١١، ١٣، ١٥، ١٦، ١٧، ٢٠، ٢١، ٢٢، ٢٣، ٢٥، ٢٦، ٢٧، ٢٨، ٢٩، ٣٠، ٣١، ٣٢، ٣٤. وقد أطلق على هذا العامل بعد فحص بنوده: **الأحلام وعلاقتها بالابتكار**. وتشبع على العامل الثاني العبارات التالية: ٣، ٦، ١٢، ١٤، ١٨، ٣٣. وسمي هذا العامل بعد فحص بنوده: **الأحلام وعلاقتها بالغيبيات**. كما تشبع على العامل الثالث العبارات التالية: ٣، ٦، ١٢، ١٤، ١٨، ٣٣. وسمي هذا العامل: **الأحلام وعلاقتها بالحاجات الفسيولوجية والاجتماعية**.

الثبات: تم حساب ثبات استبانة الاتجاهات نحو الأحلام باستخدام طريقة ألفا لكرونباخ، فبلغت معاملات الثبات كما يلي: ٠,٧٨ للعامل الأول، ٠,٧٢ للعامل الثاني، ٠,٧٤ للعامل الثالث، ٠,٨٢ للاستبانة ككل، وهي معاملات دالة إحصائية (موسى، والأهواني، ٢٠٠١).



استبانة الاتجاهات نحو الأحلام

م	العبارات	موافق	غير متأكد	غير موافق
١	يحلم المرء كل ليلة	( )	( )	( )
٢	تعد الأحلام سخيفة وغير مهمة	( )	( )	( )
٣	كثيراً ما تنبئ الأحلام عن المستقبل	( )	( )	( )
٤	تعبر معظم الأحلام عن الرغبات الجنسية	( )	( )	( )
٥	تخفي الأحلام كثيراً من المعاني والمدلولات	( )	( )	( )
٦	يمكن للأموات مخاطبتنا من خلال الأحلام	( )	( )	( )
٧	تفضي الأحلام إلى اختراعات مفيدة	( )	( )	( )
٨	بعض الناس لا يحلمون أبداً	( )	( )	( )
٩	تحدث الأحلام باللون الأسود والأبيض	( )	( )	( )
١٠	يمكن أن تكون الأحلام مصدراً لابتكار كثير من الأعمال الفنية (قصيدة – صورة زيتية .. الخ)	( )	( )	( )
١١	تعد الأحلام الغريبة من علامات المرض العقلي	( )	( )	( )
١٢	يمكن أن نرى الله من خلال الأحلام	( )	( )	( )
١٣	ترتبط موضوعات الأحلام عادة بأحداث الماضي	( )	( )	( )
١٤	كثيراً ما يحلم المسنون بالموت	( )	( )	( )
١٥	تترجم الأحلام عن رغبات الشخص وأحلامه	( )	( )	( )
١٦	تفهم المرء لأحلامه يجعل حياته أفضل	( )	( )	( )
١٧	أتذكر أحلامي بصعوبة بالغة	( )	( )	( )
١٨	في أثناء الأحلام تنطلق الروح من الجسد وتتجول حول الكون	( )	( )	( )
١٩	تحدث معظم الأحلام بسبب سوء الهضم	( )	( )	( )
٢٠	أود لو أفهم أحلامي بطريقة أفضل	( )	( )	( )
٢١	عادة ما يحلم الناس بما يهتمون به في حياتهم	( )	( )	( )
٢٢	الأحلام كالنافذة نطل منها على ما قبل الشعور	( )	( )	( )
٢٣	الأحلام التي أتذكرها عادة ما تكون معقدة	( )	( )	( )
٢٤	نحلم غالباً عندما ننام بعمق	( )	( )	( )
٢٥	الأحلام مليئة بالرموز	( )	( )	( )
٢٦	من الممكن أن أحدد قبل النوم ما أود أن أحلم به	( )	( )	( )
٢٧	تنطوي معظم الأحلام على نشاطات وإبداعات غريبة	( )	( )	( )
٢٨	تذكر الشخص لأحلامه علامة على خصب الخيال	( )	( )	( )
٢٩	لا يحلم الذين يولدون عمياناً	( )	( )	( )
٣٠	يحلم الإنسان دون الحيوانات	( )	( )	( )
٣١	تعبر الأحلام عن شخصيتك، فإذا كنت سعيداً فإن أحلامك تكون كذلك...	( )	( )	( )
٣٢	عادة ما تعكس الأحلام ما يحدث حولك وأنت نائم، فصوت القطرات المتساقطة من الصنبور تجعلك تحلم بالماء	( )	( )	( )
٣٣	للأحلام أهمية بالغة في عقيدتي	( )	( )	( )
٣٤	تحليل الأحلام شيء سخيف	( )	( )	( )