

Wprowadzenie

Książka ta jest pierwszą w polskiej literaturze psychologicznej monografią poświęconą problematyce marzeń sennych dzieci. W literaturze światowej, w ciągu minionych osiemdziesięciu lat, pojawiło się zaledwie kilka oddzielnych opracowań książkowych na temat marzeń sennych dzieci, co świadczy o stosunkowo niewielkim zainteresowaniu tą ważną, dla poznania psychologicznego funkcjonowania dzieci, dziedziną.

Niniejsza książka stanowi próbę podsumowania, a także poszerzenia dotychczasowej wiedzy na temat marzeń sennych dzieci. Przedstawiłam w niej zarówno te zagadnienia, którymi interesują się badacze marzeń sennych ludzi dorosłych – na przykład cechy i treść marzeń sennych, jak i specyficzne problemy występujące w badaniu marzeń sennych dzieci – na przykład zagadnienie rozumienia przez dzieci procesu snu i zjawiska marzenia sennego. Można więc przyjąć, że marzenia sennie dzieci zostały tutaj ujęte zarówno z perspektywy badacza marzeń sennych, jak i badacza rozwoju poznawczego.

W książce przedstawiłam i zanalizowałam dane na temat marzeń sennych dzieci zgromadzone przede wszystkim w badaniach empirycznych, choć są wśród nich i takie, które pochodzą z praktyki klinicznej. Większość danych odnosi się do treści i cech marzeń sennych i mają one charakter opisowy. Nie zajmuję się w niniejszej książce zagadnieniem interpretacji marzeń sennych. Jest to problem, wymagający oddzielnego opracowania i to – jak sądzę – z perspektywy psychologa klinicznego. Uważam jednak, że dane na temat snów dzieci, zawarte w tej książce, mogą i powinny być wykorzystywane przy interpretowaniu ich marzeń sennych.

Badania własne, które przedstawiłam w niniejszej książce, dotyczyły zarówno zagadnień, którymi zajmowali się wcześniej inni badacze, jak i takich, które dotychczas nie były przedmiotem badań. Do tych pierwszych należą badania nad cechami i treścią marzeń sennych oraz rozumieniem przez dzieci zjawiska marzenia sennego. Jednak metody i sposób opracowania wyników, dotyczące tej części badań, zostały przeze mnie znacznie zmodyfikowane i udoskonalone. Natomiast nowe zagadnienia, które były przedmiotem moich badań, dotyczyły rozumienia przez dzieci procesu snu oraz wyrażania w postaci graficznej, treści marzenia sennego. Opracowując wyniki badań własnych posłużyłam się statystyką opisową i inferencyjną.

Zanim przedstawię krótki opis zawartości poszczególnych rozdziałów, chciałabym wyjaśnić jedną ważną kwestię; w literaturze poświęconej marzeniom sennym dzieci spotyka się analizy i poglądy badaczy na temat snów z okresu dzieciństwa - opowiadanych przez ludzi

dorośli (kiedy byłem mały, śniło mi się, że....) oraz analizy snów opowiadanych przez dzieci (wczoraj, dzisiaj, przed chwilą, kiedyś, niedawno itp. śniło mi się, że....). Te pierwsze niewątpliwie należą do snów dzieci, jednak opowiadane z perspektywy człowieka dorosłego stanowią zupełnie inną kategorię marzeń sennych, niż sny opowiadane przez dziecko wtedy, kiedy ich doświadcza. Przedmiotem zainteresowania w niniejszej książce są tylko marzenia senne, które opowiadają same dzieci.

Stosunek do marzeń sennych zmieniał się na przestrzeni dziejów, a sposób w jaki dzisiaj myślimy o snach jest uwikłany w wielowiekową tradycję. Myślicielom starożytnym zawdzięczamy wiarę w to, że sny przepowiadają przyszłość, psychoanalitykom przekonanie, że dotyczą one przeszłości, a psychofizjologom twierdzenie, że w marzeniach sennych śniącego znajduje odzwierciedlenie jego aktualne życie. Ile uwagi, w tej długiej historii, poświęcono marzeniom sennym dzieci? Na to pytanie udzielam odpowiedzi w pierwszym rozdziale książki. Staralam się przedstawić w nim nieliczne informacje o marzeniach sennych dzieci, jakie spotkałam w literaturze, pomijając te, które dotyczyły wyłącznie zagadnienia ich interpretacji. Rozpaczynam od przedstawienia poglądów starożytnego myśliciela Artemidora z Daldis, następnie omawiam stanowisko twórcy psychoanalizy Zygmunta Freuda, a kończę na pokazaniu dorobku badaczy polskich ze Stefanem Szumanem na czele. W rozdziale tym poszukuję także odpowiedzi na pytanie o przyczyny niewielkiego zainteresowania marzeniami sennymi dzieci w omawianym okresie.

Rozdział drugi składa się z dwóch części. W pierwszej zostały przedstawione podstawowe dane na temat procesu snu, niezbędne dla rozumienia relacji zachodzących pomiędzy snem i marzeniami sennymi. Szczególną uwagę poświęciłam zagadnieniu specyfiki fazy REM, która została odkryta przy okazji obserwacji zachowań śpiących niemowląt. Od jej odkrycia rozpoczęła się nowa era badań naukowych nad marzeniami sennymi. Początkowo występowanie marzeń sennych wiązano wyłącznie z tą fazą - dziś wiadomo, że marzenia senne występują też w innych stadiach snu. Większość danych dotyczących marzeń sennych dzieci zgromadzono po odkryciu fazy REM. Omawiając różne zagadnienia związane z procesem snu, zwracałam szczególną uwagę, na te które dotyczą snu dzieci - na przykład problem lęków nocnych oraz somnambulizmu. W części drugiej rozdziału przedstawiłam dane z badań własnych na temat wiedzy dzieci o procesie snu. Dzięki analizie wypowiedzi dzieci uzyskałam odpowiedź na pytanie o to, jak pomiędzy czwartym a dziesiątym rokiem życia zmieniają się ich poglądy na temat istoty i funkcji snu. Opisane poglądy dzieci na temat procesu snu stanowią istotny wkład zarówno do badań nad myśleniem dzieci, jak i do badań

marzeń sennych. Okazało się bowiem, że dzieci nie pytane w ogóle o marzenia senne podczas rozmowy o procesie snu, spontanicznie wypowiadały się na ich temat.

Rozumienie przez dzieci zjawiska marzeń sennych, w przeciwieństwie do rozumienia przez nie procesu snu, stanowiło przedmiot zainteresowania kilku badaczy. Ich poglądy i wyniki badań na ten temat zostały omówione w rozdziale trzecim. Rozpaczynam go od przedstawienia pionierskich badań Jeana Piageta, na których wzorowali się autorzy późniejszych badań, omówionych w dalszej części rozdziału. Następnie omawiam wyniki badań własnych: dotyczą one zagadnień podobnych do tych, jakimi zajmowali się inni autorzy, a także nowych, którym w badaniach nie poświęcano dotychczas uwagi. Opracowany przeze mnie sposób rozmowy z dziećmi, której celem było ustalenie jak ujmują one fikcyjną i realistyczną treść marzeń sennych, warto – jak sądzę – wykorzystać w przyszłych badaniach.

Kolejny, czwarty rozdział książki, poświęciłam omówieniu podstawowych problemów związanych z gromadzeniem i opracowywaniem wyników badań dotyczących treści i cech marzeń sennych dzieci. Współczesne badania prowadzone są zarówno w warunkach laboratoryjnych, jak i domowych. W obu tych środowiskach badacze posługują się różnymi sposobami zbierania relacji od dzieci, a także w różny sposób analizują zgromadzony materiał. Przedstawiając problemy metodologiczne, specjalną uwagę poświęciłam zagadnieniu wiarygodności dziecięcych relacji z marzeń sennych, pokazując różne sposoby, jakimi posługują się badacze, aby tę wiarygodność zwiększyć. Z analiz przedstawionych w tym rozdziale wynika, że relacje z marzeń sennych uzyskiwane od dzieci można wykorzystać w podobny sposób jak relacje pochodzące od osób dorosłych.

Treść marzeń sennych to zagadnienie, które zawsze stanowiło centrum zainteresowania zarówno badaczy, terapeutów, jak i samych śniących. Nic więc dziwnego, że na ten właśnie temat zgromadzono najwięcej danych, chociaż dorobek z tego zakresu w odniesieniu do dzieci jest znacznie uboższy, niż w odniesieniu do ludzi dorosłych. W piątym rozdziale przedstawiłam istniejące w literaturze dane zarówno na temat cech, jak i treści marzeń sennych dzieci. Jako pierwsze uwzględniłam dane z badań laboratoryjnych prowadzonych przez wybitnego amerykańskiego psychologa Davida Foulkesa i jego współpracowników. Były to największe, z dotychczas przeprowadzonych, badania laboratoryjne nad marzeniami sennymi dzieci. Miały one charakter zarówno longitudinalny jak i transwersalny, a zgromadzony w nich materiał stanowił podstawę do wyodrębnienia i opisanie zmian w zakresie cech i treści marzeń sennych od okresu dzieciństwa do adolescencji. W dalszej kolejności w omawianym rozdziale opisane zostały wyniki badań nad

domowymi snami dzieci uzyskane przez innych autorów, a także pochodzące z badań własnych. W pierwszej kolejności omówiłam wyniki analizy treści zawartej w opowiadaniach marzeń sennych, które porównałam z wynikami analiz przedstawionych przez innych autorów. Następnie przedstawiłam wyniki analizy rysunków wykonywanych przez dzieci do opowiadań marzeń sennych. W literaturze nie znalazłam podobnych badań, przedstawiłam więc własną propozycję dotyczącą wykorzystywania rysunków w poznawaniu marzeń sennych dzieci.

Ostatni, szósty rozdział książki przeznaczyłam na pokazanie, w jaki sposób wiedza o marzeniach sennych dzieci jest i może być wykorzystywana zarówno w teorii, jak i w praktyce psychologicznej. Przedstawiłam tutaj wyniki – pochodzące z badań empirycznych i z praktyki klinicznej – na temat relacji pomiędzy tym, co zdarza się dziecku w życiu codziennym i treścią jego marzeń sennych. Omówiłam tu, między innymi, związki pomiędzy treścią marzeń sennych i traumatycznymi zdarzeniami takimi jak wojna, choroba lub rozwód rodziców. Dane tego rodzaju są przydatne nie tylko w pracy terapeutycznej, ale także w poszerzaniu wiedzy o uwarunkowaniach treści marzeń sennych dzieci. W omawianym rozdziale przedstawiłam też wyniki badań Davida Foulkesa, których celem było pokazanie związku pomiędzy marzeniami sennymi i rozwojem poznawczym dziecka. Uważam, że przedstawione zarówno w tym, jak i w poprzednim rozdziale, badania Foulkesa stanowią największy – jak dotychczas – wkład do problematyki marzeń sennych dzieci, co starałam się pokazać analizując i podsumowując dorobek tego autora.

Wyrażam nadzieję, że książka ta nie tylko wzbogaci wiedzę na temat marzeń sennych dzieci, ale również zachęci psychologów do podejmowania dalszych badań w tej dziedzinie.