



Холистическая модель сновидения

С.В. Авакумов, к.псих.н.

Адрес для переписки: Сергей Владимирович Авакумов, asv1004@mail.ru

Для цитирования: Авакумов С.В. Холистическая модель сновидения. Эффективная фармакотерапия. 2023; 19 (41): 50–55.

DOI 10.33978/2307-3586-2023-19-41-50-55

Анализ имеющихся работ, касающихся сновидений, приводит к одному общему эпистемологическому соображению. Практически все они выстроены в одном методологическом направлении и чаще описывают структурно-функциональные свойства исследуемого объекта, реже – редукционистский подход, позволяющий описать причинность явления. Крайне недостаточно работ холистического и телеологического направления (обычно выходят за рамки естественно-научных и тяготеют к мистическим и религиозным концепциям). Возможно, эта особенность обусловлена доминированием в философии конструктивистского подхода, который проецируется на уровень естественных наук. В любом случае рассчитывать на наиболее полное, холистическое понимание какого-либо феномена можно только опираясь на все три направления осмысления, а именно причинность, структуру и функции, место и роль явления в более общем контексте. Таких работ, к огромному сожалению, практически не встречается. Попытке выстроить осмысление феномена сновидения с этих позиций посвящена данная работа.

Ключевые слова: интеграция, информационный, когнитивный, консолидация, метафора, модель, причинность, сновидение, функциональность, холизм, эволюционный

Введение

Отталкиваясь от описанной выше методологии, начинать анализ имеющихся работ по проблеме сновидений имеет смысл в традиционном ключе, разбивая их по отдельным научным дисциплинам (биология, физиология, медицина, психология, информатика), но резюмировать результаты анализа в выбранной последовательности – причинность, структура/функция, холизм. Тема статьи не позволяет претендовать на полноту анализа имеющейся литературы, но будем опираться на труды, в которых обозначены основные тенденции в изучении феномена сновидения.

Психологические и психоаналитические концепции

В основе психоаналитической модели сновидения лежит идея о том, что его основная функция состоит в сохранении состояния сна [1]. Все потенциально опасные возбуждения, способные вызвать пробуждение, исходящие из психической или соматической сферы, превращаются в образы сновидений, а чувство реальности происходящего удерживает субъект в состоянии сна. При этом основным источником опасности выступает содержание бессознательной части психического – травматические воспоминания, неприемлемые желания, страхи, конфликты. В состоянии сна механизм вытеснения, который в бодрствовании удерживает от их осознания, снижает эту способность, и неприемлемое содержание может оказаться в осознаваемой части психики, что будет воспринято это как сигнал опасности, требующий пробуждения. Сновидения способны отчасти удовлетворять желания, вытесняемые во время бодрствования, что приводит

к снижению вызванного ими напряжения. Чаще они реализуются в замаскированной или символической форме.

Исходя из выбранной концепции, причинность или нижележащая психологическая функция – вытеснение, удерживающее в бодрствовании неприемлемый психологический материал вне области сознания. В состоянии сна способность вытеснения выполнять эту работу снижается. Функционально сновидения представляют собой попытку маскировки или уклонения от прямого соприкосновения с сознанием этого материала, которая становится несостоятельной в случае кошмарных сновидений с пробуждением. С холистической точки зрения сновидения решают задачу сохранения состояния сна, а значит, восстановления психофизиологического гомеостаза.

Концепция W. Bion [2]. В отличие от З. Фрейда для W. Bion сновидение представляется как процесс, формирующий психическую реальность, переводящий в разряд психического весь возможный материал бессознательного. В данной концепции причинность сновидения обусловлена разделением психики на сознательную и бессознательную части. При этом последняя выглядит для сознания опасной, но потенциальной, что делает необходимым контакт с ней. Функционально сновидения являются процессом первичного мышления, осмысления в символических категориях бессознательного материала. Холизм сновидения обусловлен необходимостью поддержания по крайней мере одностороннего контакта с бессознательной частью психики, что становится способом существования психики как целостного, но внутренне конфликтного образования.



Аналитическая психология К.Г. Юнга [3]. Основная идея заключается в том, что сновидения выступают связующим звеном между самым глубоким слоем бессознательной части психики (коллективное бессознательное, структурированное архетипами, некоторыми предзаданными, наследуемыми формами реализации психической энергии либидо) и слоем сознания. При этом сами сновидения представляются посланием коллективного бессознательного сознанию. Цель такого послания – попытка компенсации сознательных устремлений, когда они начинают существенно расходиться с фундаментальными бессознательными установками. Причинность сновидений обусловлена активностью самого глубокого уровня бессознательной психики – коллективного бессознательного с интенцией к сознанию. Функционально это процесс генерации галлюцинаторной реальности как результат соприкосновения архетипического (в каком-то смысле генетического) фундамента и онтогенетического опыта бодрственной жизни. Сверхзадача или холизм в данном случае заключается в попытке через сновидение изменить или скорректировать бодрственные устремления человека.

Концепция C.S. Hall [4]. Отталкиваясь от критики подхода З. Фрейда, C.S. Hall говорит, что символы сновидений не являются попыткой маскировки вытесняемого психического содержания, напротив, они представляют собой способ максимально точного отражения так называемых концептов, сущностных элементов объектов или явлений окружающего мира, которыми психика способна манипулировать. Цель такой психической активности не совсем ясна, однако механизм формирования вполне понятен: символ сна – обычно зрительный образ объекта, действия или сцены. Его референтом является идея (концепция). Функция символа – как можно яснее выразить конкретную концепцию, которую имеет в виду сновидец. Например, сновидец, который представляет свою мать заботливым человеком, может представить ее во сне в виде коровы [4].

В своих работах C.S. Hall прямо не описывает назначение сновидений в жизни человека, однако его тексты все же позволяют сделать выводы о холизме сновидения. Холистическая цель – формирование новых или коррекция имеющихся концепций и их взаимосвязей. Причинность, вероятно, сводится к потребности такого образного осмысления, а сам механизм представляется собой ассоциирование концепций с их образными представлениями и манипуляциями во время сновидения.

Подход M. Solms u J. Rose [5]. Этот подход представляет альтернативную психоаналитическую теорию сновидений. Сновидения возникают из активации различных областей головного мозга, включая кору и подкорковые структуры. Они имеют смысл и значимость, отражают желания, конфликты и эмоции, выполняют функцию обработки эмоциональных и психологических переживаний, способствуя их интеграции в психику.

Согласно данной теории, причинность сновидения состоит в потребности в интеграции разрозненных остатков впечатлений бодрствования, зафиксированных в различных участках коры. Однако в отличие от под-

хода J.A. Hobson при подходе M. Solms и J. Rose активность определенных участков коры обусловлена их бодрственной загрузкой впечатлениями. Сновидение выглядит как период активности психики в суточном цикле: бодрственная активность приводит к накоплению необработанных впечатлений, сновидческая активность упорядочивает и интегрирует их в целостный психический контекст. В то же время идея З. Фрейда о сновидении как способе поддержания состояния сна неочевидна, несмотря на психоаналитическую ориентацию автора. Кроме того, M. Solms и J. Rose прямо указывают на холистическую функцию сновидений как способа прогнозирования будущих событий.

Концепция симуляции угрозы

A. Revonsuo [6] описывает сновидения как результат эволюционно обусловленной способности мозга симулировать потенциальные угрозы и тренировать реакцию на них. Способность предсказывать опасную ситуацию и реагировать на нее эволюционно выигрышна. Во время сна, когда мы находимся в безопасной среде, мозг использует симуляцию угроз для тренировки и оценки реакции на потенциальную опасность. Сны и кошмары позволяют мозгу создавать виртуальные ситуации, которые имитируют реальную угрозу, и проверить различные ответные стратегии поведения.

Теория симуляции угрозы в плане причинности сновидений указывает на эволюционный признак. В человеческом обществе это скорее рудимент и в то же время необходимый для выживания элемент подготовки к внешним угрозам. Функционально сновидения выглядят как процессы симуляции сценариев такой угрозы с опорой на предыдущий опыт подобных реакций. Цель – улучшить качество реагирования на опасность в состоянии бодрствования, а следовательно, повысить вероятность выживания.

Нейропсихологические работы

Нейрокогнитивная концепция G.W. Domhoff [7]. С точки зрения причинности сновидений нейрокогнитивный подход отсылает, с одной стороны, к процессам, протекающим в мозге во время сна (нейронная активность ряда его отделов), с другой, к когнитивным процессам в психике, которые не прекращаются во сне. Потребность в сновидении вытекает из необходимости к адаптации и переработке информации, полученной в состоянии бодрствования, равно как и в состоянии сна. Механизмы порождения сновидений сложные и многоуровневые, однако в общем виде они сводятся к переработке новых впечатлений и знаний. Холизм сновидения обусловлен их участием в процессах восстановления психофизиологического гомеостаза.

Подход J.A. Hobson u R.W. McCarley [8]. В целом теория «активация – синтез» J.A. Hobson объясняет сны как результат случайной активации нейронных сетей и последующего синтеза и интерпретации этих активаций мозгом. Сны выполняют функцию обработки информации, консолидации памяти и регуляции эмоций. Очевидной целью такой активности является поддержание нейропсихического гомеостаза во время



сна в условиях спонтанной нейронной активности, что неявным образом тяготеет к идее З. Фрейда о том, что цель сновидения – поддержание состояния сна.

Концепция F. Crick и G. Mitchison [9]. Причинность сновидений сводится к тому, что они являются необходимой составляющей процессов восстановления и оптимизации психического гомеостаза. При этом их запоминание скорее негативно для человека. Функционально сновидения отражают процессы восстановления нейрофизиологического гомеостаза через уничтожение ненужных связей между нейронами, образовавшихся в период бодрствования. Феномен сновидения в целом рассматривается как часть процессов восстановления и оптимизации функциональности головного мозга, однако запоминание сновидений может снизить эффективность восстановления.

Физиологические модели

Висцеральная теория сна И.Н. Пигарева [10] предполагает, что сновидения возникают в результате активации внутренних органов и процессов, влияющих на состояние сознания во время сна.

Во время сна со сновидениями активизируется связь висцеральных органов и различных отделов головного мозга. Благодаря этому мозг включается в процесс регуляции внутренних органов, что способствует нормализации их работы и восстановлению.

Причинность сновидений в данном случае сводится к результату неполноценной работы переключателя, регулирующего процесс поступления информации к сознанию из висцеральной сферы. Функциональность сновидений выглядит скорее как симптом, то есть результат ненужного подключения сознания к взаимодействию висцеральных органов и коры головного мозга во время сна. О целенаправлении или холизме в данном случае говорить не приходится, поскольку сновидения выглядят именно как результат сбоя в функционировании сознания.

Когнитивные и информационные концепции

Когнитивная теория сновидений L. Sayed [11]. В данном случае исходным пунктом для появления сновидений служит потребность в осмыслении полученной в состоянии бодрствования информации и эмоциональном реагировании. Функционально сновидения представляют собой процесс создания смысловых сцен и символов. По всей вероятности, именно этот процесс рассматривается как осмысление. Цель такой активности автором явным образом не обозначена, но из содержания работы можно сделать вывод, что это необходимость встраивания полученных впечатлений в общепсихологический контекст.

В концепции T.A. Nielsen и P. Stenstrom [12] сновидения рассматриваются как процесс, отражающий обработку информации в мозге и включающий консолидацию памяти и обработку эмоций.

Причинность появления сновидений явным образом не поясняется, однако можно сделать вывод, что это неотъемлемая часть процесса обработки информации мозгом, специфическая в состоянии сна. Функ-

ционально сновидения выглядят как совокупность процессов консолидации воспоминаний, то есть их повторное воспроизведение при перераспределении из кратковременной в долговременную память во время сна со сновидениями. Цель подобной активности – формирование устойчивых воспоминаний с учетом эмоциональной оценки события или навыка как части онтогенетического опыта.

Информационный подход J.M. Windt и V. Noreika [13]. Данная концепция во многом совпадает с другими теориями и концепциями сновидений как процессов консолидации и интеграции памяти. Иными словами, причинность сновидений продиктована необходимостью организации и поддержания психической деятельности. Функционально сновидения выглядят как процессы консолидации и интеграции памяти с эмоциональной составляющей. Холизм или целенаправленность сводится к поддержанию и оптимизации психической деятельности в соответствии с новой информацией о внешнем мире.

Философские и семиотические модели сновидений

Сегодня философская мысль все больше сводится к психологизации или семиотизации этого феномена, чаще опирается на психологические категории и понятия. Кроме того, современные философские исследования проблемы сновидений демонстрируют, что все больший акцент делается на анализе и сравнении имеющихся концепций, теорий и эмпирических исследований. В то же время новые методологические решения не предлагаются.

В качестве примера можно привести идеи Н. Малкольма и И.А. Бесковой. Н. Малкольм основной акцент делает не на самом феномене, а на попытках выработки для него точного определения и на критике известных подходов [14]. При этом пребывание в состоянии сна описывается как принципиально неверифицируемый опыт, который не может быть адекватно описан в терминах и определениях языка бодрствования. Отчасти определенные выводы в динамике от причинности к холизму все же сделать можно. О функциональности неверифицируемого феномена говорить не приходится, тем не менее связь с физиологическими явлениями не отрицается. Это позволяет сделать вывод, что сновидение – процесс, связанный с возбуждением в коре. Холизм можно усмотреть не в самом феномене сновидения, а в оформлении сновидческого опыта в виде пересказа. Это выглядит как попытка означивания такого опыта и придания ему смысла, чего, вероятно, требует сознательный рассудок. То есть холистическая функция сновидения сводится к интеграции через нарратив в сознание неопределенного сновидческого опыта.

И.А. Бескова [15] предлагает собственную теорию сновидений. Ее основная идея заключается в том, что сновидческий опыт не может быть прямо соотношен с бодрствующим. В состоянии бодрствования сознание локализовано в эго, во сне распределено между персонжами сновидения. К сожалению, ясной картины функциональной стороны сновидения автор не дает, делая основной акцент на релятивизме и приемлемости



любых теоретических построений в отношении сновидений и их символизма. Такая позиция подкреплена идеями о том, что мир объективной реальности (а точнее, внутренняя картина мира субъекта) полностью обусловлен внутренней установкой субъекта и как сновидения сами по себе, так и их теории есть следствие этой реальности, что позволяет равноправно существовать самым различным способам понимания сновидений и их символики. Однако апелляция к механизмам сновидения в концепции З. Фрейда позволяет сделать осторожный вывод, что автору такой подход близок. Следовательно, причинность, функциональность и холизм в концепции автора также могут быть близки к таковым в психоаналитической концепции З. Фрейда.

Семиотические концепции

Для Ю.М. Лотмана [16] сновидение представляет собой «чистый знак», то есть знак без значения. Причинность феномена сновидений заключается в приобретенной в ходе эволюции способности к отложенной обработке информации, в частности сновидений. Функционально они выглядят как репрезентация физиологических проявлений в психической сфере в виде знаков, которые (в силу непосредственной связи с физиологическими процессами) лишены значений, «чистые знаки». Холизм, вероятно, носит двоякий характер. С одной стороны, само сновидение привносит внепсихические (или неосознаваемые) элементы в психику, с другой, припоминание сновидения в бодрствовании наделяет этот материал определенным смыслом и значениями. Основатель школы французского психоанализа Ж. Лакан [17] рассматривал образы сновидений как цепочки означающих, для которых означаемыми являются влечения и желания. Ж. Лакан указывал на лингвистическую природу непонятности языка сновидений для сознательного мышления. Этот подход является несомненным продолжением идей Фрейда, но в семиотической плоскости. Сновидение для Ж. Лакана – не просто способ репрезентации бессознательного, но и его означивания.

Таким образом, в плане причинности Ж. Лакан делает акцент на процессе означивания бессознательных содержаний, который выглядит императивно. Функционально сновидения представляют собой процесс такого означивания с опорой на известные в языке формы. Цель подобной активности, вероятно, совпадает с той, о которой говорит Ю.М. Лотман, а именно репрезентация и оформление влечений и желаний в психической реальности субъекта.

Обобщение полученных данных, обоснование и формулирование холистической концепции автора

Опираясь на представленные данные, а также на результаты собственных исследований, приведем сформулированную нами холистическую концепцию. В ее основе лежат эволюционный, информационный и когнитивный подходы.

Сновидения – явление, сформированное в результате эволюционного усложнения нервной системы, основного регулятора поведения и взаимоотношений

с внешней средой сложно устроенного живого существа. Постоянно нарастающая в процессе эволюционного соревнования сложность выполняемых функций неизбежно вызывает рост и усложнение центрального регулятора – нервной системы, чтобы обеспечивать необходимые адаптационные изменения в динамично меняющихся условиях внешней среды. Наибольший выигрыш в эволюционном соревновании получают животные с лучшим аппаратом прогнозирования и высокой скоростью адаптации. В целом эти характеристики противоречат друг другу, поскольку улучшение прогнозирования подразумевает большую глубину обработки информации, а это всегда увеличивает продолжительность такого процесса. Тогда хорошим решением становится использование свободного времени – периода, когда ресурсы нервной системы освобождаются от задачи регуляции и взаимодействия с внешней средой. Свободным временем выступает время сна, состояния, необходимого для восстановления физиологического гомеостаза. Использование по крайней мере части этого времени не может помешать такому восстановлению. Более того, решение задач глубокого прогнозирования вполне может сочетаться с оптимизацией и восстановлением функций организма. Само по себе прогнозирование как важнейшая функция бодрствования представляет собой скорее решение реактивной задачи. Но чтобы ее решить, необходимо иметь внутреннюю модель внешней среды и модель самого объекта, в нашем случае человека или другого живого существа со сложной нервной системой. Время сна – период, не связанный с непосредственным реагированием на вызовы внешней среды. Он может быть посвящен выстраиванию такой модели и ее оптимизации.

Таким образом, филогенетическая причинность сновидения обусловлена эволюционным усложнением нервной системы как основной регулирующей системы живого организма и появлением способности к построению модели окружающей среды, сочетающейся с моделью собственно живого организма в физиологическом и психологическом (в случае человека) аспектах. Онтогенетическая причинность выглядит как потребность в формировании, коррекции и оптимизации такой модели.

Функциональность и механизмы сновидений

С информационной точки зрения тексты с описанием сновидений по своей информационной емкости (энтропия текста) достоверно выше, чем описательные тексты бытового содержания, но не отличаются от художественных [18]. То есть информационная емкость таких текстов высока. Это обстоятельство можно интерпретировать следующим образом: описываемая сновидческая ситуация существенно отличается от обыденной и требует для своего описания расширенного спектра выразительных средств. Таким образом, гипотеза о том, что процесс сновидения близок к процессу художественного творчества [8, 19], находит подтверждение. Отличительной особенностью любого художественного произведения является внутреннее напряжение: психологический конфликт,



интрига или иная ситуация, заставляющая художника искать способ избавиться от подобного напряжения, совершенствуя и репрезентируя его в творческом продукте.

В то же время сновидения часто демонстрируют определенный порядок включенных в сюжет фрагментов, ассоциируемых с воспоминаниями [20]. Этот порядок можно разделить на три категории:

- 1) прямой: ассоциированные воспоминания с началом сновидения самые ранние, далее приводятся более поздние (близкий к автобиографическому жанру);
- 2) обратный: ассоциированные воспоминания с началом сновидения последние перед засыпанием, далее по сюжету приводятся более ранние (близкий к мемуарному жанру);
- 3) хаотический: невозможно выделить основную тенденцию.

В первом и во втором случаях часто удается выяснить, что либо стартовое воспоминание, либо финальный фрагмент сюжета имеет тесную ассоциацию с каким-либо фрустрирующим или травматическим воспоминанием. В ряде исследований сновидения с прямым порядком обращения к воспоминаниям достоверно чаще наблюдались у лиц с выраженными признаками посттравматического расстройства. Это позволяет сделать вывод, что сновидения представляют собой попытку консолидации и интеграции выборочных воспоминаний. Основным критерием выбора является значимость актуальной ситуации с точки зрения вызванного ею внутреннего напряжения. Такое напряжение сродни так называемой мобилизационной реакции в терминах теории стресса Г. Селье. Тогда процесс интеграции должен рассматриваться не изолированно, а как часть более общего информационного процесса, включающего оценку значимости ситуации, соотнесение ее с ранее имевшими место аналогичными ситуациями и закреплении нового опыта. Это может быть описано как формирование, оптимизация и коррекция имеющейся модели внешней и внутренней среды.

Механизмы консолидации и интеграции воспоминаний можно также проследить в сюжете сновидения. Процесс интеграции воспоминаний чаще описывается как распределение и контекстуализация актуального воспоминания в общем массиве памяти (в дополнение к приведенному выше: [21]). Однако, изучая сновидческую активность в этом направлении, можно сделать вывод, что процесс интеграции не сводится только к распределению и размещению в долговременной памяти актуальных впечатлений. Глубокая обработка полученных впечатлений подразумевает также их семантизацию. То есть эпизодическая память должна каким-то образом включаться в более общий семантический контекст. Подходящим «кандидатом» для этого представляется метафора или символ, точнее сам процесс метафоризации или символизации. Показано, что сновидческий символ – наиболее точная репрезентация идеи либо концепции предмета или явления, в отношении которых выстраивается сюжет [4]. Можно рассматривать символ или

метафору как способ образного представления соответствующей концепции или идеи. Например, солнце может стать репрезентацией родительской фигуры, а холодильник – ранней оральной функции матери. Тогда семантизация эпизодической памяти в сновидении может описываться как процесс формирования и трансформации самых разнообразных символических объектов, репрезентирующих отдельные элементы всего семантического пространства. Подобные процедуры обращения с символическим объектом включают разблокирование лежащего в его основе опыта, соотнесение символа с актуальным в ходе сюжета и формирование новой символической конфигурации, отражающей результат интеграции [22]. Данный процесс может оказаться и безрезультатным, что хорошо иллюстрируют сновидения кошмарного содержания с незавершенным сюжетом.

Таким образом, в сновидении имеет место психическое представительство процессов консолидации, интеграции и семантизации полученных актуальных впечатлений. В процессе сновидения решается глобальная задача формирования, оптимизации и коррекции модели внешней и внутренней среды. Неотъемлемым элементом этого выступает метафора (символ), которая является способом представления некоего семантического элемента из всего семантического пространства. Ход сюжета представляет собой процесс последовательного обращения к семантическим элементам через их метафоризацию, соотнесение с актуальным опытом и интеграцию его с имеющимся. Травматический опыт не позволяет успешно завершить данный процесс, требуются новые попытки его консолидации и интеграции. В данном случае эмоции выступают в качестве оценки сверхзначимости имевшей место ситуации, что препятствует нормальной интеграции травматических воспоминаний. Необходимо время, чтобы снизить эмоциональный градус.

Холизм сновидения

Резюмируя сказанное, можно сделать вывод о холистической функции сновидений, обеспечивающей формирование, оптимизацию и коррекцию модели внешней и внутренней среды. Эта модель может быть структурирована по-разному, но с эволюционной точки зрения ее самым глубоким слоем выступает сфера инстинктов и отражения непосредственно физиологических процессов. Полученные в ходе онтогенеза навыки представляют собой следующий слой этой иерархии. Элементы эпизодической памяти обобщаются и интегрируются в семантический уровень модели, но остаются элементами автобиографической памяти.

Формирование модели происходит через консолидацию и интеграцию в памяти эффективных навыков и реакций и постепенное удаление неэффективных. Новые элементы через метафорическое усвоение и формирование связей с имеющимися становятся составными частями целостной модели. Оптимизация модели связана с устранением ненужных, устаревших или сформированных в состоянии бодрствования паразитных связей между нейронами, а в когнитивном



выражении – между отдельными элементами модели. Коррекция рассматривается как процесс, который дополняет, например, семантический элемент новым опытом.

Заключение

Предложенный нами подход охватывает обе заявленные вначале цели: описывает новый взгляд на феноменологию сновидения и демонстрирует

подход, основанный на холистической методологии. Безусловно, предложенная концепция сновидения не претендует на полноту и непротиворечивость, но в силу фундаментальности самого феномена для его понимания требуются усилия более общего, чем в традиционной постановке задачи, плана. Предложенный подход представляется обоснованным и направленным на достижение должного уровня целостности в понимании феномена. *

Литература

1. Фрейд З. Толкование сновидений. 8-е изд., доп. М.: ООО «Фирма СТД», 2005.
2. Bion W. Elements of psychoanalysis. Routledge, 1984.
3. Юнг К. О психологии бессознательного / Пер. А.А. Чечина. М.: АСТ, 2021.
4. Hall C.S. A cognitive theory of dream symbols. J. Gen. Psychol. 1953; 49 (2): 273–282.
5. Solms M., Rose J. The feeling brain: selected papers on neuropsychology. The Psychoanalytic Ideas Series: Karnac Books, 2015.
6. Revonsuo A. The reinterpretation of dreams: an evolutionary hypothesis of the function of dreaming. Behav. Brain Sci. 2000; 23 (6): 877–901.
7. Domhoff G.W. The scientific study of dreams: Neural networks, cognitive development, and content analysis. Washington, DC: American Psychological Association, 2003.
8. Hobson J.A., McCarley R.W. The brain as a dream state generator: an activation-synthesis hypothesis of the dream process. Am. J. Psychiatry. 1977; 134 (12): 1335–1348.
9. Crick F., Mitchison G. The function of dream sleep. Nature. 1983; 304 (5922): 111–114.
10. Пигарев И.Н. Висцеральная теория сна. Журнал высшей нервной деятельности, 2013; 63 (1): 86–104.
11. Sayed L. The function of dreams and dreaming moving towards an integrated understanding. A thesis for the professional programme // www.duo.uio.no/bitstream/handle/10852/18083/sayed.pdf?sequence=2&isAllowed=y.
12. Nielsen T.A., Stenstrom P. What are the memory sources of dreaming? Nature. 2005; 437 (7063): 1286–1289.
13. Windt J.M., Noreika V. How to integrate dreaming into a general theory of consciousness – a critical review of existing positions and suggestions for future research. Conscious. Cogn. 2011; 20 (4): 1091–1107.
14. Малкольм Н. Состояние сна. Новая модель сновидения / Пер. с англ. В.П. Руднева. М.: Академический проект, 2014.
15. Бескова И.А. Природа сновидений (эпистемологический анализ). М., 2005.
16. Лотман Ю.М. Семиосфера. СПб.: Искусство-СПб, 2000.
17. Лакан Ж. Функция и поле речи и языка в психоанализе. М.: Гнозис, 1995.
18. Авакумов С.В. Информационные особенности сновидений как психотерапевтический материал. Обзорение психиатрии и медицинской психологии им. В.М. Бехтерева. 2008; 1: 36–39.
19. Solms M. What is consciousness? J. Am. Psychoanal. Assoc. 1997; 45 (3): 681–703.
20. Авакумов С.В. Особенности воспроизведения воспоминаний в сновидениях. Обзорение психиатрии и медицинской психологии им. В.М. Бехтерева. 2008; 3: 29–32.
21. Nir Y., Tononi G. Dreaming and the brain: from phenomenology to neurophysiology. Trends Cogn. Sci. 2010; 14 (2): 88–100.
22. Авакумов С.В. Сновидения в психологии и психотерапии. СПб.: ЭЛМОР, 2013.

Holistic Model of Dreaming

S.V. Avakumov, PhD

East-European Psychoanalytic Institute, St.-Petersburg

Contact person: Sergey V. Avakumov, asv1004@mail.ru

The analysis of the available works on the topic leads to one general epistemological consideration. Almost all works are built in the same methodological direction – most often they describe the structural and functional properties of the object under study, less often a reductionist approach is used to describe the causality of the phenomenon, and there are extremely insufficient works of holistic and teleological directions (which most often go beyond the scope of natural science and tend to mystical and religious concepts). Perhaps this feature is due to the dominance of the constructivist approach in philosophy today, which is translated to the level of natural sciences. In any case, it is possible to hope on the most complete, holistic understanding of any phenomenon only based on all three directions of understanding: causality, structure and function, place and role of the phenomenon in a more general context. Unfortunately, there are practically no works of this kind. This work is devoted to an attempt to build an understanding of the phenomenon of dreaming from these positions.

Keywords: integration, informational, cognitive, consolidation, metaphor model, causality, dream, functionality, holism, evolutionary