



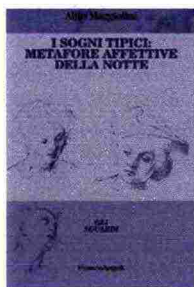
PSICOLOGIA

Dimmi quali sogni tipici fai, e ti dirò chi sei

VOLARE. Precipitare. Essere inseguiti. Arrivare in ritardo. Fallire un esame. Ognuno di noi ricorda di aver fatto almeno uno di questi sogni. Sono universali, come mostrano varie ricerche. E il loro significato è molto dibattuto. Lo psicoterapeuta Alfio Maggiolini, che li studia da trent'anni, ne propone una nuova interpretazione in *I sogni tipici* (Franco Angeli, pp. 178, euro 24). «La teoria dominante» spiega «è che i sogni tipici siano abbastanza rari. Io ritengo invece che tutti i sogni abbiano contenuti tipici. Ma per accorgersene bisogna cambiare approccio: invece di catalogarli in "sogni di insetti", "sogni di inseguimento" e così via, bisogna usare un criterio più ampio, per categorie». Per esempio quella della gravità. A cui

si possono ricondurre i sogni in cui si cade e si vola, ma anche quelli in cui si sale, si scende, si nuota. «Possono essere sollecitati dalla condizione di atonia muscolare del sonno Rem. Ma esprimono bene alcuni vissuti, sotto forma di metafore: stare giù o su, in alto o in basso». Tra i broker americani, per esempio, i sogni di caduta sono più frequenti nei periodi di crisi del mercato. Un'altra categoria è la minaccia: questi sogni, per Maggiolini, di solito segnalano un pericolo nella vita del sognatore. Sono comuni nei bambini. Mentre adulti e anziani fanno soprattutto quelli di fallimento: andare male a un esame (siamo impreparati per qualcosa). O non riuscire a comunicare, sogno frequente tra le donne. Mentre gli uomini sognano più spesso di non riuscire a muoversi. «I sogni tipici, in sostanza, usano il materiale del quotidiano per indicare un problema, qualcosa che non va come vorremmo. E sono una via d'accesso per capire il sogno in generale: abbiamo sempre pensato che il sogno indicasse un desiderio, mentre racconta più spesso la difficoltà di realizzarlo».

(Giulia Villoresi)



I sogni tipici: metafore affettive della notte
di Alfio Maggiolini (FrancoAngeli)

Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.



003600