**DR.MALA KUMARI**

**ASSISTANT PROFESSOR (GUEST**

**TEACHER)**

**DEPARTMENT OF PSYCHOLOGY**

**A.N.D COLLEGE SHAHPUR**

**PATORY,SAMASTIPUR**

**B.A –PART 2 PSYCHOLOGY (HONS)**

**PAPER-3 ,UNIT-8,**

**TYPES OF DREAM**

**LECTURE-98**

# स्वप्न के प्रकार

## (TYPES OF DREAM)

मनोवैज्ञानिकों ने स्वप्न के कई प्रकार बतलाये है | कुछ मनोवैज्ञानिकों ने स्वप्न को सामान्यतः दो भागों में बाँटा है –पहला सरल स्वप्न तथा (SIMPLE DREAM) दूसरा जटिल स्वप्न (COMPLEX DREAM)|

सरल स्वप्न में स्वप्न की घटनाएँ एवं कहानी छोटी एवं सरल होती है तथा इसमें दमित इच्छाओं की पूर्त्ति प्रत्यक्ष रूप से होती है |जटिल स्वप्न में स्वप्न की घटनाएँ एवं कहानी लम्बी एवं इस तरह एक दुसरे से मिश्रित होती है कि उसमें दमित इच्छाओं की पूर्त्ति अप्रत्यक्ष रूप से होती दीख पड़ती है |

जटिल स्वप्न की एक विशेषता यह भी है कि इस तरह के स्वप्न के विषय स्वंय स्वप्न द्रष्टा को ही समझ में नहीं आ पाता है तथा उसका औचित्य एवं संगतता को वह खुद भी नही समझ पाता है |कुछ आधुनिक मनोवैज्ञानिकों ने स्वप्न में देखे गये घटनाओं एवं विषयों के आधार पर स्वप्न को निम्नांकित सात भागों में बाँटा है |

(i)**इच्छापूर्त्ति –स्वप्न (WISH FULFILLMENT DREAM)-**जिन स्वप्नों में प्रत्यक्ष या अप्रत्यक्ष रूप से व्यक्ति की इच्छापूर्त्ति या अभिव्यक्ति होती है उसे इच्छापूर्त्ति स्वप्न कहा जाता है |जैसे ,एक छोटा बालक जब स्वप्न में किसी वैसे खिलौना से जी भर कर खेलता है जिससे वह अपने जाग्रतावस्था में खेलने की तीव्र  इच्छा रखता है तो यह इच्छापूर्त्ति स्वप्न का उदाहरण हुआ |परन्तु अधिकांश स्वप्न का वैसे होते है जिसमें इच्छाओं की पूर्त्ति या अभिव्यक्ति अप्रत्यक्ष रूप से या छदम रूप से होती है | व्यस्क के स्वप्न अधिकतर ऐसे ही होते है |

(ii**) दुश्चिन्ता  स्वप्न (ANXIETY DREAM)-** जिन स्वप्नों में व्यक्ति तीव्र दुश्चिन्ता या भय से ग्रसित हो जाता है ,उसे दुश्चिन्ता स्वप्न कहा जाता है | इस तरह के स्वप्न की एक विशेषता यह होती है कि स्वप्नद्रष्टा स्वप्न देखते –देखते काफी भयभीत हो जाता है तथा उसके शरीर से संवेगात्मक परेशानी की स्पष्ट झलक मिलती है | प्रायः देखा गया है कि इस तरह के स्वप्न देखते समय व्यक्ति का शरीर काँपने लगता है ,हाथ –पैर इधर –उधर फेकने लगता है तथा कभी –कभी वह जोर से चिल्लाने या रोने भी लगता है | नींद टूटने पर वह पाता है कि उसका शरीर पसीना से तर –ब –तर हो गया है |व्यक्ति इस तरह का स्वप्न भी अक्सर देखता है और मनोवैज्ञानिकों का कहना है कि वैसे व्यक्ति इस तरह का स्वप्न अधिक देखते है जिनकी

संवेगात्मक जिन्दगी क्षुब्ध होने के कारण अधिक चिंतित एवं आशंकित रहते है |

(III)**दण्ड स्वप्न (PUNISHMENT DREAM)-** जिन स्वप्नों में स्वप्नद्रष्टा किसी तरह का सजा पता है ,उसे दण्ड स्वप्न कहा जाता है |इस तरह के स्वप्न वैसे व्यक्ति देखते है जिनका परांह (SUPER EGO)तो विकसित होता है | परन्तु फिर भी वे कुछ ऐसे कार्य अपने दैनिक जीवन में कर बैठते है जो अनैतिक तथा असामाजिक होता है |जब कोई व्यक्ति स्वप्न यह देखता है कि उसका आँख फोड़ा जा जा रहा है तो यह दण्ड स्वप्न का उदाहरण होगा क्योंकि व्यक्ति यहाँ एक तरह का सजा पा रहा  है |

TU BE CONTINUED