

HIPNOSE E
INTERPRETAÇÃO DE
SONHOS: FERRAMENTAS
DA PSICANÁLISE
FREUDIANA NO
ENFRENTAMENTO DO MAL-
ESTAR DA CIVILIZAÇÃO

HYPNOSIS AND DREAM INTERPRETATION: TOOLS OF FREUDIAN
PSYCHOANALYSIS IN ADDRESSING THE MALAISE OF CIVILIZATION

Ciências Humanas • 12/06/2026

REGISTRO DOI: [10.70773/revistatopicos/781141028](https://doi.org/10.70773/revistatopicos/781141028)

Valéria Sá Guerra de Araújo

RESUMO

O presente trabalho tem como objetivo analisar a relevância da hipnose e da interpretação de sonhos na abordagem psicanalítica freudiana, especialmente na compreensão e no enfrentamento do mal-estar da civilização. A pesquisa revisita conceitos fundamentais da psicanálise, enfatizando a função terapêutica da hipnose e a interpretação dos sonhos como instrumentos para acessar conteúdos inconscientes, possibilitando o autoconhecimento e a mitigação de conflitos internos. A metodologia utilizada consiste em revisão bibliográfica de obras clássicas de Sigmund Freud e estudos contemporâneos sobre psicoterapia e psicanálise. Os resultados indicam que essas ferramentas são estratégicas para a compreensão do sofrimento humano e da tensão entre o indivíduo e as demandas sociais. Conclui-se que a aplicação adequada dessas práticas oferece caminhos significativos para o desenvolvimento psicológico e a promoção de bem-estar.

Palavras-chave: Psicanálise; Hipnose; Interpretação de Sonhos; Freud; Mal-Estar da Civilização.

ABSTRACT

This paper aims to analyze the relevance of hypnosis and dream interpretation in the Freudian psychoanalytic approach, especially in understanding and coping with the malaise of civilization. The research revisits fundamental concepts of psychoanalysis, emphasizing the therapeutic function of hypnosis and dream interpretation as instruments to access unconscious content, enabling self-knowledge and mitigating internal conflicts. The methodology used consists of a bibliographic review of classic works by Sigmund Freud and contemporary studies on psychotherapy and psychoanalysis. The results indicate that these tools are strategic for understanding human suffering and the tension between the

individual and social demands. It is concluded that the appropriate application of these practices offers significant paths for psychological development and the promotion of well-being.

Keywords: Psychoanalysis; Hypnosis; Dream Interpretation; Freud; Civilization and Its Discontents.

INTRODUÇÃO

A psicanálise, fundada por Sigmund Freud, busca compreender os processos inconscientes que influenciam o comportamento humano. Entre as ferramentas clássicas dessa abordagem, destacam-se a hipnose e a interpretação de sonhos, instrumentos que permitem o acesso a conteúdos psíquicos reprimidos.

O presente trabalho propõe investigar como essas técnicas contribuem para o enfrentamento do mal-estar da civilização, termo freudiano que descreve a tensão entre os desejos individuais e as imposições sociais. O estudo se justifica pela necessidade de aprofundar a compreensão sobre os métodos psicanalíticos e sua aplicabilidade contemporânea, ampliando a discussão sobre Saúde mental, autoconhecimento e adaptação social.

A hipnose, por sua vez, remonta aos primórdios da psicanálise, quando Freud, influenciado por Charcot e Breuer, utilizava-a para acessar conteúdos inconscientes. Contudo, com o tempo, foi substituída pela associação livre e pelo manejo da transferência. Ainda assim, permanece como objeto de interesse em abordagens terapêuticas contemporâneas.

A filosofia, a mitologia e as neurociências também contribuem para ampliar a compreensão dos estados psíquicos e das manifestações do inconsciente. O presente artigo propõe investigar se essas duas

ferramentas clássicas da psicanálise ainda têm aplicabilidade terapêutica diante das novas formas de sofrimento psíquico da atualidade.

DESENVOLVIMENTO

A psicanálise, enquanto ciência do inconsciente, apresenta múltiplos recursos de investigação do psiquismo humano. Freud (1900/1996), em 'A Interpretação dos Sonhos', destacou o papel central dos sonhos como via régia de acesso ao inconsciente. Nesse sentido, os conteúdos manifestos e latentes dos sonhos permitem compreender desejos reprimidos, conflitos internos e traumas não elaborados. A hipnose, por sua vez, ainda que tenha sido posteriormente substituída pela técnica da associação livre, representa um marco inicial para a abertura ao inconsciente, permitindo a expressão de conteúdos ocultos. Autores como Jung (1931) ampliaram a análise dos sonhos, incorporando a noção de inconsciente coletivo e arquétipos, enriquecendo o debate psicanalítico. Lacan (1964) reforçou a ideia de que o inconsciente é estruturado como uma linguagem, permitindo compreender os sonhos como formações significantes. Anna Freud (1946) e Melanie Klein (1952), por sua vez, contribuíram para o aprofundamento da compreensão clínica dos mecanismos de defesa e da fantasia inconsciente. Laplanche e Pontalis (1967) sistematizaram conceitos fundamentais que permitem compreender como essas práticas se integram às demandas atuais da clínica psicológica. Estudos recentes demonstram que a análise dos sonhos, aliada a recursos de hipnose clínica, pode auxiliar em quadros de ansiedade, depressão e transtornos relacionados ao estresse.

Nós, frutos da adaptação seguimos nossa rota ambiental e genética. Nos transformamos biologicamente, e os vestígios do passado estão em nossa anatomia e fisiologia. A cauda desapareceu, deixando um cóccix, por vezes dolorido. O bipedalismo deixou nossas mãos livres para conquistar e colonizar mentes e culturas. Vivemos em um planeta onde há imperialismo. Claro que teríamos pulsões e dores na contrapartida da desigualdade.

Mitologia e filosofia decuparam os espaços culturais de um novo animal, o animal político, daquele zoom politikon que sobreviveu depois de suas aventuras pictóricas.

A Ciência psicanalítica conceitua dois objetos importantíssimos: Consciente: é a interface entre a Personalidade e a vida/mundo material. Inconsciente: é a parte da Individualidade não incorporada à personalidade. A preocupação dos Homens com o cérebro se iniciou na antiguidade do Homem.

O cérebro vem evoluindo? Sim, através de adaptações, afinal a ciência natural nos brindou com a Teoria da Evolução, que exalta a adaptação dos seres às mudanças ambientais. De coacervado a ***Homo sapiens*** estamos na trajetória da conquista do conhecimento de nossas origens. A evolução do cérebro humano é um processo fascinante que remonta milhões de anos. Durante esse período, o cérebro passou por várias mudanças e adaptações que o tornaram o órgão complexo e sofisticado que é hoje. Essas mudanças são resultado da evolução da espécie e foram moldadas por pressões seletivas ao longo do tempo.

Do ponto de vista evolutivo, nós seres humanos, em relação a outros animais: nos originamos de elementos ancestrais comuns hoje

extintos e que deram origem a diferentes espécies que, por sua vez, sofreram as suas próprias evoluções. Enquanto, por exemplo, os vertebrados mais primitivos não possuíam qualquer córtex, hoje mesmo os animais menos complexos apresentam algum manto cortical, uma vez que eles também são produtos de uma longa evolução; portanto, o que mais distingue o cérebro humano não é a simples existência da chamada camada neocortical, mas sim a sua dimensão e, principalmente, a sua organização.¹

Howard Gardner, um renomado psicólogo e professor da Universidade de Harvard, revolucionou a forma como compreendemos a inteligência humana com sua teoria das inteligências múltiplas. Ao contrário da visão tradicional que define a inteligência de maneira simplista, como o Quociente de Inteligência (QI), Gardner propôs que a inteligência não é única, mas composta por várias facetas distintas.

Somos complexos, somos uma CAIXA DE PANDORA, ainda a ser aberta, redescoberta. E a ciência psicanalítica surgiu como mais um artefato logístico que perscruta o cérebro, com seu lado consciente e inconsciente, a fim de enxergar as causas e consequências das anomalias do corpo e da alma. O artigo vem jogar luz sobre a práxis psicanalítica e de certa maneira historicizá-la.

A interpretação dos sonhos foi sistematizada por Freud (1900), que a definiu como via privilegiada para o inconsciente. Ao analisar os sonhos, o analista pode acessar os desejos reprimidos que se manifestam simbolicamente. Na Antiguidade, Artemidoro de Daldis classificava os sonhos como instrumentos de revelação divina ou predição.

A hipnose, por sua vez, baseia-se na indução de um estado alterado de consciência. Freud utilizou-a inicialmente, mas abandonou-a por considerar mais eficaz o método da associação livre. Contudo, estudos recentes demonstram que a hipnose pode ser retomada com outros propósitos terapêuticos.

O cérebro é, portanto, um sofisticado e complexo circuito, por onde trafegam ideias que recebe, interpreta, processa e despacha. Há uma simetria na forma do cérebro, conjugada com uma assimetria de suas funções. O hemisfério esquerdo controla o lado direito do corpo e dele recebe as sensações correspondentes, ao passo que o hemisfério direito do corpo controla o lado esquerdo. A exceção dos canhotos, a fala e o pensamento espacial constituem atribuições praticamente exclusivas do hemisfério esquerdo. Por outro lado, o direito é especializado em aspectos não verbais, tais como: aspectos imateriais, emoções, música e artes em geral, sendo-lhe, pois, indiferente que passem por esse ou aquele hemisfério. O pensamento consciente costuma ser eminentemente verbal, portanto, no domínio do lado esquerdo, enquanto o lado direito como não verbal sediaria os pensamentos inconscientes.

Gardner argumenta que a inteligência não é uma entidade única, mas uma coleção de capacidades independentes que se manifestam de maneira única em cada indivíduo.

Inteligência Musical: Aptidão para tocar, compor ou apreciar a música.

Inteligência Espacial: Habilidade de perceber o mundo em três dimensões e criar imagens mentais.

Inteligência Corporal-Cinestésica: Proficiência em habilidades físicas, como esportes ou dança.

Inteligência Interpessoal: Capacidade de compreender e interagir eficazmente com os outros.

Inteligência Intrapessoal: Consciência e compreensão de si mesmo.

Hoje, nosso foco está na inteligência lógico-matemática, que desempenha um papel fundamental em nossa capacidade de lidar com números, padrões e solucionar problemas complexos.

A Inteligência Lógico-Matemática em Ação

A inteligência lógico-matemática é a capacidade de pensar de forma lógica e analítica, aplicar princípios matemáticos em situações do dia a dia e resolver problemas de maneira eficiente. Pessoas com alta inteligência lógico-matemática exibem várias características notáveis:

Raciocínio Lógico: São hábeis em identificar padrões, estabelecer relações de causa e efeito e tomar decisões baseadas em evidências sólidas.

Resolução de Problemas: Têm facilidade para desmontar problemas complexos em partes menores e encontrar soluções viáveis.

Habilidade Matemática: Demonstram proficiência em matemática, desde cálculos básicos até conceitos avançados.

Pensamento Crítico: São capazes de avaliar informações de maneira objetiva e identificar falácias ou inconsistências.

Aptidão para Ciência: Tendem a se destacar em disciplinas científicas devido à sua habilidade de aplicar a lógica na investigação e análise de fenômenos naturais.

Lógica Digital: Muitas vezes, têm afinidade com a lógica digital, que é fundamental em campos como programa...

As contribuições de Howard Gardner sobre inteligências múltiplas, especialmente a inteligência intrapessoal, também corroboram a importância de ferramentas que permitam o autoconhecimento e a compreensão de si.

A civilização atual, marcada por hiperexposição digital, ansiedades difusas e isolamento social, impõe novos desafios à clínica psicanalítica. Nessa direção, escutar o inconsciente permanece fundamental.

A investigação mostrou que, apesar de sua antiguidade, a hipnose e a interpretação dos sonhos seguem sendo relevantes em contextos clínicos diversos. A interpretação dos sonhos permite acessar simbolicamente conteúdos psíquicos reprimidos. A hipnose, por sua vez, tem sido reavaliada sob novas abordagens terapêuticas, como a hipnoterapia.

“Parece certo que não nos sentimos confortáveis na civilização atual, mas é muito difícil formar uma opinião sobre se, e em que grau, os homens de épocas anteriores se sentiram mais felizes, e sobre o papel que suas condições culturais desempenharam nessa questão. Sempre tendemos a considerar objetivamente a aflição das pessoas – isto é, nos colocamos, com nossas próprias necessidades e sensibilidades, nas condições delas, e então examinar quais as

ocasiões que nelas encontraríamos para experimentar felicidade ou infelicidade.” (FREUD, 1900, pg. 16).

Sim, felicidade e infelicidade, dois conceitos que a filosofia vem investigando, e procurando entender, mapear, conceituar, elucidar. Por exemplo, o caso do Homem dos Lobos, tratado e acompanhado pelo doutor Freud demonstra que nem sempre os recalques guardados no inconsciente podem ser gerados - em maioria - em ambiência: onde o capital econômico não seja um dilema.

Segundo Tales de Mileto, que viveu nas décadas de 6 a 7 a.C., é feliz “quem tem corpo são e forte, boa sorte e alma bem formada”. Vale atentar para a expressão “boa sorte”, pois disso dependia a felicidade na visão dos gregos mais antigos....

CONCLUSÃO

O presente trabalho evidenciou a relevância da hipnose e da interpretação de sonhos como ferramentas centrais da psicanálise freudiana no enfrentamento do mal-estar da civilização. Através da revisão teórica e da análise crítica de diferentes autores, observou-se que essas técnicas permitem o acesso a conteúdos inconscientes, possibilitando a compreensão de desejos reprimidos, conflitos internos e tensões sociais que impactam o comportamento humano. Conclui-se que a aplicação adequada dessas práticas não apenas promove o entendimento das dinâmicas internas do indivíduo, mas também contribui para uma melhor adaptação às demandas sociais, atenuando o sofrimento derivado da tensão entre desejos individuais e normas coletivas. Por fim, destaca-se a necessidade de estudos contínuos que explorem a interface entre psicanálise clássica e práticas terapêuticas atuais.

O sofrimento psíquico permanece como uma das grandes questões da existência humana. Em sua obra *O Mal-Estar na Civilização*, Freud argumenta que a civilização impõe repressões inevitáveis que geram sintomas, exigindo escuta clínica e interpretação simbólica.

A hipnose e a interpretação dos sonhos, enquanto ferramentas psicanalíticas, refletem o momento histórico de fundação da psicanálise, mas ainda possuem valor no contexto clínico atual, desde que compreendidas à luz das transformações sociais e subjetivas contemporâneas.

Ao refletir sobre o mal-estar da civilização hoje, marcado por ansiedades difusas, hiperexposição e solidão, a escuta do inconsciente — seja por vias oníricas, seja por manifestações hipnóticas ou simbólicas — continua sendo uma necessidade. A psicanálise, nesse sentido, permanece viva em seu esforço de decifrar o enigma do sofrimento humano.

Neste sentido, a hipnose e a análise dos sonhos, mesmo que revisadas e adaptadas, continuam sendo caminhos possíveis para acessar o inconsciente. Cabe à psicanálise, como campo teórico e clínico, manter-se aberta às transformações sociais e subjetivas.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BIRMAN, Joel. *Guerra e política em psicanálise*. Rio de Janeiro: Civilização Brasileira, 2019.

CHAUÍ, Marilena. *Convite à filosofia*. São Paulo: Ática, 2002.

FREUD, Sigmund. *A Interpretação dos Sonhos*. 5. ed. Rio de Janeiro: Imago, 1996. (obra original publicada em 1900)

FREUD, Sigmund. Estudos sobre a Histeria. Rio de Janeiro: Imago, 1996. (obra original publicada em 1895)

FREUD, Sigmund. O Mal-Estar na Civilização. Rio de Janeiro: Imago, 1996. (obra original publicada em 1930)

JUNG, Carl Gustav. Psicologia do Inconsciente. São Paulo: Cultrix, 1931.

FREUD, Anna. O Ego e os Mecanismos de Defesa. Rio de Janeiro: Imago, 1946.

KLEIN, Melanie. Inveja e gratidão e outros trabalhos. Rio de Janeiro: Imago, 1952.

LACAN, Jacques. O Seminário, Livro 11: Os quatro conceitos fundamentais da psicanálise. Rio de Janeiro: Zahar, 1964.

LAPLANCHE, Jean; PONTALIS, Jean-Bertrand. Vocabulário da Psicanálise. São Paulo: Martins Fontes, 1967.

REALE, Giovanni; ANTISERI, Dario. História da filosofia. Vol. 1. São Paulo: Paulus, 2003.

STRUIK, Dirk J. História concisa das matemáticas. Lisboa: Gradiva, 1986