

## ÎN CE CULORI VISEAZĂ MOLDOVENII?

Aceste date aparțin Magenta Consulting ©

[www.consulting.md](http://www.consulting.md)



RESEARCHING.REVEALING.EMPOWERING

**magenta**  
CONSULTING

Visele prezintă în concepția unora o realitate virtuală în care evadăm în timpul somnului din diverse motive (în special stresul) și o prevestire, după părerea acelor superstițioși și acelor care cred că în timpul somnului reușim să folosim mai multe zone ale creierului sau chiar să facem legătura cu astralul.

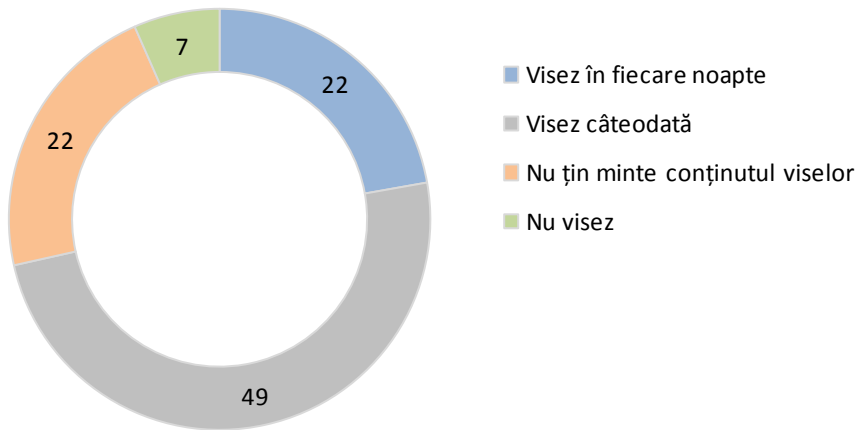
Freud vedea în vise exprimarea unor dorințe, cea mai importantă dintre acestea fiind aceea de a continua somnul. Dacă ni se face sete – visăm că bem apă. Dacă auzim careva zgomote venite din exterior – vom continua să dormim, dar aceste semnale care vin din mediul exterior se vor integra în visul nostru. Marele psihanalist și-a expus părerea că visul este o modalitate de explorare a inconștientului și că dorințele refulate, inconștiente, cenzurate apar în vise. Dorințele interzise vor apărea în vise, dar nu direct, evident, ci într-o formă voalată, metaforică. Visele au un conținut latent, cu semnificații ascunse, dar pentru descoperirea acestuia este nevoie de interpretare psihanalitică individuală.

Totuși teoria lui Freud a fost criticată. Cercetările științifice recente au arătat că visele au drept scop ajutorarea memoriei. În timpul somnului rememorăm experiențele recente, le organizăm și le interiorizăm. În dependență de mediul în care trăim, de felul în care reacționăm la diferiți excitanți pozitivi sau negativi, de așteptările noastre, avem vise fericite sau coșmaruri. Acele fericite ne mențin sănătoși, ne scapă de frustrări, iar coșmarurile care se repetă pot duce la depresie și alte dereglări.

Cum a arătat cercetarea Magenta National Screening efectuată pe un eșantion de 1400 de respondenți cu vârsta 14-65 ani, în 24 de localități urbane, cu marjă de eroare de +/-2,6 %, aproape jumătate din populația noastră visează câteodată, fiecare al cincilea moldovean visează în fiecare noapte, iar alte 22% nu își aduc aminte conținutul viselor. Au fost și dintre acei care au declarat că nu visează deloc – aceștia constituind 7% din total.

Ce fel de vise au acei care visează în fiecare noapte: vise plăcute sau coșmaruri? Acest fapt nu ne este cunoscut, dar este un indiciu asupra faptului că creierului persoanelor date este foarte activ și acestea au o viață plină de emoții pozitive sau negative. Iar emoțiile, indiferent de calitatea lor, sunt un fel de stres pentru organism, mai ales dacă acestea au o intensitate mare.

Figura 1.: Cât de des visați?, N=1333, %



Cine sunt acei care visează mai mult sau mai puțin?

Analiza multicriterială a relevat o interdependență inversă între vârstă și cantitatea de vise văzute în timpul somnului. Cel mai mult visează adolescenții, 37% dintre aceștia declarând că au vise în fiecare noapte, ceva mai mult de medie visează zilnic acei cu vârsta până la 29 ani. Probabil nu degeaba se zice că doar copii au capacitatea de a visa, aceasta spunându-se nu doar la modul figurat, dar reiese că cei mai tineri chiar visează mai mult și atunci când dorm. Acei cu vârsta de peste 45 ani într-o mai mare măsură visează câteodată, adică mult mai rar. Oare cu cât înaintăm în viață avem mai puține vise? Cei mai uitoci privind conținutul viselor sunt tinerii de 25-29 ani, mintea lor fiind prea ocupată ca să mai țină minte și ce au visat. Dintre acei care nu visează niciodată, ponderea cea mai mare o au persoanele din segmentul de vârstă 45-54 ani. Femeile au vise în fiecare noapte în pondere mai mare, decât bărbații, iar aceștia sunt mai mulți printre acei care nu visează niciodată. Oare bărbații nu au vise? Sau bărbații dorm mult mai liniștit și sunt mai echilibrați, stresurile de peste zi influențând mai puțin asupra somnului lor dulce?

Cât privește statutul marital al visătorilor, cel mai mult zilnic visează celibatarii și persoanele care trăiesc în concubinaj. Probabil că visează la viața de familie, pentru că cel mai puțin visează persoanele căsătorite.

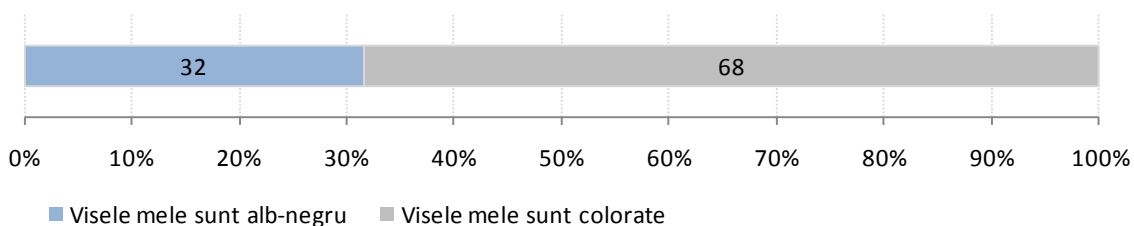
Până la mijlocul secolului trecut se considera că o persoană care visează în culori are o afecțiune psihică. De fapt, aceasta este o terapie în culori. Însăși ideea despre visele alb-negru a apărut la oameni după apariția cinematografului, televiziunii și a fotografiilor alb-negru. Astfel, a apărut posibilitatea de a suprapune imaginea alb-negru cu lumea reală, bogată în culori.

Studiile internaționale arată că dintre acei care au vizionat filme color în copilărie, doar 7% au vise alb-negru, comparativ cu fiecare al patrulea dintre acei care au vizionat filme în alb-negru în copilărie.

Conform opiniei altor psihologi, vise alb-negru au persoanele cu predispunere spre științele exacte, iar vise color au persoanele mai creative.

În acest context ne-a fost interesant în ce culori văd moldovenii visele. Studiul a relevat că practic fiecare al treilea moldovean vede visele în alb-negru. Să fie aceasta un efect a copilăriei în care aceștia au vizionat prea multe filme în alb-negru?

Figura 2. : Coloritul viselor moldovenilor, N=894, %



Analiza multicriterială a relevat că jumătate din persoanele trecute de vârsta de 45 ani au vise alb-negre. Marea majoritate a adolescenților și a tinerilor au vise colorate. De asemenea, vise color în deosebi au persoanele care trăiesc în concubinaj și celibatarii.

Analizând interdependența între visele color, sănătate și fericire, a fost relevat faptul că persoanele care văd vise color sunt mai sănătoase și mai fericite.

Vă îndemnăm să rămâneți niște visători incurabili și să visați la propriu și la figurat!

*Articol publicat in revista Chrysanthemes, Nr. 3 2010*

For the English version of this article, please visit [www.consulting.md](http://www.consulting.md)

Чтобы прочесть русскую версию этой статьи, зайдите на сайт [www.consulting.md](http://www.consulting.md)