



I personaggi nei sogni di uomini e donne.

Variazioni per età.

Alfio Maggiolini, Valentina Radaelli***

**Psicoterapeuta, Direttore della Scuola di Psicoterapia Minotauro. Docente di Psicologia del ciclo di vita, Università Bicocca-Milano.*

***Psicologa.*

Riassunto

Ci sono differenze sistematiche nei contenuti dei sogni di uomini e donne, negli ambienti, nelle interazioni sociali, negli oggetti e nei personaggi. Le donne, in particolare, sognano in eguale misura uomini e donne, mentre la percentuale di personaggi maschili nei sogni degli uomini è maggiore (Domhoff, 2017). Questa differenza è universale, anche se con alcune variazioni culturali, e ci si può chiedere se cambia con l'età. L'analisi di 1546 sogni (722 maschi e 824 femmine), suddivisi in sette fasce di età (dagli 8 anni ai 70 anni) condotta con il metodo di Hall e Van de Castle (1966), rivisto da Domhoff (1996, 2003, 2017) conferma le differenze significative nei personaggi onirici nei sogni di maschi e femmine. I maschi, infatti, sognano più maschi e meno femmine, mentre le femmine sognano maschi e femmine in modo più paritario. I maschi sognano anche più spesso personaggi in gruppo, più adulti e meno bambini, più personaggi famosi e più personaggi associati ad un lavoro, ma sognano meno parenti e meno personaggi famigliari. Mentre molte di queste differenze si mantengono stabili, le variabili del genere dei personaggi dei sogni cambiano in modo significativo con l'età, con una progressiva riduzione della differenza. Nell'articolo vengono discusse alcune ipotesi che possono spiegare questa tendenza.

Parole chiave: *Personaggi dei sogni, Analisi del contenuto, Differenze di genere.*

Il ricordo dei sogni

I sogni ricordati al risveglio sono generalmente rappresentativi dei sogni fatti durante tutta la notte (Trinder, Kramer, 1971) e circa il 68% delle persone ricorda almeno un sogno al mese (Schredl, 2007). Le femmine, normalmente, ricordano i sogni più dei maschi. Questa differenza è minore nei bambini e maggiore in adolescenza e tra i 25 e 55 anni

(Schredl, Reinhard, 2008; Nielsen 2012). È indipendente dai disturbi del sonno, dalla durata del sonno e da eventuali problemi psicopatologici (Blume-Marcovici, 2010).

Uno dei fattori principali che influenzano il ricordo è il maggior interesse per i sogni (Schredl, 2000; Schredl, 2002; Beaulieu-Prevost, Zadra, 2007). È possibile, quindi, che gli uomini ricordino meno sogni perché hanno meno interesse, anche se non si può escludere l'opposto, che abbiano cioè meno interesse perché ne ricordano meno. Indipendentemente dal genere i sogni vengono ricordati di più se si è cresciuti in famiglie che incoraggiano il ricordo e danno significato al sogno (Schredl, Sartorius, 2006). Gli scambi familiari sono importanti anche a livello transgenerazionale (Blume-Marcovici, 2010), per la socializzazione tra generazioni, che in molti contesti culturali è veicolata soprattutto dalle nonne (Szmigielska, Holda, 2007).

Anche l'intelligenza verbale, la memoria e il richiamo di esperienze affettivamente significative contribuiscono al ricordo (Schredl, Reinhard, 2008), fattori che possono comunque essere anche influenzati da una rigida identità di genere. Le persone che hanno un modello di genere maschile rigido, per esempio, fanno più fatica a ricordare i sogni (Blume-Marcovici, 2010).

Un metodo di analisi del contenuto

Un metodo di analisi dei sogni che ha mostrato sistematiche differenze tra i contenuti dei sogni di uomini e donne è il metodo di Hall e Van de Castle (1966), rivisto da Domhoff (1996). Questo metodo analizza i testi dei sogni classificando i contenuti sulla base di una serie di categorie:

- Personaggi.
- Interazioni sociali.
- Attività.
- Successo/fallimento.
- Sfortuna/fortuna.
- Emozioni (rabbia, apprensione, tristezza, confusione e felicità).
- Ambiente fisico (setting e oggetti).
- Elementi descrittivi (modificatori, tempo, negatività).
- Cibo e mangiare.
- Elementi del passato.

Queste categorie, a loro volta, sono composte da altre sottocategorie. I personaggi, per esempio, possono essere distinti per:

- Genere (personaggi maschili, femminili, in gruppo misto, indefiniti e *ratio maschi-femmine*).
- Identità (personaggi conosciuti, parenti, famosi, etnici, relativi ad un'occupazione e sconosciuti. I personaggi familiari comprendono personaggi conosciuti, parenti e famosi).
- Età (adulti, adolescenti, bambini, neonati).
- Numero (singoli e gruppi).

Si possono anche analizzare le relazioni tra diverse categorie o sottocategorie. Per esempio, per quanto riguarda gli indicatori del genere dei personaggi si può analizzare il rapporto dei personaggi maschi sul totale dei maschi e delle femmine (la *ratio* maschi-femmine), oltre a molte altre correlazioni. L'uso di questi confronti è utile anche perché serve a paragonare in modo statisticamente corretto i sogni indipendentemente dalla lunghezza (Domhoff, 1999).

Differenze nei contenuti

Con questo metodo sono state indagate le differenze di genere nei contenuti dei sogni in numerose ricerche condotte in tutto il mondo (per una rassegna aggiornata si veda Domhoff, 2017).

I risultati complessivamente indicano che gli uomini sognano più ambienti esterni rispetto a setting *indoor* e le donne sognano più luoghi conosciuti. Le donne sognano anche più oggetti collegati alla casa e vestiti, mentre gli uomini più armi. Gli uomini sognano anche più interazioni aggressive rispetto alle donne, che invece sognano più spesso situazioni di rifiuto e di critica (Underwood, 2003). Non ci sono, invece, differenze nell'aggressività verbale e nelle interazioni neutrali, sia verbali sia fisiche.

Anche se questi risultati sono complessivamente stabili, alcuni di questi dati possono variare in relazioni al contesto culturale. Per esempio, i sognatori della costa est degli USA assumono più spesso il ruolo di aggressore, al contrario quelli della costa ovest e del *Midwest* che sono più spesso vittime (Rubinstein, Krippner, 1991).

Alcune variazioni sono in relazione alle diverse fasi del ciclo di vita. I contenuti aggressivi, per esempio, variano anche in funzione dell'età. L'aggressività fisica è più presente nei sogni dei bambini e degli adolescenti che degli adulti (Avila-White, Schneider, Domhoff, 1999; Riva Crugnola, Maggiolini *et al.*, 2008; Dale, Lortie-Lussier, De Koninck, 2015), anche se negli adolescenti dagli 11 ai 15 anni le interazioni aggressive aumentano a dispetto di quelle amichevoli in entrambi i sessi, ma con più interazioni aggressive fisiche rispetto agli adulti, in particolare nei maschi, che hanno più interazioni aggressive rispetto alle ragazze (Strauch, Lederbogen, 1999).

Un altro dato evolutivo confermato da diverse ricerche è che i bambini sognano più animali rispetto agli adulti (Hall, Van de Castle, 1966). In particolare il 23% dei sogni dei bambini di 5 anni contengono animali e la presenza di animali rimane costante dai 7 agli 11 anni (Domhoff, 1996). Anche in questo caso c'è una differenza di genere, perché le bambine sognano più animali rispetto ai bambini (45% vs 33%) (Foulkes, 1982, 1999). Le emozioni sono presenti in un terzo dei sogni e la paura è l'emozione più frequente, seguita da gioia, rabbia, tristezza, colpa/vergogna e affetto, senza differenze di genere significative (Merritt *et al.*, 1994). All'aumentare dell'età il numero di emozioni sognate diminuisce, in particolare quelle negative (Dale, Lortie-Lussier, De Koninck, 2015). Un'altra differenza tra i contenuti dei sogni delle donne e degli uomini è che le donne riportano più emozioni rispetto agli uomini, rispettivamente 70% e 48%, un dato che può rispecchiare quello che succede nella vita quotidiana, perché gli uomini in genere esprimono meno spesso le emozioni (un dato che è stato etichettato come "alesitimia normativa maschile", Levant, 2001).

Maschi e femmine nei sogni

Una differenza consolidata nei sogni di maschi e femmine è la presenza di personaggi maschili e femminili nei sogni di uomini e donne. Questo dato (*ratio* maschi-femmine) è calcolato contando i personaggi maschili sul totale dei personaggi umani che compaiono nei sogni (la somma di maschi e femmine). Da questo calcolo emerge che normalmente il 67% dei personaggi dei sogni dei maschi sono uomini, mentre il 48% di uomini è presente nei sogni delle donne, che quindi sognano in modo sostanzialmente paritario maschi e femmine.

Questi dati non solo sono stati confermati in diversi campioni occidentali, ma anche nei sogni di gruppi etnici diversi, come gli Hopi e gli Yir Yoront (Hall, Domhoff, 1963). Altri studi transculturali, comunque, hanno documentato variazioni culturali (Urbina, Grey, 1975; Yamanaka, Morita, Matsumoto, 1982; Hall, 1984; Krippner, Weinhold, 2001, Tartz, Krippner, 2008). I sogni dei peruviani, per esempio, sono popolati da personaggi femminili e anche i soggetti maschi sognano meno personaggi maschi (Urbina, Grey, 1975). Le donne giapponesi sognano il 28% di maschi, un dato che si discosta da quello delle donne americane che sognano il 48% di maschi (Yamanaka, Morita, Matsumoto, 1982). Nei sogni degli argentini (Tartz, Krippner, 2008) le donne sognano più maschi rispetto ai soggetti maschi, dato in contrasto con le norme di Hall e Van de Castle (1966).

La cultura di appartenenza, quindi, ha un certo peso nel determinare il rapporto

maschio-femmina nei sogni, anche se la tendenza generale è che gli uomini sognino più di altri uomini che di donne, mentre le donne tendono a sognare in modo paritario uomini e donne.

Una spiegazione di questa differenza è l'*ipotesi della continuità*, in base alla quale questa differenza nei contenuti dei sogni non farebbe che rispecchiare una differenza che si ritrova nella vita diurna (Schredl, Sahin, Sahfer, 1998; Schredl, 2001; Paul, Schredl, 2012; Mathes, Schredl, 2013).

Per esempio, frequentare un ambiente a prevalenza maschile, come la facoltà di ingegneria, o un ambiente a prevalenza femminile, come la facoltà di psicologia, influenza la *ratio* maschi-femmine dei personaggi onirici (Schredl, Jacob, 1998). Tra gli studenti di psicologia, una facoltà che è prevalentemente frequentata da donne, vi sono percentuali più basse di uomini sognati dai maschi (Mathes, Schredl, 2013). Le donne che hanno un partner maschio sognano più maschi rispetto alle donne senza partner (Paul, Schredl, 2012) e le donne lavoratrici sognano più maschi rispetto alle casalinghe (Lortie Lussier, Schwab, De Koninck, 1985), così come sognano più personaggi collegati ad un'occupazione, mentre i sogni delle casalinghe sono più facilmente popolati da bambini e personaggi familiari (Rinfret, Lortie-Lussier, De Koninck, 1991).

L'ambiente sociale influisce, quindi, su questi contenuti in interazione con il genere del sognatore (Rinfret, Lortie-Lussier, De Koninck, 1991; Lortie Lussier, Schwab, De Koninck, 1985; Bursik, 1998; Schredl, Jacob, 1998; Paul, Schredl, 2012; Selterman, Apetroaia, Waters, 2012; Mathes, Schredl, 2013).

Ci si può chiedere se le differenze di genere nella *ratio* maschi-femmine siano influenzate non solo da fattori culturali e dalle condizioni di vita, ma anche da cambiamenti evolutivi. Questa differenza si manifesta per tutte le età o è più elevata nei bambini, negli adolescenti, negli adulti o negli anziani?

Alcune ricerche hanno già provato a rispondere a questa domanda, a partire da segmenti di popolazione. In età prescolare, per esempio, le bambine sognano più soggetti femmine e i bambini più soggetti maschi (Sandor *et al.*, 2015) e anche a 9-15 anni i ragazzi sognano più soggetti maschi e le ragazze sognano soggetti maschi e femmine in modo equilibrato (Strauch, Lederbogen, 1999). Questo dato, quindi, sembra confermare quello normativo, che è ricavato da campioni di adulti, ma con percentuali anche più elevate rispetto ai soggetti adulti. Anche una ricerca italiana ha confermato che gli adolescenti maschi italiani sognano il 76% di maschi, le ragazze solo il 39% (Riva Crugnola, Maggiolini, *et al.* 2008).

Questi dati suscitano alcuni interrogativi in relazione all'ipotesi di continuità, che spiega la differenza con riferimenti alla vita quotidiana. Nella cultura attuale la frequenza scolastica, infatti, avviene normalmente in gruppi misti e i figli stanno più spesso con la madre che con il padre o hanno più spesso insegnanti femmine che maschi a scuola. In teoria, quindi, ci si dovrebbe eventualmente attendere un dato opposto, se i contenuti dei sogni si limitassero a rispecchiare le frequentazioni nella vita diurna.

Una ricerca sui sogni nel ciclo di vita

Con il metodo di Hall e Van de Castle (1966; Domhoff, 1996) abbiamo analizzato 1546 sogni di altrettanti soggetti per verificare variazioni per età delle differenze di genere nei personaggi dei sogni, indagando non solo la *ratio* maschi-femmine, ma anche altre differenze nei personaggi (identità, età e individui o gruppi).

I soggetti sono stati divisi in sette fasce di età, dagli 8 anni ai 70 anni: 8-10; 11-12; 15-16; 17-18; 19-30; 31-59; 60-70. Ad ogni partecipante è stato chiesto di riportare un sogno recente. Dal campione sono stati eliminati i sogni che non presentano personaggi onirici umani, ma solo animali o creature fantastiche, o il cui unico personaggio era il sognatore stesso. Il campione finale è di 1377 sogni (625 maschi e 752 femmine) (Tab. 1).

Tab. 1 – Genere ed età dei partecipanti

Età	Maschi	Femmine
8-10	90	99
11-12	112	120
15-16	119	118
17-18	111	118
19-30	106	119
31-59	51	121
60-70	36	57
Totale	625	752

L'unità di analisi è il testo del singolo sogno, codificato secondo il sistema Hall e Van de Castle (1966), rivisto da Domhoff (2003).

Nella Tabella 2 sono riportate le variabili analizzate e le rispettive formule.

Tab. 2 - Variabili

Variabili	Formule
Genere	
<i>Totale femmine</i>	<i>Femmine/tutti i personaggi</i>
<i>Totale maschi</i>	<i>Maschi/ tutti i personaggi</i>
<i>Totale gruppi misti</i>	<i>Gruppi misti/ tutti i personaggi</i>
<i>Totale genere indefinito</i>	<i>Genere indefinito / tutti i personaggi</i>
<i>Ratio maschi-femmine</i>	<i>Maschi/maschi+femmine</i>
Identità	
<i>Totale conosciuti</i>	<i>Conosciuti/ tutti i personaggi</i>
<i>Totale parenti</i>	<i>Parenti/ tutti i personaggi</i>
<i>Totale famosi</i>	<i>Famosi/ tutti i personaggi</i>
<i>Totale estranei</i>	<i>Estranei/ tutti i personaggi</i>
<i>Totale identificazione etnica</i>	<i>Identificazione etnica/ tutti i personaggi</i>
<i>Totale identificazione occupazionale</i>	<i>Identificazione occupazionale/tutti i</i>
<i>Totale familiari</i>	<i>personaggi</i>
	<i>Familiari/ tutti i personaggi</i>
Età	
<i>Totale adulti</i>	<i>Adulti/ tutti i personaggi</i>
<i>Totale adolescenti</i>	<i>Adolescenti/ tutti i personaggi</i>
<i>Totale bambini</i>	<i>Bambini/ tutti i personaggi</i>
<i>Totale bambini piccoli</i>	<i>Bambini piccoli/ tutti i personaggi</i>
Numero	
<i>Totale gruppi</i>	<i>Gruppi/ tutti i personaggi</i>
<i>Totale individui singoli</i>	<i>Singoli/ tutti i personaggi</i>

Nota: l'indice *totale familiari* è dato dalla somma di *totale conosciuti*, *totale parenti* e *totale famosi*

La verifica dell'accuratezza di codifica mostra un'affidabilità tra giudici dell'80%. Come da indicazioni in letteratura, non è stato necessario prendere in considerazione le differenze di lunghezza dei sogni. In tutti i dati riportati nei grafici e nelle tabelle seguenti le differenze di genere sono calcolate considerando i valori maschili rispetto a quelli femminili (*maschi* vs *femmine*).

Risultati: differenze di genere

I risultati confermano innanzitutto significative differenze di genere per tutte le variabili (tranne per la variabile gruppi misti).

I risultati sono presentati nella Tab. 3, mentre in appendice riportiamo i valori statistici di *h* per questi dati e per quelli della tabella successiva, così come sono calcolati con il metodo di Domhoff nel formato grafico secondo il profilo *h*.

I dati confermano che per il **genere** i maschi sognano più maschi, meno femmine e più personaggi con genere indefinito.

Anche per l'**identità** vi sono differenze significative per quasi tutti gli indici (tranne che per gli estranei). I maschi sognano più personaggi collegati ad un'etnia, più personaggi associati ad un'occupazione, più personaggi famosi, meno parenti e meno conoscenti, mentre sognano meno personaggi familiari rispetto alle donne.

Per quanto riguarda l'**età** dei personaggi, i maschi sognano più adulti e meno neonati, bambini e adolescenti.

Uomini e donne sognano più **individui** che **gruppi**, ma i maschi sognano più personaggi in gruppo rispetto alle donne in tutto il campione.

Tab. 3 - Differenze di genere (*maschi vs femmine*) su tutto il campione.

	Maschi	Femmine	h	P
Genere				
Totale femmine	46	37	0.18	**
Totale maschi	23	34	-.0245	**
Totale genere indefinito	8	6	0.12	**
Totale gruppi misti	23	24	-0.02	Ns
Ratio maschi-femmine	67	52	0.31	**
Identità				
Totale conosciuti	22	29	-0.16	**
Totale parenti	33	38	-0.10	**
Totale estranei	21	23	-0.05	Ns
Totale famosi	14	7	0.23	**
Totale identificazione etnica	1	0	0.20	**
Totale identificazione occupazionale	9	3	0.26	**
Totale familiari	64	70	-0.13	**
Età				
Totale adulti	79	74	0.12	**
Totale adolescenti	11	13	-0.06	*
Totale bambini	9	11	-0.07	*
Totale bambini piccoli	1	1	-0.08	**
Numero				
Totale gruppi	44	37	-0.14	**
Totale individui singoli	56	63	0.14	**

Nota: in tabella le percentuali dei partecipanti maschi e femmine, *h* = differenza di genere (*maschi vs femmine*), *p*= significatività * = *p*<.05 ***p*<.01.

Variazioni per età nei personaggi maschili e femminili

Le differenze nei personaggi di uomini e donne cambiano in relazione all'età.

Le differenze della **ratio maschi-femmine**, del **totale maschi** e del **totale femmine**, infatti, diminuiscono progressivamente. Nelle prime fasce di età, dagli 8-10 anni ai 15-16

anni, le differenze sono maggiori rispetto agli adulti. L'estensione del campione alle diverse fasce d'età, tenendo conto dell'elevata differenza nelle prime fasi del ciclo di vita, riduce la significatività nelle fasi successive, che invece in altre ricerche è significativa nei campioni normativi che sono di giovani adulti.

Il dato viene confermato anche considerando il **totale maschi e totale femmine**, dove rispettivamente i bambini maschi sognano più maschi e meno femmine rispetto agli adulti. Non ci sono variazioni per età nei gruppi misti in tutto il campione, ma è interessante notare che a 15-16 anni c'è un aumento di personaggi indefiniti sognati dai maschi.

Per l'**identità dei personaggi** onirici le differenze di genere sono meno soggette alle variazioni di età dei soggetti, le tendenze evolutive si mantengono dunque abbastanza stabili. I maschi sognano meno soggetti conosciuti per tutte le età, tranne a 60-70 anni, meno parenti, più personaggi famosi, più personaggi collegati ad un'occupazione, tranne a 60-70 anni, più personaggi collegati all'etnia e non vi è una tendenza per età neanche per l'indice *totale estranei*.

Per quanto riguarda l'**età dei personaggi** ci sono differenze significative. I maschi sognano meno neonati, tranne a 11-12 anni e 17-18 anni, dove tuttavia le differenze che emergono sono poco ampie. I maschi sognano meno adolescenti, soprattutto a 15-16 anni, e più adulti (meno che a 17-18 anni). I risultati per l'età dei personaggi potrebbero essere dovuti al metodo di codifica utilizzato, che classifica come adulti anche i personaggi ai quali il sognatore non attribuisce un'età specifica.

I maschi sognano più **personaggi in gruppo** rispetto alle femmine a 11-12 anni e a 15-16 anni, mentre per le altre fasce di età non ci sono differenze significative.

Tab. 4 - Differenze di genere (*maschi vs femmine*) per età

	8-10	11-12	15-16	17-18	19-30	31-59	60-70
Genere							
Totale femmine	-0,45**	-0,48**	-0,21**	-0,09	-0,02	-0,15	0,07
Totale maschi	0,51**	0,36**	0,02	0,12	0,02	0,00	-0,31
Totale genere indefinito	0,00	0,04	0,30**	0,00	0,11	0,05	0,03
Totale gruppi misti	-0,11	0,05	0,00	-0,05	-0,07	0,14	0,27
Ratio maschi-femmine	0,64**	0,58**	0,19*	0,14	0,02	0,08	-0,22
Identità							
Totale conosciuti	0,05	-0,15*	-0,37**	-0,06	-0,10	-0,11	0,49**
Totale parenti	-0,19*	-0,23**	0,05	-0,16	0,00	-0,31*	-0,32
Totale estranei	-0,17*	0,02	0,07	-0,05	-0,19*	-0,05	-0,16
Totale famosi	0,26**	0,30**	0,26**	0,17*	0,29**	0,25*	0,29
Totale identificazione etnica	0,08	0,00	0,20*	0,20*	0,20*	0,25*	0,00
Totale identificazione occupazionale	0,22**	0,23**	0,36**	0,21**	0,26**	0,28*	-0,32
Totale familiari	-0,04	-0,19*	-0,27**	-0,09	-0,02	-0,31**	0,28
Età							
Totale adulti	0,05	0,29**	0,35**	-0,02	0,21*	0,21	0,33
Totale adolescenti	0,00	-0,20*	-0,36**	0,00	0,00	0,08	0,00

Totale bambini	-0,02	-0,30	0,00	0,00	-0,06	-0,30**	-0,45**
Totale bambini piccoli	-0,20*	0,20*	0,00	0,20*	-0,28*	-0,15	-0,12
Numero							
Totale gruppi	0,02	0,16**	0,24**	0,08	0,12	0,06	0,21
Totale individui singoli	-0,02	-0,16**	-0,24**	-0,08	-0,12	-0,06	-0,21

Nota: in tabella le differenze di genere (*maschi vs femmine*), significatività: * = $p < .05$ ** $p < .01$.

Discussione

I risultati complessivamente confermano i dati normativi di Hall e Van de Castle: i maschi sognano più maschi, le donne sognano in ugual misura personaggi maschi e femmine, senza differenze, invece, per i gruppi.

La differenza nella *ratio* maschi-femmine, tuttavia, diminuisce con l'età, confermando i risultati di altre ricerche che hanno trovato che dai 9 ai 15 anni ci sono differenze di genere più elevate rispetto agli adulti (Strauch, Lederbogen, 1999; Strauch, Meier, 1996). Questo andamento non sembra essere legato all'adolescenza, in cui si può pensare che l'ingresso nella pubertà possa determinare una maggiore differenza tra maschi e femmine. Già prima della pubertà, infatti, la differenza è marcata e tende poi a diminuire.

Come spiegare questa differenza e l'andamento per età? Considerato che nel nostro contesto culturale i bambini maschi hanno relazioni con maschi e femmine in egual misura, poiché le scuole frequentate sono miste, l'ipotesi della continuità sembra poco plausibile. L'ipotesi dell'universalità di questa differenza, nei primi studi sistematici del contenuto dei sogni, era stata spiegata in riferimento alla teoria del complesso edipico (Hall, Domhoff, 1963; Grey, Kalsched, 1971; Hall, 1984). Se il sogno fosse guidato dal desiderio edipico, tuttavia, dovrebbe essere caratterizzato nei maschi sia dalla presenza della madre o di figure femminili come oggetto di desiderio, sia da figure maschili come oggetto di competizione e viceversa nelle femmine la dinamica edipica, di per sé, non spiegherebbe quindi le differenze.

Una variante della teoria edipica è quella dei ruoli di genere (Blume-Marcovici, 2010 pag. 204), che ne sottolinea la dimensione identificatoria. Il bambino avrebbe più bisogno di confrontarsi con maschi, per costruire la propria identità di genere, poiché dovrebbe staccarsi dalla madre, che normalmente si occupa dei figli piccoli più del padre. L'esigenza evolutiva sarebbe in relazione all'ipotesi della continuità, ma in una logica compensativa. I personaggi dei sogni, cioè, non dipenderebbero dalla frequenza con cui il bambino incontra nella vita quotidiana maschi e femmine, ma da bisogni evolutivi, come quello della costruzione dell'identità. Secondo questa ipotesi, il sogno esprimerebbe, quindi, un'esigenza evolutiva e non si limiterebbe a rispecchiare la realtà. Le femmine sognerebbero maschi e femmine allo stesso modo perché non avrebbero bisogno di compensare nei sogni la scarsa presenza di figure di identificazione.

In realtà, molte differenze nei personaggi dei sogni possono essere spiegate con la teoria della continuità, messa in relazione agli ideali di ruolo.

In linea con l'ipotesi della continuità, gli uomini sognano meno della famiglia e più del lavoro, una differenza che si modifica a 60-70 anni, un dato che potrebbe quindi essere legato all'ingresso nell'età della pensione. Questa ipotesi è confermata da altre ricerche. Per esempio, le madri lavoratrici sognano più personaggi collegati ad un'occupazione rispetto alle casalinghe (Rinfret, Lortie-Lussier, De Koninck, 1991) e hanno una maggiore presenza di maschi se sono in una relazione di coppia (Selterman, Apetroaia, Waters, 2012). Un altro dato dei contenuti dei sogni che sembra confermare le differenze di genere nella vita quotidiana è che i maschi sognano più adulti e meno bambini, adolescenti e

neonati rispetto alle donne.

Questa differenza, tuttavia, non è solo imputabile all'investimento nelle relazioni reali, ma sembra rispecchiare un ideale di ruolo. Per esempio, è difficile attribuire l'aumento di queste differenze dai 17-18 anni (i maschi sognano meno bambini rispetto alle femmine) al fatto che già a questa età le femmine abbiano più contatti con bambini.

I maschi sono anche più orientati in ogni età alle relazioni gruppali a differenza delle donne che hanno più relazioni a due e sono più orientate alla dimensione intrapersonale. Anche questo dato potrebbe essere dovuto più a differenze di ruolo, che indicano una diversità di interessi e preoccupazioni di uomini e donne, più che rispecchiare reali differenze nelle frequentazioni.

Conclusioni

In sintesi, la ricerca conferma differenze di genere significative nei personaggi dei sogni di uomini e donne, per le quattro variabili che compongono la categoria dei personaggi onirici umani (genere, età, identità e numero). Mentre alcune differenze non sembrano essere influenzate dall'andamento evolutivo, la presenza di uomini e donne nei sogni di maschi e femmine varia con l'età in modo significativo. Questo andamento evolutivo può essere spiegato più con differenze nell'ideale di ruolo che con dati della vita quotidiana (ipotesi della continuità).

Questa ipotesi è in linea con l'idea della funzione del sogno di Franco Fornari (Maggiolini, 2007), che in una revisione della teoria freudiana, non riconosce nel sogno la realizzazione mascherata di un desiderio, ma la funzione di trasmettere il sapere della specie all'individuo, aiutando l'individuo a elaborare preoccupazioni per il proprio futuro. Il libro di Fornari sui sogni (*Il codice vivente. Femminilità e maternità nei sogni delle madri in gravidanza*, 1981) è un'analisi di sogni delle madri in gravidanza. L'interpretazione non è condotta attraverso le associazioni libere, ma con il metodo dell'analisi simbolica, secondo la teoria dei codici affettivi. La possibilità di interpretare i sogni in relazione alla condizione evolutiva del sognatore (il fatto di diventare madre), è basata sul presupposto che il sogno sia guidato dalla costruzione dei ruoli affettivi, più che dai desideri pulsionali.

Questa teoria degli anni Settanta è vicina a recenti modelli teorici del sogno, inteso come simulazione incarnata (Valli, Revonsuo, 2009; Zadra, Desjardins, Marcotte, 2006). Il sogno avrebbe la funzione di assimilare le esperienze quotidiane dell'individuo in relazione ai bisogni evolutivi fase specifici, evolutivisticamente determinati. I sogni di minaccia, per esempio, così frequenti nei bambini, non rispecchierebbero il fatto che i bambini vivano concretamente situazioni di aggressione, ma sarebbero determinati dalla loro condizione di vulnerabilità e dalla necessità di immaginare pericoli da cui "potrebbero" essere minacciati, come se il sapere della specie si trasmettesse attraverso i sogni.

In questa prospettiva il sogno non è fatto solo di ricordi di esperienze diurne, ma ha un proprio linguaggio, che usa per elaborare metaforicamente la vita quotidiana e per dare loro senso. Una via interessante per studiare i contenuti dei sogni è l'attenzione ai sogni tipici o ai contenuti tipici dei sogni, che sembrano costituire il linguaggio dell'inconscio e che sono centrali nella narrativa di ogni sogno (Maggiolini *et. al* 2010, 2016; Zadra, Nielsen, 1997, 1999; Yu, 2011, 2012, 2015).

Appendice

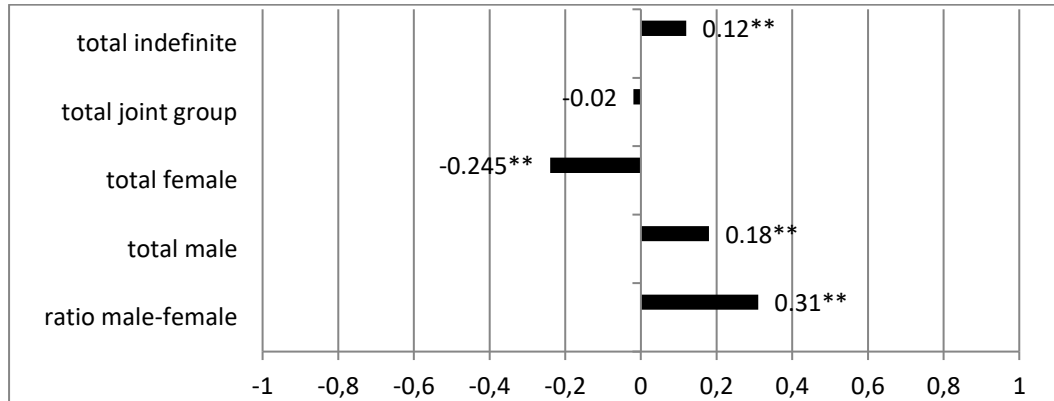


Fig. 1 – *h profile* delle differenze di genere (*maschi vs femmine*) dell'intero campione per la variabile genere. *: $p < 0.05$, **: $p < 0.01$

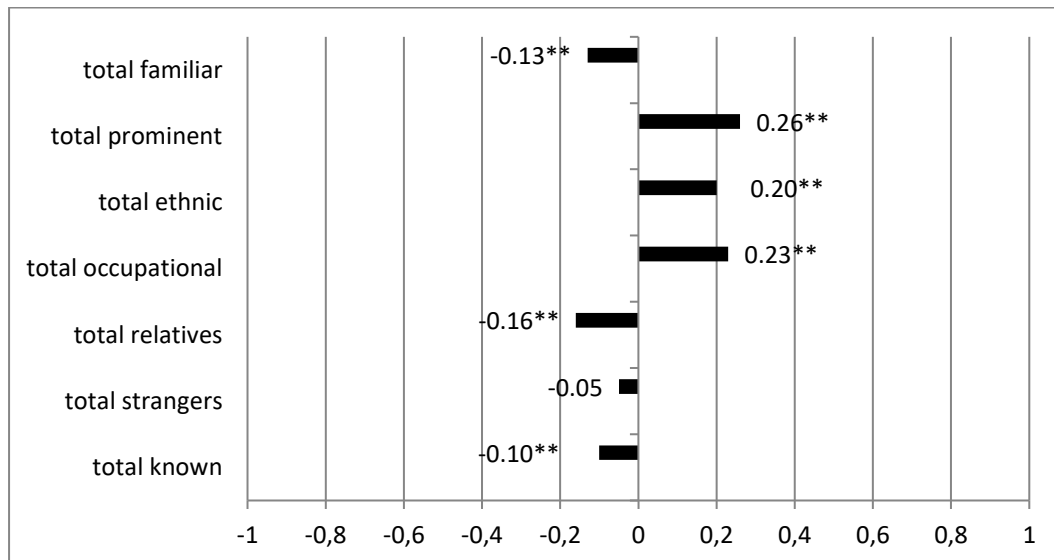


Fig. 2 – *h profile* delle differenze di genere (*maschi vs femmine*) dell'intero campione per la variabile identità. *: $p < 0.05$, **: $p < 0.01$

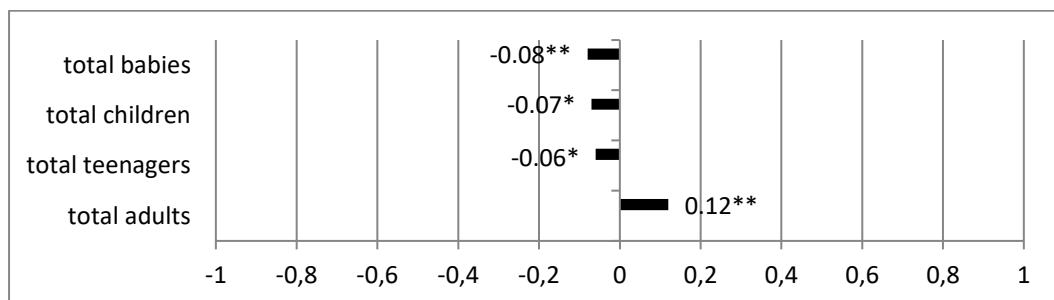


Fig. 3 – *h profile* delle differenze di genere (*maschi vs femmine*) dell'intero campione per la variabile età. *: $p < 0.05$, **: $p < 0.01$

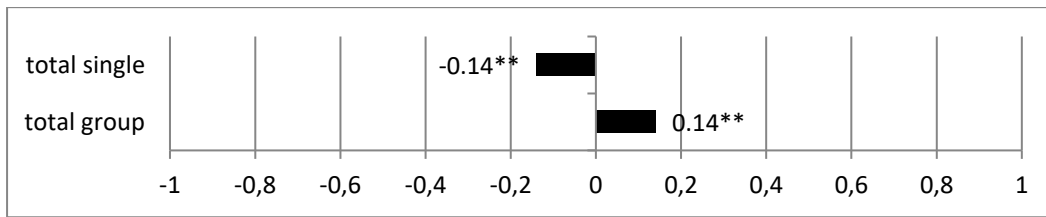


Fig. 4 - h profile delle differenze di genere (maschi vs femmine) dell'intero campione per la variabile numero. *: p<0.05, **: p<0.01

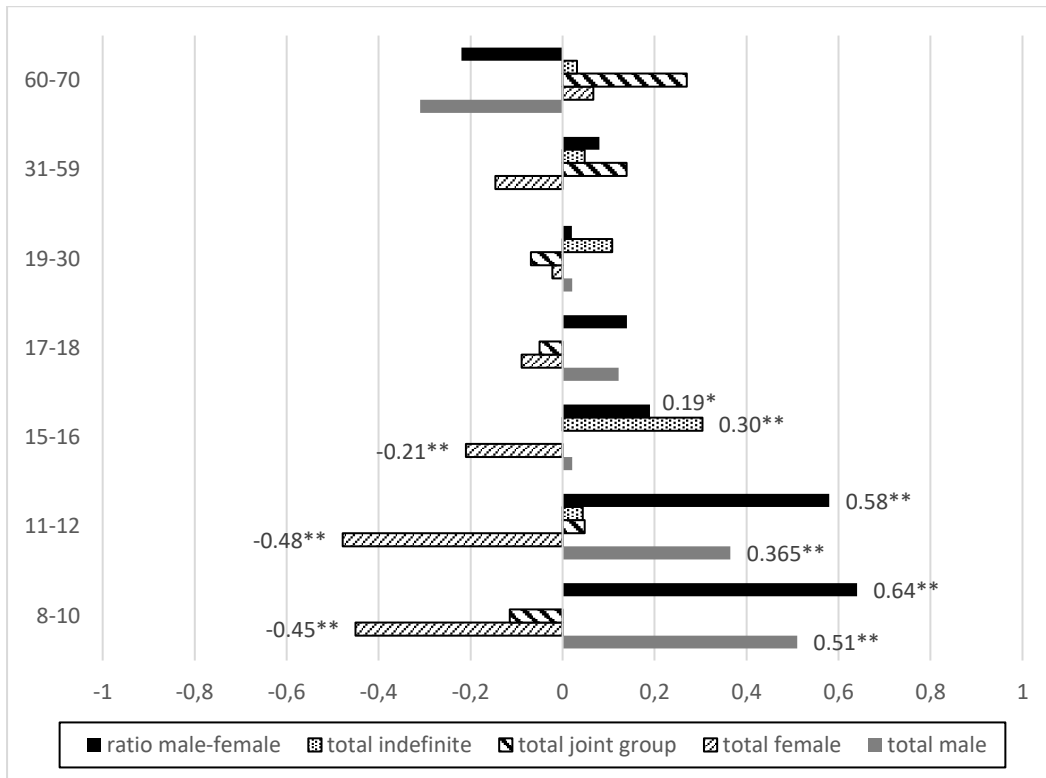


Fig. 5 - h profile delle differenze di genere (maschi vs femmine) per la variabile genere. *: p<0.05, **: p<0.01

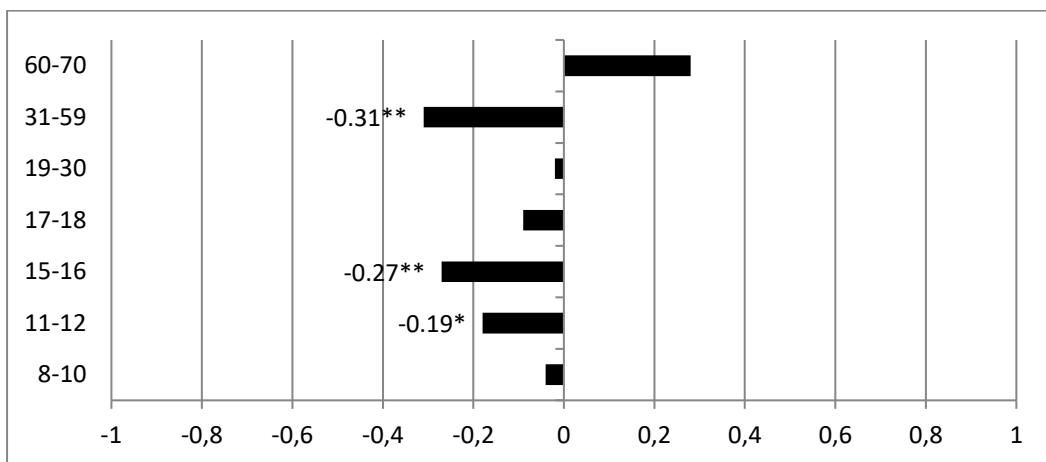


Fig. 6 - h profile delle differenze di genere (maschi vs femmine) per totale familiari. *: p<0.05, **: p<0.01

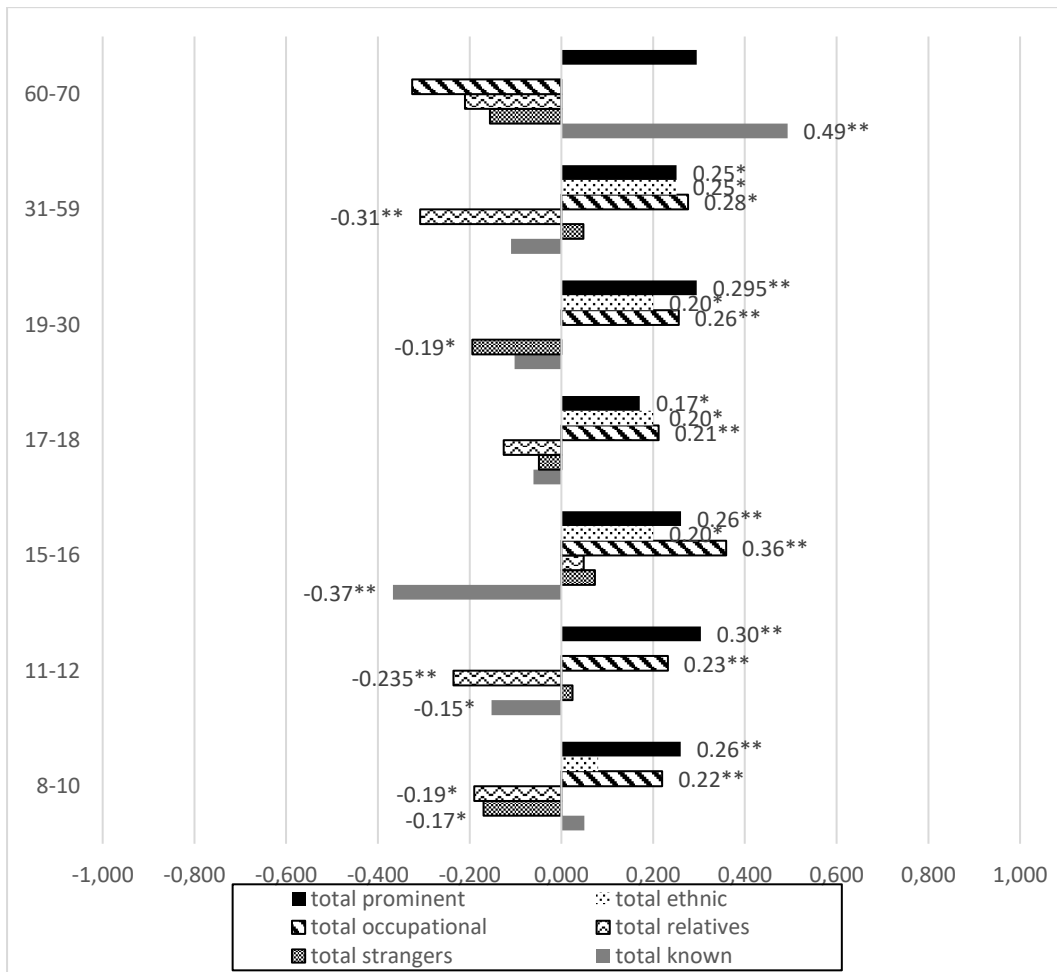


Fig. 7 – h profile delle differenze di genere (maschi vs femmine) per la variabile identità. *: p<0.05, **: p<0.01

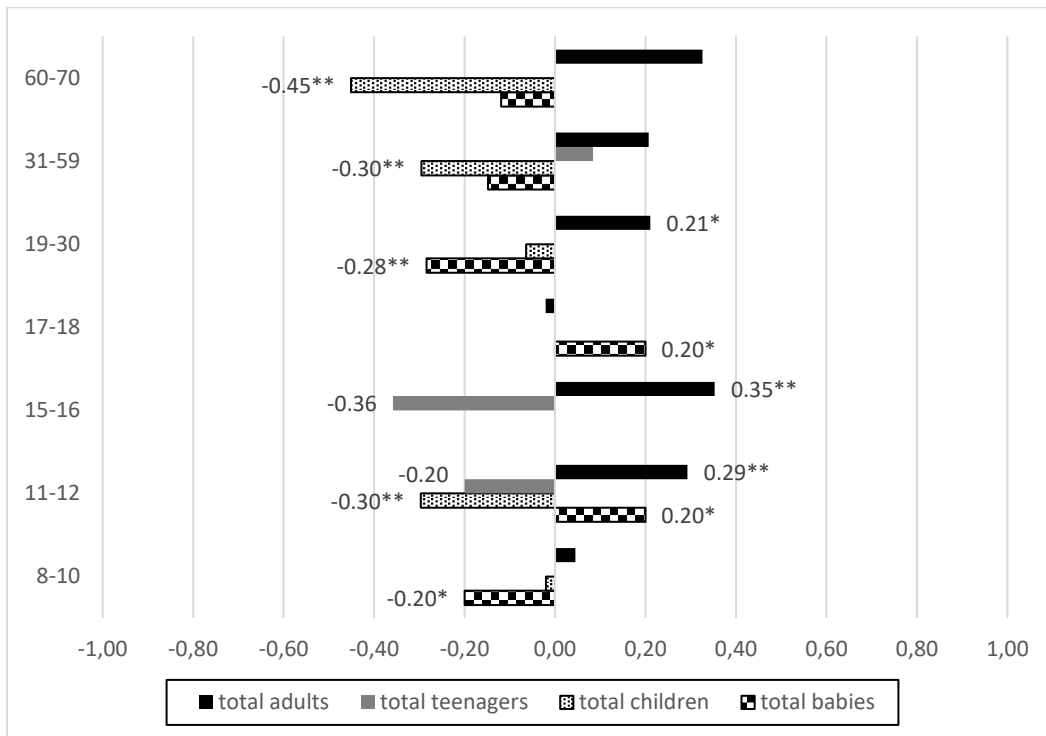


Fig. 8 – h profile delle differenze di genere (maschi vs femmine) per la variabile età dei personaggi. *: p <0.05, **: p<0.01

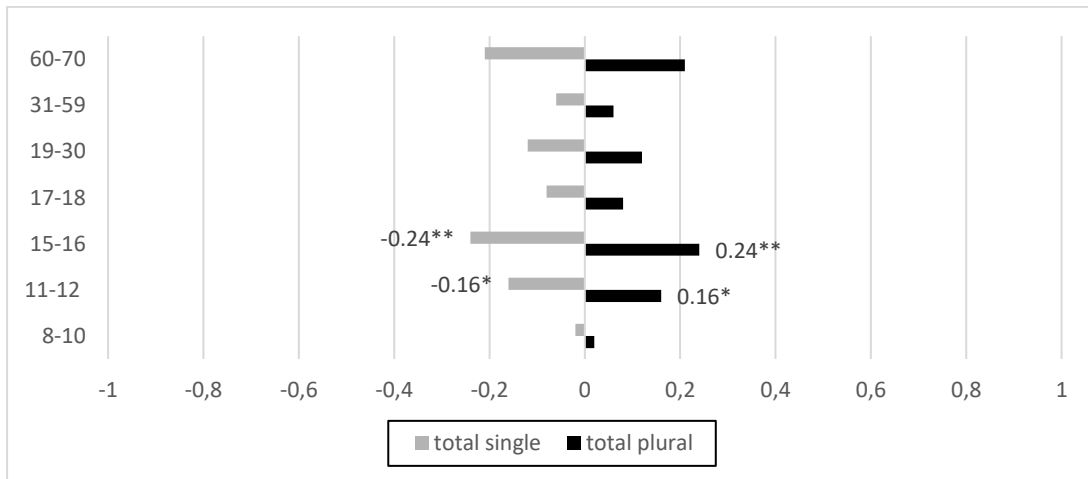


Fig. 9 - h profile delle differenze di genere (maschi vs femmine) per la variabile numero. *: p<0.05, **: p<0.01

Bibliografia

Avila-White, D., Schneider, A., Domhoff, G. W. (1999). The Most Recent Dreams of 12-13 Year-Old Boys and Girls: A Methodological Contribution to the Study of Dream Content in Adolescents. *Dreaming*, 9, 163-171.

Beaulieu-Prévost, D., Zadra, A. (2007). Absorption, psychological boundaries and attitude towards dreams as correlates of dream recall: Two decades of research seen through a meta-analysis. *Journal of sleep research*. 16. 51-9. 10.1111/j.1365-2869.2007.00572.x.

Blume-Marcovici, A. (2010). Gender differences in dreams: applications to dream work with male clients. *Dreaming*, 20, 199–210

Bursik, K. (1998). Moving beyond gender differences: gender role comparisons of manifest dream content. *Sex Roles*, 38, 203-214.

Dale, A., Lortie-Lussier, M., De Koninck, J. (2015). Ontogenetic patterns in the dreams of women across the lifespan. *Consciousness and Cognition*, 37, 214–224

Domhoff, G. W. (1996). *Finding Meaning in Dreams: A Quantitative Approach*. New York: Plenum Publishing Co.

Domhoff, G. W. (1999). New directions in the study of dream content using the Hall and Van de Castle coding system. *Dreaming*, 9, 115-137.

Domhoff, G. W. (2003). *The Scientific Study of Dreams: Neural Networks, Cognitive Development, and Content Analysis*. Washington, DC: APA Press.

Domhoff G.W. (2017) *The Emergence of Dreaming*, Oxford University Press.

Fornari F. (1981). *Il codice vivente. Femminilità e maternità nei sogni delle madri in gravidanza*. Torino: Boringhieri.

Foulkes D. (1982). *Children's Dreams: Longitudinal Studies*. New York: John Wiley & Sons Inc.

Foulkes D. (1999). *Children's Dreaming and the Development of Consciousness*. Cambridge, MA: Harvard University Press.

Grey, A., Kalsched, D. (1971). Oedipus East and West: An exploration via manifest dream content. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 2(4), 337-352. <http://dx.doi.org/10.1177/002202217100200404>

Hall, C. (1984). A ubiquitous sex difference in dreams revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 46, 1109-1117

Hall, C., Domhoff, G.W. (1963). A ubiquitous sex difference in dreams. *Journal Of Abnormal And Social Psychology*, 66, 278-280.

Hall, C. S., Van de Castle, R. L. (1966). *The content analysis of dreams*. New York: Appleton-Century-Crofts.

Krippner, S., Weinhold, J. (2001). Gender Differences in the Content Analysis of 240 Dream Reports from Brazilian Participants in Dream Seminars. *Dreaming*, 11, 35-42.

Levant, R. (2001). Desperately seeking language: Understanding, assessing, and treating normative male alexithymia. In G. R. Brooks G. E. Good (Eds.), *The new handbook of psychotherapy and counseling with men: A comprehensive guide to settings, problems, and treatment approaches, Vol. 1 & 2* (pp. 424–443). San Francisco, CA: Jossey-Bass.

Lortie-Lussier, M., Schwab, C., De Koninck, J. (1985). Working mothers versus homemakers: Do dreams reflect the changing roles of women? *Sex Roles*, 12, 1009-1021.

Maggiolini A. (2007) La simbolizzazione affettiva nel sogno. *Quaderni del Centro Milanese di Psicoanalisi*, 10, 41-68.

Maggiolini, A., Cagnin, C., Crippa, F., Persico, A., Rizzi, P. (2010). Content analysis of dreams and waking narratives. *Dreaming*, 20(1), 60–76. doi:10.1037/a0018824

Maggiolini, A., Morelli, M., Falotico, E., Montali, L. (2016). Dream contents of early adolescents, adolescents, and young adults: A cluster analysis with T-LAB. *Dreaming*, 26 (3), 221–237. doi: 10.1037/drm0000027.

Mathes, J., Schredl, M. (2013). Gender differences in dream content: Are they related to personality? *International Journal of Dream Research*, 6, 104-109.

Merritt, J.M., Stickgold, R., Pace-Schott, E., Williams, J., Hobson, J.A. (1994). Emotion profiles in the dreams of men and women. *Conscious. Cogn.* 3,46–60. doi:10.1006/ccog.1994.1004

Nielsen T. (2012). Variations in dream recall frequency and dream theme diversity by age and sex. *Frontiers in neurology*. 3. 106. 10.3389/fneur.2012.00106.

Paul, F., Schredl, M. (2012). Male-female ratio in waking-life contacts and dream characters. *International Journal of Dream Research*, 5, 119-124.

Rinfret, N., Lortie-Lussier, M., De Koninck, J. (1991). The dreams of professional mothers and female students: an exploration of social roles and age impact. *Dreaming*, 1, 179-191.

Riva Crugnola, C., Maggiolini, A., Caprin, C., De Martini, C., Giudici, F. (2008). Dream Content of 10- to 11-Year-Old Preadolescent Boys and Girls. *Dreaming*, 18, 201–216.

Rubinstein, K., Krippner, S. (1991). Gender differences and geographical differences in content from dreams elicited by a television announcement. *In J Psychosom*, 38, 40-44.

Sandor, P, Szakadát, S, Kertész, K Bódizs, R (2015) Content analysis of 4 to 8 year-old children's dream reports. *Front. Psychol.*, 6, 534.

Schneider, A., Domhoff, G. W. (2016). The Quantitative Study of Dreams. Retrieved 2016 from <http://www.dreamresearch.net/>

Schredl, M. (2007). *Dream Recall: models and empirical data*. In Barret, D., McNamara, P. (2007). The new science of dreaming (vol.2). Westport CT: Praeger.

Schredl, M. (2002). Dream recall frequency and openness to experience: a negative finding. *Personality and Individual Differences*. 33. 1285-1289. 10.1016/S0191-8869(02)00013-2.

Schredl, M. (2001). Dreams of singles: effects of waking-life social contacts on dream content. *Personality and Individual Differences*, 31, 269-275.

Schredl, M. (2000) Gender differences in dream recall. *Journal of Mental Imagery*, 24, 169-176.

Schredl, M., Reinhard, I. (2008). Gender differences in dream recall: A meta-analysis. *Journal of Sleep Research*, 17, 125–131.

Schredl, M., Sartorius, H. (2006). Frequency of dream recall by children and their mothers. *Perceptual and motor skills*. 103. 657-8. 10.2466/PMS.103.7.657-658.

Schredl, M., Jacob, S. (1998). Ratio of male and female characters in dream series. *Perceptual and Motor Skills*, 86(1), 198-200. <http://dx.doi.org/10.2466/pms.1998.86.1.198>

Schredl, M., Sahin, V., Schäfer, G. (1998). Gender differences in dreams: do they reflect gender differences in waking life? *Personality and Individual Differences*, 25, 433-442.

Strauch, I., Lederbogen, S. (1999). The home dreams and waking fantasies of boys and girls ages 9-15: A longitudinal study. *Dreaming*, 9, 153-161.

Seltermann, D., Apetroaia, A., Waters, E. (2012). Script-like attachment representations in dreams containing current romantic partners. *Attachment e Human Development*, 14, 501–515.

Strauch, I., Meier, B. (1996). *In search of dreams: Results of experimental dream research*. Albany: SUNY Press.

Szmigielska, B., Holda, M. (2007). Students' views on the role of dreams in human life. *Dreaming*, 17(3), 152-158. <http://dx.doi.org/10.1037/1053-0797.17.3.152>

Tartz, R. S., Krippner, S. (2008). Cognitive Differences in Dream Content Between Argentine Males and Females Using Quantitative Content Analysis. *Dreaming*, Vol. 18, No. 4, 217–235

Trinder J., Kramer M. (1971). Dream recall. *Am J Psychiatry*, 128: 296-301

Underwood, M. (2003). *Social aggression among girls*. New York: Guilford

Urbina, S. P., Grey, A. (1975). Cultural and sex differences in the sex distribution of

dream characters. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 6, 358-364.

Yamanaka, T., Morita, Y., Matsumoto, J. (1982). Analysis of the dream content in Japanese college students by REMP-awakening technique. *Folia Psychiatrica, Neurologica Japonica*, 36, 33-52.

Valli, K., Revonsuo, A. (2009). The threat simulation theory in light of recent empirical evidence: A review. *American Journal of Psychology*, 122(1), 17–38.

Yu, C.K.-C. (2011). The constancy of typical dreams. *Asia Pacific Journal of Counselling and Psychotherapy*, 2, 51–70. doi: 10.1080/21507686.2010.519037

Yu, C.K.-C. (2012) Dream Motif Scale. *Dreaming*, 1(22), 18–52. doi: 10.1037/a0026171.s

Yu, C.K.-C. (2015). One hundred typical themes in most recent dreams, diary dreams, and dreams spontaneously recollected from last night. *Dreaming*, 25(3), 206–219. doi: 10.1037/a0039225

Zadra, A. (1996). *Recurrent dreams: Their relation to life events*. In D. Barrett (Ed.), *Trauma and dreams* (pp. 231–247). Cambridge, MA: Harvard University Press.

Zadra, A., Desjardins, S., Marcotte, E. (2006). Evolutionary function of dreams: A test of the threat simulation theory in recurrent dreams. *Consciousness and Cognition*, 15:450–463.

Zadra, A. L., Nielsen, T. A. (1997). Typical dreams: a comparison of 1958 versus 1996 student samples. *Sleep Research*, 26, 280–281.

Zadra, A. L., Nielsen, T. A. (1999). The 55 typical dreams questionnaire: consistencies across student samples. *Sleep*, 22 (Suppl 1), S175.