

DRØMMETANKER

Bente Petersen

Når man er vant til at »anskue verden« ud fra et ganske særligt standpunkt, kan det ind imellem være spændende, omend til tider både uoverskueligt, besværligt og frustrerende at stifte bekendtskab med andre synsvinkler på et »gammelkendt« emne. Jeg indrømmer gerne, at det oftest for mig viser sig at være ren tidsspilde. Enten fordi den nye tilgang virker uoverkommelig og alt for tidskrævende at sætte sig ind i, fordi den ikke tilfører mig nogen ny erkendelse af betydning, eller fordi den set ud fra mit standpunkt og mine behov enten er betydningsløs, trivial, forskruet eller det rene sludder.

Jeg hører ikke til dem, der mener, at det er vigtigt at komme hele vejen rundt i den filosofiske og videnskabsteoretiske verden for at kunne sige noget om et emne. Det er heller ikke særlig vigtigt for mig, om andre teorier eller anskuelsesmåder er lige så gode eller bedre til at forstå et fænomen end min egen, så længe denne stadig tilfredsstiller min nysgerrighed og øger min forståelse.

Når jeg så alligevel, efter gennemlæsning af temanummerets mange spændende artikler, med særlig interesse og ærgerrighed kaster mig over Thomas Niensens artikel om drømmesøvn i biologisk belysning (91), er det fordi, den for det første overkommer min noget forbeholdne indstilling til den eksperimentelle biologiske naturvidenskab ved sin eksemplariske fremstillingsform, der formidler et stort og for mig forvirrende forskningsområde på en helt usædvanlig let overskuelig, upartisk og oplysende måde, og som følge heraf for det andet virker dybt inspirerende på min egen tankegang, omend denne langt fra fører mig til samme slutninger, som de i artiklen foreslåede.

Men når jeg nu ikke blot indskrænker mig til at læse og tænke over den, men oven i købet får lyst til at skrive om artiklen, skyldes det, at den berører et emne, som jeg endnu ikke har fået bare tilnærmelsesvis hold på, og som jeg i min nuværende situation som klinisk psykolog på en psykiatrisk hospita-afdeling har brug for at komme til klarhed over. Endvidere skyldes det, at TN med henvisning til REM-forskningens resultater præsenterer nogle konklusioner, som for mig at se fejlagtigt mener at kunne tilbagevise i hvert fald dele af den psykoanalytiske drømmeteorik.

Andkjær og Vedfelt afslutter deres redaktionelle indledning til omtalte temanummer på denne måde: »Drømmen er et så komplekst fænomen, at sandheden om den ikke kan findes på et enkelt niveau eller med en enkelt særlig privilegeret metode, ja, det er tilmed sandsynligt, at den på

samme tid opfylder flere indbyrdes heterogene funktioner, hvilket i sig selv kalder på en metodisk pluralisme.« (91). Men selv om der ikke kan herske megen tvivl om, at drømmen er et sammensat og mangetydigt fænomen, der med god ret kan anskues fra et mangefold af forskelligartede udgangspunkter, og de registrerbare fysiologiske og biologiske såvel som narrative drømmefænomener kan forstås på forskellig vis og med mange forskellige konklusioner til følge; så er der ikke i sig selv noget ønskværdigt i et pluralistisk udgangspunkt, idet et sådant let risikerer at blive eklektisk og sige mere om en forfatter, der ikke formår at afgrænse sit emne i overensstemmelse med sin teoris rækkevidde, end om det emne, den forsøger at forstå. Tag f.eks. Ole Vedfelts egen artikel (91), som foreslår, at vi skal sprænge gamle teoretiske rammer og af de empiriske data, som står tilbage (?), danne en mere kompleks og dynamisk teori om drømmens væsen.

At et emne er komplekst og sammensat skal ikke afholde os fra at behandle det inden for netop den tilgang, der nu engang siger os mest her i livet. Det pudsige er jo, at uanset stringens, filosofisk dannelse, teoretisk rummelighed eller intellektuel og følelsesmæssig kapacitet, så når vi aldrig frem til endelig afklaring med os selv eller andre af Sandheden om noget som helst. For med Sandheden er det jo så som så, og den der tilstræber at sige noget meningsfuldt endsiges endeligt herom, er dømt til at mislykkes.

Mit eget udgangspunkt er indtil videre den klassiske freudianske psykoanalyse. Med den bevæger jeg mig undrende, nysgerrigt søgende og måske til tider noget fordomsfuldt rundt i verden.

På en måde er psykoanalysen vel bedre til at forstå verden end til at bevise, at den eksisterer. Det sidste overlader vi derfor med glæde til dem, hvem dette måtte interessere. Den formår også bedre at ændre verden end at redegøre »videnskabeligt« for, hvori disse ændringer består eller hvad der har bevirket dem. Videnskabelig forskning i traditionel forstand duer den vist ikke til. Derimod kan den sagtens forholde sig til at sådan såvel som til sine egne frembringelser og erfaringer, og med det bør vi stille os tilfreds.

Alligevel er det dog svært at sige sig helt fri for den irriterende krænkelser, der i større eller mindre udstrækning kan være forbundet med at se de psykoanalytiske erkendelser afvist kategorisk på et naturvidenskabeligt grundlag, der lyser langt væk af modvilje mod at det, der ikke kan tælles eller vejes. Jo, man bliver af og til lidt sur. Men i betragtning af de strukturelle hindringer mod tvivl og åbenhed, som omgærder den naturvidenskabelige forskning og måske den medicinske i særdeleshed, lader vi fornuften råde og hidser os lidt ned. Vi ved jo nok, at det sjældent er tvivl eller åbenhed, der bringer den naturvidenskabelige videnskabsmand frem i verden; men snarere snæversynede og skråsikre artikler i amerikanske tidsskrifter.

Tag nu f.eks. depressionsforskningen, som traditionelt set og dermed i det store og hele som resten af den medicinske forskning, koncentrerer

sig om at finde biologiske fejl og udvikle regulerende medicinske præparater, hvormed man mener at bevise, at fejlen skyldes genetiske forhold eller fejludvikling af biologisk/fysisk oprindelse og til sin helbredelse kræver tilsvarende biologisk behandling eller fejlretning; mens psykologien henvises til mindre prestigegivende områder, hvorom der ikke er så meget interessant at sige.

Th. Nielsens gennemgang af søvnforskningen (91) giver mig anledning til dels at knytte nogle kommentarer til den »videnskabelige« opfattelse af årsagen til og behandling af depression og dels til at give nogle eksempler på, hvordan REM-forskningens resultater kan omvurderes i psykoanalytisk belysning.

Drøm og depression

Deprimerede mennesker har ifølge Th. Nielsen (91) mere REM-søvn end andre, og deres første REM-periode starter tidligere i søvnforløbet end andre menneskers, fordi 1. deres »indre ur går galt«, 2. deres ofte tidligere opvågningen om morgenen bringer dem i REM-underskud, som skal indhentes eller 3. fordi der er sket ændringer i hjernens biokemiske forhold.

Om det er et af disse forhold, der frembringer depressionen eller omvendt depressionen, der frembringer ændringen, er dog et åbent spørgsmål.

Man kan forlænge et menneskes REM-perioder ved at indsprøjte et stof, der øger aktiviteten i acetykolinbaner ved at ødelægge det stof, der nedbryder acetylkolin. Overensstemmende hermed viser det sig, at antidepressiv medicin, der øger aktiviteten i de alminelige baner, som netop er nedbrydende for acetylkolin, bevirker en fuldstændig fjernelse af REM-søvn.

Hvis for megen REM følger af eller skaber depressionen og antidepressiv medicin og elektrochok virker helbredende på depressioner ved gennem kunstig forøgelse af noradrenalin at blokere REM-søvnen, da er spørgsmålet, hvad denne drømmesøvn gør ved os, og under hvilke forhold den forstyrres.

Vogels driftsreduktions teori (Nielsen 91) lader i det væsentligste til at korrespondere med Freuds – i grunden meget enkle – teori om, at vi får vore driftsønsker opfyldt hallucinatorisk i drømme for at undgå at blive vækket af dem – omend deres slutninger er temmelig forskellige.

Ifølge Freud udløses melankoli eller depression af et objekttab af en slags. I stedet for den normale sorgreaktion sætter forsvaret alle sejl ind på at benægte følelserne i relation til det tabte objekt for at undgå tabets traumatiserende virkning i form af angst og hjælpeløshed. Forsvaret presses til det yderste, mens jeget tømmes for energi og værdi i takt med tilbagetrækningen af de benægtede følelser, som via identifikationsprocessen er vendt om og rettet mod det nu introjicerede objekt.

Vogel mener, at hjernestammen ikke skaber, men kun muliggør drømme-processen. Drømmen virker ifølge Vogel driftsreducerende, og drømmeprocessen tjener dermed til at hvile de overanstrengte inhibitoriske synapser, som holder de mere primitive drifter og instinktiv adfærd i skak om dagen. Formålet skulle altså foruden genopbygning af disse baners signalstof være at få afreageret den neurale spænding og dermed lettet driftspresset mod de højere adfærdsregulerende centre i vågentilstanden, således at adfærden bliver mindre driftsstyret.

Vogel forstår depressionen som udtryk for, at »alt for megen driftsreduktion« finder sted under REM, således at vågenlivet bliver præget af underaktivitet i de vitale drifter. REM-deprivationen eller den antidepressive behandling skulle så medføre en driftsakkumulation, hvorved depressionen aftager.

De samme observationer kunne fra en psykodynamisk synsvinkel opfattes som udtryk for, at den depressive, mindet om sin hjælpeløshed i forhold til objekttab, har sat hele forsvarsstyrken ind i kampen mod den smertefulde driftsrørelse, hvorved driftspresset øges under REM, hvor forsvaret er svækket (de inhibitoriske synapser »slapper af«) og tillader primærprocessens drømmeskabende virksomhed.

Vi ved, at depressive ofte plages af søvnforstyrrelser og at disse principielt kan være af tre slags: »For det først besvær med at falde i søvn, for det andet problemer med opvågninger flere gange i nattens løb, og for det tredje problemer med at sove igennem om morgenen (tidlig opvågning).« (Nielsen 90). Og Freud nævner i sin 29. forelæsning, at der kan opstå søvnforstyrrelser, hvis »vægteren anser situationen for at være for farlig og ikke mener at kunne beherske den.« (1932).

Man kunne således formode, at søvnforstyrrelser og depression forårsages af et uregerligt driftspres og heraf følgende traumatiske forestillinger, som forsvaret har svært nok ved at holde i ave om dagen, og som drømmevægteren eller -censuren ikke formår at camouflere om natten, hvor sekundærsystemet »slapper af«.

Elektrochok eller antidepressiv medicin kan så med sin REM-depriverende virkning bistå forsvaret, der ikke har været tilstrækkelig effektivt til selv at kunne afvise de påtrængende driftskrav.

I denne forståelse udgør depressionen et forsvar mod angsten i den traumatiske situation, hvor objektet er gået tabt, og man er hjælpeløst forladt.

Ifølge Davis (Nielsen 91) har REM-søvnen til opgave at vedligeholde vor langtidshukommelse, hvorfor gammelt materiale bringes op i drømmene. Hvis vi hertil føjer den psykoanalytiske antagelse, at det netop er de mest energiladede erindringer, der gør sig gældende i drømmen, og tilføjer den viden, som vi ifølge TN har om depressionsbehandling – nemlig »at elektrochokbehandling, der ubestrideligt er i stand til at dæmpe depressioner, selektivt svækker hukommelsen for emotionelle begivenheder hos dyr (f.eks. Butter, 17). På den baggrund kan det måske tænkes, at en tilsvarende

svækkelse af emotionelt belastende erindringer kan finde sted under en REM-deprivation, der forhindrer vedligeholdelsen af sådanne pinefulde erindringsspor.« (Nielsen 91), – så vil det være nærliggende at slutte, at ikke-konfliktbearbejdende behandlingsmetoder kun kan siges at være varigt helbredende, for så vidt et patologisk driftsforsvar er tilstrækkelig stærkt til vedvarende at modstå driftspresset; og det plejer vi ikke at kalde helbredelse.

Vogel mener som mange andre, at tre uger REM-deprivation kan siges at have varig helbredende virkning på depression, og at det skyldes, at såvel REM- og REM-dæmpningscentret har været inaktivt under deprivationen, og at det sidste nu indeholder så høj aktivitetsformåen, at det vedvarende kan holde driftsudladningen under REM på et så moderat niveau, at hele »drive-puljen« ikke udtømmes om natten med tilbagefald til følge.

Med den psykoanalytiske teori klarer vi os uden REM-dæmpning, mens vi ved hjælp af drømmecensuren, der træder i bevidsthedens sted under søvnen, værnes mod opvågning. Til gengæld tvivler vi på, at depressionsbehandling af denne art kan siges at have varig helbredelse til følge, når virkningen ikke udspringer af konflikt bearbejdning eller bearbejdelse af psykiske traumer, men derimod af forstærket driftsforsvar i form af nye fortrængninger eller benægtelser.

Vi vil forestille os, hvad også psykoterapeutisk erfaring tyder på, at den depressive medicins, elektrochokkenes og REM-deprivationens virkning beror på den hæmmende virkning på de depressive tanker, som et skrøbeligt forsvar ikke formår at holde på afstand om dagen, og på ubevidste impulser, som drømmecensuren ikke evner at camouflere om natten, hvor sekundær-systemet er »køblet fra«.

Til disse behandlingsformers fordel skal det dog siges, at de for mange patienter vil være at foretrække, da psykoterapeutisk behandling alene af svære depressioner er en både langvarig, vanskelig og for patienten pinefuld proces, hvorunder suicidalrisikoen ikke kan udelukkes.

Fortrængning eller fejlslætning

Andkjær og Vedfelt nævner i deres indledning, at REM-forskningen som sådan er meget enig om at afvise den psykodynamiske hypotese om, »at drømmen ikke glemmes, fordi den udsættes for psykiske fortrængningsmekanismer, men simpelthen fordi den opbevares i korttidshukommelsen og således kræver en bevidst »memorering« for at blive overført til langtids-hukommelsen.« (91). Hertil kan man indvende, at det netop er psykoanaly-sens antagelse, at den bevidste »memorering« ikke får lejlighed til at finde sted særlig ofte på grund af de psykiske forsvarsmekanismer, som også påvirker drømmen i vågentilstanden, hvor det jo viser sig at drømme, selv om de blev husket om morgenen, meget tit er helt væk senere på dagen. Herom siger Freud bl.a.: »Det sker ofte, at patienten trods al anstrengelse

ikke længere kan huske en af sine drømme. Men efter at vi ved et vist analytisk arbejde har fjernet en vanskelighed, der forstyrrede patienten i hans forhold til analysen, melder den glemte drøm sig pludselig igen.« (1932).

Det er ligeledes besynderligt, at man udelukker drømmene fra langtids-hukommelsen på trods af, at det vel er en ganske almindelig erfaring, at drømme kan fremstille begivenheder, man ellers havde glemt.

Det er Crick & Mitchisons hypotese, at drømme glemmes, fordi det ikke er meningen, at de skal huskes, da de er fejlspor. Set med »forsvarets øjne« må psykoanalysen tilslutte sig denne opfattelse, idet kun ufarlige eller tilsyneladende tilforladelige drømme bliver husket. Kun gennem analyse, hvor modstanden ophæves, kommer de bagvedliggende driftskrav eller drømmetanker til syne.

C & M antager endvidere, at den narrative drøm er sammensat af »meningsløse fænomener«, hvilket af psykoanalysen må tolkes som en stærkt forsvarspræget opfattelse: drømmecensuren må have udført et særdeles upåklageligt forvanskingsarbejde.

C & M fremsætter den enestående hypotese, at REM-søvnen tjener til »at fjerne »fejlspor« der beror på kortslutninger i CNS.« »Disse fejlspor vil for hjernen repræsentere meningsløse fænomener, der ikke har sit udspring i den ydre verden, og som kunne tænkes at forstyrre den mere »realistiske« aktivitet i hjernesystemet.« (Nielsen 91). Dette finder sted ved hjælp af en »REM-regulator«, som så sletter drømmene. Hvordan en på denne vis slettet drøm senere skal kunne melde sig i hukommelsen, kan naturligvis ikke forklares ud fra denne teori. Det er også svært at regne ud, hvordan »REM-regulatoren« måtte bære sig ad med at afgøre, om et fænomen er meningsløst eller ej. Var det op til forsvaret (REM-regulatoren?) alene, ville drømmen ganske vist blive slettet, som foreslået af C & M, blot ikke som de mener på grund af dens forstyrrende meningsløshed, men derimod på grund af dens stærkt forstyrrende og provokerende pres på jeg'et. Det er imidlertid psykoanalysens erfaring, at glemte drømme ikke er slettet, men opbevares på et »hemmeligt lager«, som ikke umiddelbart kan identificeres af vågenbevidstheden.

C & M's fejlslutningshypotese forekommer at grunde sig på en opfattelse af psyken som et adaptivt system, indretter sig i forhold til en »realistisk« erkendelse af den ydre verden ved hjælp af et realistisk (!) nervesystem.

Driftsreduktion og realitetstestning

Th. Nielsen mener, at to undersøgelser af Hicks har sat »milde spørgsmålstegn ved drifts-reduktions hypotesen« (91), og vel dermed også ved den psykoanalytiske teori.

Hicks fandt dels, at REM-søvn ikke øger, men snarere nedsætter angst hos rotter. Selvom angst indgår i det amerikanske drivebegreb, må vi slå

fast, at angst ikke er en drift, men kort fortalt en reaktion på hjælpeløshed i forhold til et driftskrav, som ikke kan bemestres. I det omfang en drøm bemestrer et driftskrav via den hallucinatoriske ønskeopfyldelse vil angsten være fraværende akkurat på sammen måde som i vågenlivet. Vi undrer os derfor ikke over at erfare, at REM-søvn *kan* virke angstnedsættende.

Den anden indvending mod teorien tager afsæt i en registrering af, at REM-deprivation ikke fører til forøget vanddrikning hos rotter, for »tørst må jo da bestemt høre til drifterne. Til gengæld er der rimelig evidens i dyrelitteraturen for, at REM-deprivation kan øge aggressiv, eksplorativ og – mindre sikkert – sexuel adfærd (Horne, 1988).« (Nielsen 91). Det er min opfattelse, at heller ikke denne indvending byder den psykoanalytiske driftsreduktions- eller ønskeopfyldelseshypotese, noget imod, idet hverken REM eller REM-deprivation har nogen indvirkning på de objektafhængige drifters tilfredsstillelse. Den hallucinatoriske driftstilfredsstillelse kommer til kort over for legemsbehov så som sult og tørst, mens det forholder sig anderledes med seksualdrifterne og de heraf afledelige størrelser som f.eks. aggression, da disse oftest kan tilfredsstilles uden tilknytning til et ydre objekt.

Det er åbenbart en ret udbredt opfattelse, som også antydes flere steder i Th. Niensens artikel, at Freud anså alle drømme for at være seksuelt betingede. Freud rettede selv sine kritikere i denne vildfarelse, iden han påpeger alle mulige anledninger til drømmedannelse.

Det ændrer imidlertid intet ved psykoanalysens opfattelse af, at man netop i drømmen og i neurosen har at gøre med ubevidste ønsker og fantasier, der ikke har kunnet finde tilfredsstillelse i »virkeligheden« og enten har måttet camoufleres i drømmen og henvises til hallucinatorisk tilfredsstillelse eller i neurosen til sekundær tilfredsstillelse via symptomet. Som f.eks. Lille Hans, der til en vis grad fik tilfredsstillet sit libidinøse ønske i forhold til moderen gennem symptomet, som bød ham at holde sig indendøre og søge trøst hos hende. (Freud, 1908).

De seksuelle ønsker og behov er ikke i så høj grad underlagt realitetsprincippet på grund af deres plasticitet og regressive tilfredsstillelsesmuligheder under autoerotikken. Dette i modsætning til selvopholdelsesdrifterne, som er ubøjelige i deres objektrettede krav. Det kunne derfor tænkes, at en del angstdrømme og natlige opvågninger skyldes disse drifter, hvis krav ikke kan opfyldes hallucinatorisk udenom realiteterne.

Når Freud ikke et øjeblik er i tvivl om, at neurosernes ætiologi er sexuel, hvor skjult dette end måtte være for bevidstheden, er det netop af den indlysende grund, at det *kun* er over for de *sexuelle* impulser, at driftsforsvarets primærfunktion, dvs. det patologiske forsvar mod frustration og traumatiske oplevelser, kan have nogen virkning. Kun her kan vi klare os uden hensyntagen til realiteterne og *alligevel* opnå en vis tilfredsstillelse. Herved undgår vi den traumatiske situation, som driftskravet ellers måtte sætte os i, uden at vi samtidig mister virkelighedskontakten og hensættes

i psykosen: I neurosen – fordi den tillader jeget at integrere symptomet i sin organisation og i øvrigt opretholde et realistisk forhold til sig selv og omverdenen. I drømmen – fordi den autistiske tilstand fjern fra realiteterne er begrænset til søvnens tilstand. Ifølge Freud er dette sidste i øvrigt det eneste, der adskiller drømmen fra psykosen, hvor realitetstestningen også svigter i vågentilstanden.

Psykoanalytisk set er drømmen altså udtryk for den måde, hvorpå vort psykiske liv forløber, når vi – fritaget fra realitetsprøvelsen – får mulighed for at få vore ønsker opfyldt, omend det ikke altid lykkes herved.

Den egentlige skaber af drømmen; det der tilvejebringer den hertil krævede energi, er en ubevidst impuls, som ikke tilstræber andet end sin egen tilfredsstillelse. Dette er meningen med alle drømme.

Om drømmedannelsens proces siger Freud:

»Indledningen: ønsket om at sove, den bevidste vendt sig bort fra omverdenen. Heraf resulterer to følger for det sjælelige apparat: for det første muligheden for, at ældre og mere primitive arbejdsmåder kan træde frem i det sjælelige apparat, altså regressionen, og for det andet nedsættelsen af den fortrængningsmodstand, der tynger på det ubevidste. Som følge af dette sidste moment opstår da muligheden for drømmedannelse, den mulighed, der udryttes af anledningerne: de indre og ydre stimuli. Den drøm, der opstår således, er allerede en kompromisdannelse; den har en dobbelt funktion, idet den på den ene side er i overensstemmelse med jeg'et, da den tjener ønsket om søvn ved at likvidere de søvnforstyrrende stimuli, men på den anden side tillader den en fortrængt driftsrørelse en under disse forhold mulig tilfredsstillelse i form af en hallucinatorisk ønskeopfyldelse. Hele den af det sovende jeg tilladte drømmedannelsesproces står imidlertid under indflydelse af den censur, der udøves af resten af den opretholdte fortrængning. Simple kan jeg ikke skildre processen, for den er ikke simple.« (Freud, 1932).

At den biologiske søvnforskning bibringer os mange væsentlige oplysninger – hvoraf nogle kan give psykoanalysen stof til eftertanke eller til bekræftelse af mange af dens antagelser, mens andre ligger udenfor dens rækkevidde – ændrer ikke ved det forhold, at dens placering i den naturvidenskabelige forskningstradition med dennes menneskeopfattelse hindrer den i at forstå dynamikken i vort sjæleliv.

LITTERATUR

- ANDKJÆR, O. & VEDFELT, O. (1991): Indledende bemærkninger om drømmetydning og drømmeforskning. i: *Psyke & Logos*, 12, 1..
- FREUD, S. (1908): *Lille Hans*. Reitzel, Kbh. 1983.
- FREUD, S. (1932): 29. forel. i: *Psykoanalyse Nye forelæsninger*. Reitzel, Kbh. 1973.

- NIELSEN, TH. (1990): *Depression, psykologiske og biologiske teorier*. Dansk psykologisk Forlag, Kbh.
- NIELSEN, TH. (1991): Drømme-søvn i biologisk belysning: fænomener, funktioner og formål. i: *Psyke & Logos*, 12, 1.
- VEDFELT, O. (1991): Drømmenes væsen. i: *Psyke & Logos*, 12, 1.