

DRØMME OG VIDENSKABSTEORI

Ole Vedfelt

Artiklen rejser spørgsmålet, om det er muligt at påvise en kumulativ viden om drømme, som er videnskabsteoretisk funderet og praktisk anvendelig.

Artiklen drøfter psykoterapeutiske indfaldsvinkler til drømme bl.a. klassisk psykoanalyse, egopsykologi, objektrelationsteori samt jungiansk og postjungiansk drømmeforståelse. Naturvidenskabeligt orienterede retninger, som der tages stilling til, er laboratoriestudier, statistikbaserede indholdsanalyser, neuropsykologi og kognitionspsykologi, samt sociologiske studier. Resultater af det seneste tiårs avancerede hjerneforskning tolkes i retning af et bredt spektrum af selvregulerende og psykisk vigtige funktioner hos drømmene. Der gives et signalement af forskellige eksistentielle, fænomenologiske og hermeneutiske tilgange. Med udgangspunkt i blandt andet Gadamer's hermeneutik klassificeres de vigtigste drømmeskoler efter deres erkendelsesinteresser, og deres specifikke bidrag til den kumulative viden om drømme anerkendes. Komparative hermeneutiske studier peger på, at drømme kan tolkes meningsfuldt i flere retninger afhængig af kontekst og erkendelsesinteresse. Af det fremlagte materiale fremgår, at drømme er ikke-tilfældige, kreative og meningsfulde udtryk: drømme omhandler temaer, som er vigtige for drømmeren, de har en narrativ struktur og en kreativt syntetiserende form, og de er interaktive med omgivelserne på et højt organisationsniveau i drømmerens personlighed. Det vurderes, at drømmeforskningen bevæger sig hen imod en mangedimensional kontekstbaseret drømmeforståelse som den bedst egnede til at matche drømmerens kompleksitet. Ved drømmetolkning bør drømmetolkeren medreflektere sin teori og erkendelsesinteresse og opstille kriterier for sine tolkningers validitet. En informationsteoretisk kybernetisk model af drøm og personlighed foreslås som paraplyteori for videre drømmeforskning og praktisk drømmearbejde.

Problemformulering

Fra midten af 1800-tallet frem til i dag har en videnskabelig drømmeforståelse søgt at etablere sig. Forskningen har været præget af modsætninger, konflikter og skiftende paradigmer, og det er en udbredt antagelse, at den videnskabeligt baserede viden om drømme er forsvindende eller ikkeeksisterende. Artiklen rejser spørgsmålet, om det er muligt at påvise en kumulativ viden om drømme, som er videnskabsteoretisk funderet og praktisk anvendelig.

DEL I. Den videnskabelige drømmeforsknings historie og resultater

Optakten

Den moderne videnskabelige interesse for drømme har rødder langt tilbage i 1800-tallet, hvor den romantiske bevægelse med dens interesse for det mystiske, det irrationelle og naturens skjulte kræfter var stærkt optaget af drømmene og generelt opfattede dem som kreative og meningsfulde budskaber, der kunne tydes. Med positivismens fremvækst i midten af 1800-tallet opstod den opfattelse, at drømme var et meningsløst biprodukt af automatisk og ukoordineret hjerneaktivitet (Ellenberger 1970, s. 303ff). Disse to forskellige måder at opfatte drømme på har udfordret hinanden lige siden. Et vigtigt skridt imod en videnskabelig forståelse af drømme blev foretaget i 1855, hvor det franske »Académie des Sciences Morales et Politiques« udskrev en konkurrence over temaet »Søvn- og drømmeteorier i psykologisk perspektiv«. Kandidaterne blev opfordret til at reflektere over spørgsmål som fx: »Hvilke evner består stadig eller ophører eller ændres væsentligt under søvnen?« og »Hvad er den fundamentale forskel på drøm og tænkning?« Hovedvægten blev hos bidragerne lagt på fænomenologisk deskriptive træk ved drømmene (snarere end på deres mening for den enkelte drømmer). Metodisk arbejdede man med eksperimenter, spørgeskemaundersøgelser og detaljerede introspektive observationer (Schwartz 2000).

Fra perioden 1860-1900 fremhæver videnskabshistorikeren Henri F. Ellenberger (1970, s. 304-311) især tre forfattere: Karl Scherner, som inspirerede Freud ved at tillægge drømme psykologisk mening og ved sine fortolkninger af seksuel symbolik, Alfred Maury, som blandt andet studerede ydre påvirkningers indflydelse på drømmene, og Hervey de Saint Denys, som var opmærksom på fænomener, Freud senere beskrev som »fortætning« og »forskydning« (af billeder, tanker og følelser i drømme). Alle tre fandt, at drømme indeholder talrige erindringer, som ikke bliver husket i vågen tilstand, og som ofte går langt tilbage i barndommen. Andre vigtige diskussionsemner var, hvorfor man husker så få drømme, om drømmehistorien

først bliver konstrueret, når man vågner, og om man skal lægge vægt på associationer til drømmene eller anvende faste symboltolkninger, samt om drømmene er udskillelse af billeder, som ellers ville ligge bevidstheden til byrde (ibid.).

Freuds Drømmetydning

Det blev Freuds monumentale »Die Traumdeutung« (1900 da. udg.1960), der kom til at indtage pladsen som den moderne drømmeforsknings hovedhjørnesten. Her fremlagde Freud en komplet drømmeanalyseliste tilknyttet en ny psykoanalytisk teori, der angav en praktisk terapeutisk anvendelsesmulighed for drømme. Hvad han senere havde at tilføje til fremstillingen, blev stort set indarbejdet i de mange efterfølgende udgaver (Andkjær Olsen 2002 s.183).

Freuds erklærede formål med bogen var »at dokumentere, at der findes en psykologisk teknik, der muliggør tydning af drømme, og at enhver drøm ved anvendelsen af denne metode vil vise sig at være et »meningsfuldt (sinnvolles) psykisk fænomen«. (Freud 1900 ty. udg. s. 2). Det vil sige, at man kan angive dens »mening« (Sinn), som et ligeværdigt led i en persons øvrige psykiske aktiviteter. (ibid. s. 89).

Efter Freuds opfattelse dækkede den »manifeste drøm« (drømmen, som den umiddelbart fremtrådte) over en »latent drøm«, som var udtryk for ønsker af overvejende infantil seksuel karakter, som personen i vågen tilstand blev hindret i at tænke på af en censurerende psykisk instans. Censuren var om natten noget svækket, men formåede dog at forvrænge drømmen så meget, at de anstødelige tanker ikke vækkede drømmeren (s. 127 ff). Drømmens funktion var således dobbelt: Den tjente som nødventil for forbudte ønsker og var samtidig søvnbevarende (s. 585).

Andre kilder til drømmen var kropslige stimuli og indtryk fra dagen før (dagsrester). Dagsresterne kunne være »ligegyldige« indtryk, som gik igen i den manifeste drøm, og mere »betydningsfulde« begivenheder, som netop på grund af deres vigtighed blev forvrænget af »drømmecensuren«, og som kun kunne genfindes ved en omhyggelig analyse. Den vigtigste drømmekilde var dog den infantile seksualitet (ibid. kap. V).

Ifølge Freud er det »psykiske apparat« organiseret i lag på lag af erindringsystemer, som bliver mere og mere ubevidste (jo længere man kommer ind i apparatet), og som afspejler mere og mere grundlæggende og tidligt dannede karaktertræk og oplevelser. I drømmen er det ikke muligt at omsætte impulserne til handling. De allierer sig med dagsrester og kropsimpulser og søger tilbage gennem et associativt netværk, til de finder visuelle forestillinger, der kan iklæde drømmen en passende form (Andkjær Olsen & Køppe 1981 s. 163 ff)

»Drømmearbejdet«, det vil sige omdannelsen af den latente drøm til den manifesterede bestod blandt andet i fortætning og forskydning. Fortætning, også kaldet »overdeterminering«, refererede til, at de enkelte drømmeelementer var knudepunkter for mange latente drømmetanker på én gang. Omvendt kunne et latent element findes i flere forskellige elementer i drømmen.

Forskydning bestod i, at en tilsyneladende harmløs oplevelse dækkede over en mere følelsesladet og forbudt drømmetanke (Freud 1900 ty. udg. s. 183). Andre (mindre vigtige) drømmemekanismer var »hensyn til fremstillelighed« og »sekundær revision«, som ofte brugtes synonymt, og som sigter mod at give drømmen en dramatisk anskuelig form og en glat facade. Alt i alt repræsenterer drømmearbejdet en form for indre tvang til at fremstille drømmens råmateriale som en enhed (ibid. s.185).

Freud beskrev drømmesymbolerne som stabile oversættelser af latente erotiske ønsker til mere uskyldige manifesterede udtryk. Det indebar, at en erfaren drømmetolker i princippet kunne oversætte symbolerne efter en relativt fast formel, uanset at drømmeren ikke var kommet på denne tanke eller kunne være uenig. Symboloversættelse var dog sekundær i forhold til drømmerens associationer og øvrige kontekst (Nagera 1981 s. 95-96).

Ved Freuds praktiske metode blev drømmen delt op i elementer, som drømmeren associerede frit til, dvs. at hun i afslappet introspektiv tilstand skulle fortælle alle tankeindfald, som spontant dukkede op i bevidstheden, lige meget hvor fremmedartede, ulogiske eller pinlige de måtte være (104ff). Ved hjælp af psykoanalytikerens symbolkundskab, hans kendskab til drømmerens personlighed og den psykologiske teori konstrueredes herudfra en tolkning af drømmen, som løbende kunne testes med og revideres, efterhånden som den psykoanalytiske proces udviklede sig.

Psykoanalysen efter Freud

Freuds psykologi var først og fremmest en teori om det ubevidste. Den jøgepsykologiske skole, der udvikledes i 1940'erne og 50'erne, satte i stedet fokus på jeget og dets forsvarsmekanismer. Mens Freud næsten udelukkende interesserede sig for den latente drøm, begyndte man at se den manifesterede drøm som et meningsfuldt udsagn i sig selv (Erikson 1954) (Langs 1987) (Saul 1940). Med udvidelsen og nuanceringen af forsvarsmekanismebegrebet fandt man, at tilsløringen af de oprindelige ubevidste indhold i drømme ikke skete efter en fast formel, men varierede for den enkelte drømmer, både efter intensiteten af de ubevidste impulser og efter, hvor stærke forsvarsmekanismerne var (Brenner 1974). Patienterne syntes i varierende grad at være i stand til at integrere det ubevidste materiale og havde behov for forskellige tolkningsniveauer. (Mittelman 1949). De narcissistiske forstyrrelser med deres primitive forsvarsmekanismer blev mere nuanceret udforsket og begrebsat. Dette afslørede dels nye aspekter ved drømmene (Kernberg

1981, s. 25-34) og dels et narcissistisk klientel, som havde en tendens til at misbruge eller misforstå drømme og deres fortolkninger, fordi selve de jegfunktioner, der skal forholde sig til drømmen, er blevet forvredet (Khan & Masud 1962, s. 27-28).

Forholdet mellem Freuds psykoseksuelle faser og drømme blev uddybet, og Erik Erikson (1954) supplerede med psykosociale udviklingsfaser, som han fandt afspejlet i drømmene livet igennem. Også Freuds strukturelle model er blevet indarbejdet, så id, ego og superego ses som ligeligt determinerende faktorer for drømmen (Flanders 1998 s.7). Lacan omdøbte begreberne forskydning og fortætning til klassiske litterære begreber for billedlige omskrivninger, henholdsvis metonymi og metafor (Delay 1992).

Terapeut-/klientforholdet med dets »overføring« og »modoverføring« af irrationelle følelser tiltrak sig stigende interesse ikke mindst hos objektrelationsteoretikerne med udgangspunkt i Melanie Klein og efterfølgere som Mahler, Winnicott og Bion. Ifølge objektrelationsteorien bygges personligheden i de første leveår op omkring evnen til at skabe et vedvarende forhold til én bestemt person (et objekt), som i udviklingens løb danner en konstant indre forestilling i barnet, først omkring moderen, så faderen, søskende og andre nære personer (Rycroft 1968, 1979). Det »indre objekt« er en fantasi, der styrer personen indefra, og de relationer, vi danner i barndommen, præger i høj grad de relationer, vi laver som voksne, så vi hele tiden prøver at iscenesætte de gamle mønstre. Disse mønstre fandt man afspejlet i samspillet mellem personerne i drømmene og i intense relationer.

Donald Meltzer, som har lagt sig i forlængelse af udviklingen fra Klein til Bion, finder, at Freud var for rodfæstet i sin neurofysiologiske model til helt at udforske den indre verdens kompleksitet og »the meaning of the meaning of dreams« (Meltzer 1983, s.11). Meltzer viste med kliniske eksempler, at drømme kan være en form for særdeles kompleks tænkning om vores følelsesliv med dets mange nuancer, som det udspiller sig i nære relationer (s. 44-46). Specielt ser han drømme i den analytiske situation som reelle forsøg på at tænke på de nye emotionelle erfaringer, som stammer fra analysesituationen. Drømmenes betydning bliver derfor i det psykoanalytiske arbejde relateret til selve overføringsprocessen snarere end blot til den associative kæde (Rosenbaum 2000, s. 462).

Der har blandt fremtrædende psykoanalytiske teoretikere og klinikere været en udvikling i retning af at sammenligne drømmene med kreative processer. (Erikson 1954) (Jones 1962) (Kris 1962). Og som Meltzer udtrykker det, »avler den kreative drømmeprocess mening, som kan anvendes på livet og forhold i den ydre verden« (s. 44-46).

Den udvidede kliniske erfaring, teoriudvikling og udveksling af viden i det faglige fællesskab har gjort det muligt at lade flere facetter af drømmelivet komme til deres ret end i den klassiske psykoanalyse. En indflydelse fra moderne hermenutik, som vi skal vende tilbage til, har hos mange forfattere

gjort tolkningerne mere åbne, og retningslinjer for beskrivelse og diskussion af casemateriale er blevet videreudviklet.

Der er dog stadig mange tilhængere af en klassisk psykoanalytisk forståelse af drømmene. Det fremgår af blandt andet antologien »The Dream Discourse Today«, som trods sin bredt favnende titel kun dækker psykoanalytisk drømmeforståelse, og ikke den samlede videnskabelige diskussion (Flanders 1998).

Jung og postjungianerne

Næppe nogen af den moderne psykoterapis pionérer har tillagt drømmen så stor praktisk betydning som Jung. Han har skrevet tre mindre teoretiske afhandlinger (Jung 1928, 1945 og 1964), som sammenfatter hans syn på drømme, men derudover rummer de 20 bind samlede værker samt hans Erindringer (1961) og især de posthumt udgivne referater fra hans forelæsninger og seminarer (1928-30, 1930-1934 og 1939) et meget omfattende materiale, som giver indblik i hans teori og metode.

Ifølge Jung var den vigtigste drømmekilde »arketyperne«, dvs. (i sig selv uanskelige) ubevidste grundmønstre og strukturer for universelle fællesmenneskelige oplevelser og adfærd. Arketyperne var rummet i, hvad Jung kaldte »det kollektive ubevidste«. De var medansvarlige for den langsigtede organisation af personligheden og ytrede sig i drømmenes »prospektive«, dvs. fremadrettede aspekter. Drømmene foregreb og forberedte således de vigtigste livsovergange fra fødsel til død (Jung 1935/1954).

Drømmenes funktion er ifølge Jung at komplettere en for snæver bevidsthed med indhold, som ikke er tilstrækkeligt værdsat. De er desuden »kompensatoriske«, et begreb, som Jung beskrev på flere måder i forskellige tekster: som en slags kontrastprincip, hvor drømmen overdrev det, som bevidstheden prøvede at negligere, som en pædagogisk hensigt ved drømmen, og endelig mere bredt som en målrettet psykisk selvregulering (Vedfelt 2007, s. 136).

Jungs efterfølgere, C.A. Meyer (1972), James Hall (1977) og Mary Ann Mattoon (1978), har stort set overensstemmende samlet og systematiseret de drømmefortolkningsregler og arbejdsmåder, der fremgår af Jungs værker. Jung benyttede korte associationskæder til de enkelte drømmeelementer, men brugte ikke fri association, da han mente, det kunne lede væk fra drømmens helhedsmening. I stedet indførte han »amplifikation«, en metode, ved hvilken betydningen af drømmen blev uddybet ved sammenligning med symbolhistorisk materiale. Han gik ikke ind for faste symboltydninger, og han mente, at symbolerne er lagdelte i henholdsvis individuelle, kulturtypiske og arketypisk/kollektive lag. Principielt skulle drømmene forstås i en »kontekst«, der omfattede korte associationer, amplifikationer, drømmerens aktuelle livssituation og hidtidige livshistorie, samt vedkommendes mere

generelle konflikter og temaer. I den praktiske drømmeanalyse var han pragmatisk og lagde stor vægt på drømmenes relation til psykiske aktual-konflikter. Som oplevelsesorienteret metode indførte han »aktiv imagination«, dvs. en teknik, hvor personen går ind i sine fantasier og drømme og på fantasiplanet forholder sig aktivt handlende til dem (Amman 1978).

Jung mente, at der i ethvert menneske fandtes en potentiel medfødt udviklingsplan, som gav det enkelte individ dets helt særlige præg. I denne »individuationsproces« produceredes der i drømmene og visioner spontant arketyperiske symboler på helhed og selvrealisation. Det var denne proces i moden alder, som var Jungs vigtigste interesse, og som hans værker i alt væsentligt handler om.

De arketyperiske drømme er karakteristiske ved at have paralleller til mytologiske motiver. De er mere usandsynlige og ikke-hverdagsagtige end andre drømme. Jung opererede med en skala med 4 grader af betydningsfuldhed i drømme, hvor de mest arketyperiske afspejlede de mest overordnede reguleringer af det psykiske liv.

Det jungianske erfaringsgrundlag dannes ikke blot af klinisk materiale, men også af en omfattende forskning af symbolmateriale – fra mytologi, eventyr, initiationsritualer og alkymistisk symbolik. Baggrunden for denne forskning er forestillingen om en »objektiv psyke«, der ikke kan manipuleres af bevidstheden, og som viser sig i drømmenes arketyperiske symboler (Freyh-Rohn 1974 s. 126-30) »frigjort fra bevidsthedens indflydelse« (Jung 1934 da. udg. s. 54-55).

En række af Jungs hypoteser vedrørende arketyperiske drømme er blevet bekræftet ved statistiske undersøgelser: Børns drømme er generelt mere arketyperiske end voksnes. Følelsesintense og livligt oplevede drømme er mere arketyperiske og huskes længere end hverdagsagtige drømme. Mennesker i psykoterapi og kreative mennesker har flere arketyperiske drømme end et normalmateriale (Kluger 1955). Det samme gælder personer, som træner »ændrede bevidsthedstilstande« i form af afspænding, imagination eller meditation (Faber 1983). En hypotese fremsat af Jung om, at den typiske drøms narrative struktur i store træk matcher det klassiske dramas regler, er blevet testet positiv (Kilroe 2000).

Efter Jung har der dannet sig tre »postjungianske« hovedskoler (Samuels 1982, s. 351ff): en klassisk skole, som tydeliggør og sammenfatter Jungs teorier og metoder, og som har meget fokus på drømme. En arketyperisk skole ved James Hillman har som den vigtigste pointe i denne artikels sammenhæng, at drømmene rummer noget artsforskelligt fra bevidstheden, som grundlæggende ikke kan oversættes til dens sprog. Drømmene skal ikke tilpasses bevidsthedens forståelsesmåde, bevidstheden skal gøre sig venner med drømmene (befriending the dreams) (Hillman 1979). Endelig er der en udviklingspsykologisk skole. Her har Erich Neumann brugt Jungs arketyper og symbolhistoriske metode til at beskrive barnets indre udvikling (Neumann 1963 og 1973). Hans modeller er blevet bekræftet i jungiansk le-

geterapi og giver en mere prospektiv forståelse af det barnlige i drømme end Freuds teorier (Vedfelt 2003). En indflydelsesrig britisk skole har kombineret jungiansk psykologi med objektrelationsteoriens fokus på barndommens relationer og på overføring og modoverføring (Samuels 1982, s. 350).

Jungs arbejde var ligesom Freuds så omfattende og skabt i en stadig dynamisk proces, at det er vanskeligt at passe ham ind i etablerede metateoretiske og filosofiske kasser. Der er en fænomenologisk, en hermeneutisk og en naturvidenskabelig Jung, som boltrer sig i hans mangfoldige tekster, kæmper med hinanden og finder løsninger på problemer i forskellige kontekster. Man kan derfor udvælge citater, der underbygger ret forskellige opfattelser. I de senere år har indflydelse fra eksistentialisme og moderne hermeneutik været betydelig. Kontroversielt mener Wolfgang Giegerich (2004), at Jung helt bør dekonstrueres med afsæt i Heidegger/Derrida. Marilyn Nagy (1991) betegner i en kritisk gennemgang af Jungs teoriudvikling hans filosofiske holdning som en »metafysisk idealisme«. William Kotsch (2000) mener tværtimod, at Jung har skabt en medierende psykologisk videnskab, som ligger hinsides objektivismen. Han sammenligner arketyperne med kognitionsforskningens billedskemaer og Lakoffs »metaphors we live by«.

Bag om disse diskussioner synes der dog i den etablerede analytiske træning at være en fælles forståelse af, hvori det specifikt jungianske består, som udtrykt i et temanummer om dette emne i *The Journal of Analytical Psychology* 2007: »Kerneverdierne i den jungianske metode er evnen til at arbejde symbolsk på en meningsfuld måde... at værdsætte det dynamiske og levende forhold til det ubevidste som virkeligt, som objektivt« (Kelly 2007, s. 167) og at »træning først og fremmest er initiation i det symbolske liv« (Egger-Biniore 2007, s. 152).

Fælles for jungianerne er, at de betragter drømmene som kreative produkter. Kritikken og videreudviklingen af Jungs teorier bidrager yderligere til en anerkendelse af drømmefænomenets kompleksitet. Ligesom i inden for psykoanalysen er der en løbende kvalificeret diskussion af drømme. I det førende jungianske tidsskrift *The Journal of Analytical Psychology* er der i de sidste 15 år publiceret knap 100 artikler med »dream« som et af søgeordene. Det jungianske forlag Spring Publication udgiver mange bøger, som lever op til humanistisk videnskabelige krav, og hvori drømmetolkning indgår til at belyse psykoterapeutiske og kulturelle problemstillinger..

Med den øgede interesse for relationer og overføring/modoverføring i drømme nærmer postjungianerne sig den progressive psykoanalyse.

Drømme og vågen livsstil – statistiske indholdsanalyser

Medens Freud og hans efterfølgere især interesserede sig for drømmene til afsløring af regressive tilbøjeligheder, som blokerede for livsudfoldelsen, og Jung især udforskede langsigtede individuationsprocesser, havde andre

drømmeteoritikere som Alfred Adler (1936), Erich Fromm (1967) og senere Calvin Hall fokus på, om drømmene tilpasser os til det aktuelle hverdagsliv. De fremhævede sammenhænge mellem drøm og vågen livsstil og fandt, at drømme er problemløsende og forbereder os til den kommende dag. Blandt disse har Hall haft størst indflydelse. Han indførte statistiske indholdsanalysemetoder fra litteraturforskning, politisk videnskab, sociologi og psykologi med det formål at omdanne drømmemateriale til objektive, kvantificerbare, naturvidenskabelige data (Hall. & Van de Castle 1966, s. 2).

Halls undersøgelsesobjekt var verbale drømmerapporter og drømme i serier med udelukkelse af drømmerens kommentarer og associationer. Drømmene var for det meste fra mennesker, som ikke var i terapi (ibid. s. 18-19). Hall foretog »indholdsanalyser«, hvor forekomst af enkelte drømmeelementer blev kvantificeret, og »sammenhængsanalyser«, hvor typiske »konstellationer« mellem flere elementer blev undersøgt. Metoden kan klassificere empiriske kategorier for fænomener og symbolsk adfærd, som er blevet observeret i drømme med en vis hyppighed; og den kan anvende teoretiske klassifikationer afledt af de personligheds- eller drømmeteorier, man ønsker at teste. Det klassificerede indhold sammenlignes almindeligvis med andre parametre, fx med drømmernes alder, køn, psykologiske habitus, resultater af psykologiske test osv. (ibid. s. 9-11).

Hall fandt klare sammenhænge mellem det manifeste drømmeindhold, drømmerens personlighedsprofil og grundlæggende livstemaer. Han konkluderede ud fra et omfattende materiale, at de fleste af vore drømme er ret hverdagsagtige. Dette kan godt forenes med den jungianske forskning, der anslår, at kun 20% af drømmene har arketypisk karakter, mens resten er hverdagsagtige (Kluger 1955). Forskellen på de to retninger ligger i, hvilke aspekter af drømmene de hver for sig finder det mest interessant at beskæftige sig med.

Drømmene har ifølge Hall en meget høj grad af konsekvens, konstans og kontinuitet over meget lange tidsspænd, således at bestemte typer af relationsmønstre psykologiske og adfærdsmæssige reaktioner, ja selv ting og sager går igen og igen hos den enkelte drømmer (Hall & Nordby 1972, s. 9). Psykoterapi, aldersforandringer, forandringer i kroppen og radikale ændringer af omgivelserne kunne dog føre til systematiske ændringer i drømmemønstret (ibid. s. 109).

Ifølge Hall skabes drømmen af jeg'et og dets forsvarsmekanismer. Den giver et præcist billede af, hvordan man opfatter sig selv og sin virkelighed. Hvis man drømmer noget, må man have tænkt det. Hall udviklede en kognitiv symbolteori, ifølge hvilken symbolprocessen i drømme iværksættes af jeg'ets intellektuelle begrebssystem. En pistol stod aldrig for det mandlige kønsorgan i sig selv, men den kunne på en meget klar og økonomisk måde beskrive, at en mand havde en aggressiv opfattelse af sin egen seksualitet. Symboler er således ikke forklædninger, men »en slags mentalt stenografisprog« (Hall 1953a). Hall baserede sine individuelle tolkninger på drøm-

meserier, som han mente uden frie associationer og kontekst i øvrigt kunne give et præcist billede af personligheden (Hall 1953 s. 85-89).

Hall mente, at drømmenes opgave var problemløsning, og at de var resultat af godt, hårdt og kreativt tankearbejde i sovende tilstand (Hall 1953). Han følte sig ikke i modstrid med Freud og Jung, hvis teorier han fandt nyttige om end ikke tilstrækkelige til at rumme drømmefænomenets kompleksitet (Hall & Nordby 1972, s. 145 og 23).

Halls metoder er blevet udviklet og modificeret både som et praktisk redskab for arbejde med individuelle drømme, som et middel til statistisk at verificere drømmeteoriske hypoteser og som en sociologisk metode til at undersøge drømme- og livsstil i større grupper. Der findes fx i dag talrige undersøgelser, som tyder på, at der findes universelle drømmemønstre (Nielsen T. et al. 2003) (om end tolkningen af dem må tilpasses konteksten), at drømme afspejler kønsforskelle, kønsroller og alder (se Vedfelt 2007), politiske holdninger (Bulkeley 2002), og at både arketyperiske drømme og reminiscenser af Freuds psykoseksuelle faser kan klassificeres og matche dele af henholdsvis Jungs og Freuds forudsigelser (Kluger 1955) (fx Hall & Van de Castle 1965). Drømme synes således at kunne afspejle holdninger og opfattelser af alle vigtige aspekter af menneskelivet.

Halls forskning har således bidraget konstruktivt til den kumulative viden om drømme.

Fænomenologi, eksistentiel filosofi og drømme

En gennemgang af amerikanske og engelske psykoanalytiske tidsskrifter viser en påfaldende mangel på interesse for kontinental filosofi og fænomenologisk »approach« (Rosenbaum 2005, s. 115-19). Den eksistentielle fænomenologi har imidlertid haft stor betydning for de mere oplevelsesorienterede terapiretninger. Her har fænomenologiens fader Edmund Husserls krav om åbenhed over for fænomenerne, som de umiddelbart fremtræder bag om alle teoretiske abstraktioner og »forforståelser« (Næss 1963, s. 119), givet plads for en kreativ frodighed i fx Perls gestaltterapi, Morenos psykodrama, i kunstterapi og i kropsterapeutiske retninger. Drømme bruges her ofte som udgangspunkt for kreativt udtryk og for udforskning af følelser og kropoplevelser snarere end i fortolkninger af drømmens helhed. Dette samt eksistentialismens krav om, at den enkelte skal tage ansvar for sit eget liv, har bidraget til at bringe drømmene ud af terapirummet.

Filosofisk mest konsekvent er den schweiziske psykiater Medard Boss, der kobler fænomenologien sammen med Heideggers eksistensfilosofi og dennes originale begreber, som har til formål at overvinde kunstige skel, mennesker sætter i deres oplevelse af verden. Boss kalder med et Heidegger-begreb sin metode for Daseinsanalyse. »Dasein« (til-væren) refererer til menneskets særlige »væren-i verden«, som er det mest centrale begreb hos

Boss. Væren-i verden er den »ontologiske baggrund, der forbinder tilsyneladende adskilte verdener som drøm og vågen, subjekt og objekt«. Det kan bedst forstås som en tilstand, hvor mennesket »er-fortrolig-med«, »hjemme-i« livet i modsætning til at være »fremmedgjort« (Lowe 1977 s. 36-37).

Boss mener, at mennesket »oprindelig er åbent«, men at denne åbenhed er beskadiget. Hans terapi og drømmeforståelse går grundlæggende ud på at generobre åbenheden, følelsen af at være positivt til stede i verden (Lowe 1977, s. 36-37). Det gælder derfor om at komme bag om de teoretiske abstraktioner og anerkende drømmeoplevelsen på egne præmisser, så den kan udfolde sig og blive mere levende (Stern 1977, s. XIII).

Drømmene giver ifølge Boss poetisk fortættede billeder af en persons livssituation. De afspejler *ulevede muligheder* og *drømmerens* forholden-sig-til dem (Gendlin 1986, s. 59) (Boss 1974a, s. 223-225). Faren ved overhovedet at fortolke er, at det gør vold på den poetiske virkning, drømmen kan have i sig selv (Boss 1977a, s. 3). Boss viser med mange eksempler, hvordan sådanne overfortolkninger finder sted hos freudianere og jungianere. Fx har Freud givet en af drømmene i »Drømmetydning« titlen »En smuk drøm«. Men som Boss beskriver, bliver den gjort »helt uformelig« ved Freuds behandling (Stern 1977, s. XIII).

Metodemæssigt undersøger Boss, om drømmen siger noget om, hvordan et menneske realiserer sit »væsens fulde udviklingsmuligheder«, den »faktiske mening og formålet med dets Dasein« (Lowe 1977, s. 57). Men for at afgøre det er han nødt at have nogle normer for, hvad der er en »autentisk væren-i-verden«. Disse normer kan virke som sund fornuft i en del af Boss' eksempler, men de har generelt en for privat karakter og bygger også ofte på »tavs viden« fra psykoanalysen. Når Boss fx tolker en drøm ud fra den opfattelse, at »en menneskelig Dasein er indstillet på lyst, hvor den end byder sig« (Boss 1977a, s. 50-52), er det jo netop, hvad Freud oprindelig mente. Forskellen er, at Freud redegør for baggrunden for sine antagelser, så de kan diskuteres. Sådanne »skjulte« fortolkninger finder man også hos fx Fritz Perls, der hævder, at han »aldrig aldrig fortolker« (Perls 1969 da. udg. s. 58), og hos Irwin Yalom, der hævder, at han principielt ingen metode har (May & Yalom 1995).

Boss' metode fremstår først og fremmest som en forfriskende reaktion på overfortolkninger og klichéprægede teoretiserende analyser. Men detaljerede analyser af hans egne eksempler afslører svagheden ved den rent fænomenologiske metode. Manglen på en eksplicit teoretisk referenceramme åbner for vilkårlige tolkninger, som det er svært at argumentere for (Vedfelt 2007, s. 181-183). Det positive og fornyende er det åbnende, det teorikritiske og anerkendelsen af den enkeltes subjektive oplevelse.

Drømmeforskning i laboratoriet

REM-søvn og NREM-søvn. I 1953 opdagede Aserinsky og Kleitman, at sovende forsøgspersoner med regelmæssige mellemrum foretog hurtige øjenbevægelser (kaldet REM-søvn for *Rapid Eye Movement*), og at dette fænomen var forbundet med drømmeaktivitet. Opdagelsen gjorde det muligt at udforske drømmelivet eksperimentelt i søvnlaboratorier og syntes at give svar på nogle grundlæggende spørgsmål om drømmenes væsen. Der viste sig at være fire forskellige former for hjernebølgeaktivitet under søvnen, som hver nat går i kredsløb af ca. 90 minutters varighed. Der er 4-5 perioder med REM-søvn af i alt 2 timers varighed. REM-perioderne bliver længere og længere i nattens løb, og drømmene bliver mere og mere intense, mere og mere fantasifulde. Hjernen er aktiv som i en alert vågentilstand. Ydre sansning og motorik er koblet fra (Cartwright 1977).

Perioderne mellem REM-faserne kaldes NREM. NREM-søvnen har ligeledes mental aktivitet. Dens kognition ligger lidt tættere på vågen tænkning end drømmene. 20% af drømmene falder uden for REM-søvn (Foulkes 1974a).

Mekanismer til regulering af søvn og vågentilstande er udviklede allerede ca. 6 1/2 mdr. inde i svangerskabet. REM-søvn udgør 50% af et spædbarns søvn og endnu mere af for tidligt fødte børns (Allison & Van Twyver 1974). Mængden af REM-søvn formindskes med årene. NREM-aktivitet kendes fra primitive pattedyrarter, som man ved udviklede sig for 200 millioner år siden, mens REM-søvn kom til hos lidt højerestående dyr, hvis historie går ca. 150 millioner år tilbage i tiden (ibid.).

REM-søvn-berøvelse. For at afgøre, om drømmene har vitale funktioner, er der foretaget omfattende forsøg på dyr og mennesker med REM-søvn-berøvelse. Efter en del begyndervanskeligheder med tilhørende overfortolkninger af effekterne hævder førende forskere, at REM-søvn berøvelse skaber følelsesmæssige ubalancer og adfærdsproblemer samt forstyrrelser af kreativ tænkning og problemløsning (Hartmann 1973, s. 68) (Greenberg & Pearlman 1993, s. 366ff). Videre tyder forsøg med dyr og mennesker på, at REM-søvn har betydning for indlæring og hukommelse (Smith 1993) samt for mestring af stress (Germaine & Buysse 2003).

Ydre stimuli under søvnen. Forsøg med ydre påvirkninger af den sovende, fx med forskellige lyde, viste, at indtrykkene blev om- og indarbejdet i drømmefortællingen på en meningsfuld, symbolsk måde, som i øvrigt passede ind i personlighedsprofilen (Hall 1953, s. 6-7). Dette afkræftede den klassiske antagelse, at drømmene ikke er andet end simple reaktioner på fysiske stimuli.

Er drømmene et virkeligt fænomen? Et andet klassisk spørgsmål er, om drømmene i virkeligheden er fantasier, som bliver opfundet ved opvågningen. Forskerne påvirkede her drømmerne med forskellige stimuli og fandt overensstemmelse mellem den tidsmæssige inkorporering og den vågne drøm-

mefortællings tidslinje (Dement & Wolpert 1958). Forandringer i blodtryk, åndedræt og hjerterytme blev sammenlignet med skiftende følelsesintensiteter og fundet overensstemmende med drømmefortællingen (Kramer 1993b, s. 152). Endelig bekræfter forsøg med hypnose og klardrømme (hvor drømmerne er vågne og kan reagere med fingersignaler), at drømmene virkelig finder sted, mens man sover (LaBerge et al. 1986).

Drømmenes forløb hen over natten. Forskere som blandt andre Rosalind Cartwright fandt, at drømmene og deres indhold i løbet af natten blev mere problemløsende (1977, s. 30-31). Kramer og hans medarbejdere påviste, at humøret generelt bliver bedre i løbet af en god nats søvn, og at det svarer til positive stemningsændringer i drømmene, jo mere man nærmer sig morgen. Dette uanset køn, alder, individuelle forskelle i humør og sociale forhold. Jo flere personer, der optrådte i drømmene, jo bedre blev humøret – statistisk set og med højde for almindeligt forekommende humørsvingninger og akutte livskriser (Kramer 1993b). Mere systematiske undtagelser fra, hvad Kramer kalder »the selective mood regulatory function«, forekommer hos svært depressive (Vogel 1968 og 1977) og traumatiserede mennesker (Punamäki 1999, s. 214), hvis REM-NREM-rytme også kan være forstyrret

Subliminal perception. Den tyske neurolog Otto Pötzl demonstrerede i 1917, at en person, der fik vist et billede så hurtigt, at han ikke nåede at opfatte det bevidst (1/100 sekund), ofte havde drømme, hvori billederne forekom. Netop de indtryk, som bevidstheden ikke registrerede, var dem, som med størst sandsynlighed optrådte i drømmene (Pötzl 1917, 1960).

Senere undersøgelser af blandt andre Charles Fisher med en kombination af laboratorieeksperimenter og psykoanalytisk arbejde har peget på, at de ubevidste sansninger indgår i drømmene i symbolske sammenhænge, som fortæller mere om indre personlige processer og dybere karakterdannende strukturer end om de konkrete begivenheder, de refererer til (Fischer 1960).

Siden har utallige eksperimentelle undersøgelser vist, at vi hvert øjeblik modtager kolossalt meget mere information, end vi er bevidste om (Bargh & Chartrand 1999), og at der sker en følelsesmæssig og ubevidst bearbejdning af enhver sansning (Dixon 1983).

De subliminale indtryk bliver lettest genkaldt i ændrede bevidsthedstilstande som hypnose, afspænding, fri association, visualisering, tegning og evt. ved hjælp af psykedeliske stoffer, og evnen til at genkalde dem er størst hos receptive mennesker med psykologisk sans og empatisk evne, hos kunstnere, mennesker, som har været i terapi, og personer, der kan håndtere ustrukturerede situationer (Fisher 1960, s. 38-40).

To førende amerikanske hukommelsesforskere, Endel Tulving og Daniel Schachter, mener, at den subliminale perception indgår i særlige ubevidste hukommelsessystemer, og begrunder det blandt andet med, at forskellige hukommelsesforstyrrelser, stofpåvirkninger og manglende bevidst hukom-

melse hos små børn ikke påvirker evnen til ubevidst hukommelse for sublimale indtryk (Tulving & Schachter 1990).

Drømmenes neuropsykologi

Opdagelsen af REM-søvn gav hjerneforskningen et første boost. Der blev fremsat en mængde biologiske hypoteser om drømmeprocessen og drømmens funktion, hvoraf ingen dog var i stand til at give en tilfredsstillende sammenhængende fortolkning af de foreliggende data (Nielsen 1991). Mest kendt er aktivationssynteseteorien, som blev udformet af McCarley og Hobson, der havde lokaliseret nogle kerner i hjernestammen, som aktiverer REM-søvn og NREM. I REM-faserne går kraftige aktivitetsbølger fra hjernestammen op gennem storhjerne, såkaldte PGO-bølger. Den aktiverede storhjerne søger ifølge teorien noget ubehjælpsomt at sammenstykke primitive, tilfældigt genererede hjernestammeimpulser ved hjælp »kommandosignaler« fra sansesystemet og bevægeapparatet, som ikke kan agere udad i drømmetilstanden. At drømmene som regel har en sammenhængende historie, forklares med, at hjernen »makes the best of a bad job« ved at skabe delvis sammenhængende drømmebilleder fra de relativt støjende signaler, som sendes op til den gennem hjernestammen (Hobson & McCarley 1977, s. 1347).

I det seneste årti er den neuropsykologiske viden om den drømmende hjerne blevet afgørende forbedret gennem nye scanningsmetoder, forfinet neurokemisk viden og klinisk anatomiske studier af mennesker, som har forstyrrede søvn- og drømmemønstre.

Neuropsykolog og psykoanalytiker Mark Solms påviste ud fra studier af hjerneskader, at de REM-søvnaktiverende områder i den primitive hjernestamme ikke er nødvendige for at kunne drømme, hvilket er forudsætningen for Hobsons teori, som hermed falder alene på et neurofysiologisk grundlag. Nødvendige for drømmeprocessen er et overgangsområde bagtil i hjernebarken, som især har betydning for dannelsen af mentale forestillingsbilleder (Solms & Turnbull 2002, da. udg. s. 192ff) og til en vis grad for drømmenes tankeprocesser. En anden nødvendig region er den forreste og nederste del af pandelappen kaldet den orbitale eller mesiofrontale cortex, som har betydning for vilje, selvkontrol og evne til planlægning (ibid. s. 193, 197-198). Den antages endvidere at danne grundlag for »empati og følelsesmæssig forædling« (Eriksson, 2003) og for drømmeoplevelsens visuelle historier (McNamara 2000, s. 243). Også kodning og genkaldelse af hukommelse for episoder er knyttet til denne region (Braun et al., 1997, s. 1186).

Hele den såkaldte følelseshjerne er aktiv. Den rummer blandt andet et søgesystem for utilfredsstillende behov i det indre miljø, som motiverer til tilegnelse af færdigheder, der er nødvendige for at få opfyldt behovene i den

ydre verden (Solms & Turnbull, 2002 s. 124-204). Der er et styresystem for vrede, kampadfærd og flugtaadfærd. Endvidere et »paniksystem« forbundet med panikangst samt med følelser af tab og sorg, separationsangst og depression. Kemiske stoffer forbundet med social tilknytning og forældreomsorg samt behov for leg menes ligeledes at være knyttet hertil (Ibid. s. 127-131). Hjernescanning viser, at emotionel versus selvbehersket adfærd i drømme afhænger af aktivitetsniveau i henholdsvis den emotionelle hjerne og pandelappen (Shapiro et al. 1995). Aktivt er også et område kaldet gyrus cinguli anterior, som har en nøglestilling mht. at rette opmærksomheden mod det, der er særlig relevant (Erikson, 2003, s. 56). Ligeledes aktivt er et område i hjernestammen og den emotionelle hjerne (ERTAS), som overvåger kroppens indre miljø og registrerer »kropsbilledet«, er ifølge hjerneforskeren Antonio Damasio selve forudsætningen for bevidsthed (Solms & Turnbull, 2002, da. udg. 2004).

Store områder af pandelappen (den dorsolaterale præfrontale cortex) er væsentligt mindre aktive, når vi drømmer, end når vi er vågne. Disse områder udgør grundlaget for den udadrettede adfærd (den eksekutive evne), som vi jo ikke har i drømme, og områderne har stor betydning for vores evne til omvurdering af især negative følelser (Kahn og Hobson 2003). Den nedsatte aktivitet her indebærer formentlig, at drømmene har en følelsesmæssigt mere rå og ærlig karakter, og den taler ikke for tilstedeværelsen af en drømmecensur. Det forklarer måske også, hvorfor drømmene sjældent giver en rationel forklaring på, hvilke handlingskonsekvenser man skal drage, men kræver den vågne bevidstheds medvirken til dette.

Solms mener, at den nuværende viden om den drømmende hjerne »i store træk er forenelig med freudiansk teori«, og at »enhver, som faktisk har læst Freuds »Drømmetydning«, vil indse, at Freuds mest fundamentale påstand er, at drømme er meningsfulde (...), og at de kræver fortolkning/afkodning« (Solms, 2004). Men at drømme er meningsfulde og kræver fortolkning, anerkendes jo også af jungianere, Calvin Hall og mange andre. De psykiske processer, som jeg lige har beskrevet, dækker stort set alle de terapeutiske drømmeskolers interesseområde.

Kaosteori og selvregulering. Over for lokaliseringsforskningen af hjernefunktioner gør Hobsons tidligere medarbejder David Kahn opmærksom på, at masse-aktivitet og globale procesmønstre i hjernen måske har større betydning end strukturer og anatomi, og at søvnens vekslende hjernebølgemønstre bidrager til, at hvert søvnstadium har sine særlige tankeformer og følelsesmønstre. Kahn, Combs og Krippner jævnfører PGO-bølgeaktiviteten i REM-faserne med kaoslignende »stokastiske processer« i levende selvorganiserende systemer (2002 s. 312). Forfatterne gør gældende, at systemer, der balancerer på grænsen mellem orden og kaos, i særlig grad er i stand til at koordinere komplekse opgaver og udvikle sig i komplekse omgivelser. Deres hypotese går ud på, at PGO-bølgerne tillader de sædvanligt forløbende mønstre af hjerneaktivitet at »slappe af i attraktorer formet

af tilbageblivende emotionelle og kognitive påvirkninger fra øjeblik til øjeblik« (ibid. s. 317). Forfatterne taler om »stokastisk resonans« mellem den kemiske neuromodulering og de følelsesmæssige og kognitive påvirkninger i drømmetilstanden.

Funktionel plasticitet. Robert Stickgold, en anden af Hobsons fremtrædende elever, konkluderer i en artikel i Tidsskriftet Nature, at der er en »konvergerende evidens fra det molekylære til det fænomenologiske niveau for, at erindringer genspilles modificeres og forbedres, når vi sover« (2005 s. 444), Hukommelseskonsolideringen er kompleks og foregår i forskellige søvnstadier med varierende hukommelsesformer og processer for indkodning og fremkaldelse af viden. Disse spiller sammen med den vågne hukommelse, hvorved hjernen tilføjes en imponerende plasticitet (Stickgold 2006 s. 43).

Resultaterne af en lang række laboratorieforsøg peger på, at søvn som helhed forbedrer den deklarative hukommelse (Ellenbogen 2006a), øger indlæring af praktiske færdigheder (Walker 2005) samt mulighed for kreative indsigter (Stickgold 2004). REM-søvnen øger evnen til at løse kreative test. NREM-søvn er ikke kreativitetsfremmende, men styrker udenadslære. (Lewin og Glaubmann 1975).

REM-søvn er hyperassociativ, således at evnen til at opdage betydnings-sammenhænge forøges, hvilket ikke er tilfældet i NREM-søvn (Stickgold 1999). Umiddelbart efter en REM-fase er vi mere kreative og tankemæssigt fleksible, og associationerne glider lettere end i normal vågen tilstand (Kahn & Hobson 2003, s. 61). REM-søvn og NREM-søvn synes også at vise forskellige sider af vores personlighed. Vi er statistisk set venligere over for andre i NREM-søvn end ved REM-søvn (McMamara 2005).

Alt i alt peger naturvidenskabelig forskning altså på, at drømme, uden at vi husker dem, har positive funktioner for stemningslejet, den emotionelle og sociale balance samt for indlæring og hukommelse. Drømmene synes endvidere at være knyttet til kreativ tænkning og udfoldelse. Drømmene har en mere ubegrænset adgang til følelseslivet og kropslige tilstande end den vågne bevidsthed, og deres hukommelse er på en række områder udvidet. De hjerneområder, der er aktive, har så varierede neuropsykologiske funktioner, at alle de beskrevne drømmeskolers interessesfærer synes dækket. Dette taler for, at drømmeskolernes diversitet af teorier og metoder hver på deres måde kan uddrage relevant information fra drømmene. Neuropsykologien synes således ikke at bekræfte de monolitiske teorier. Den nedsatte aktivitet i den dorsolaterale præfrontale cortex favoriserer heller ikke Freuds censurteori.

Den naturvidenskabelige forskning har således på værdifuld måde bidraget til den kumulative viden om drømmenes væsen og funktion. For en videre udforskning af drømmenes psykologiske mening må vi vende os mod anden videnskabsteoretisk kategori: den moderne hermeneutik.

Hermeneutik og drømme

I slutningen af 1960-erne satte filosofferne Paul Ricoeur, Jürgen Habermas og K.O. Apel fokus på modsætningen mellem Freuds fortolkningspraksis og hans naturvidenskabelige forskningsideal.

Habermas udviklede en erkendelsesteori for tre forskellige typer af videnskaber med hver deres »erkendelsesinteresse«:

Naturvidenskaberne *forklarer* ud fra objektive naturlovmæssigheder. Deres forskningsmotiv er teknisk og kontrollerende. Hermeneutikken har de tekstfortolkende videnskaber: teologi, jura og filologi, litteratur og kunstvidenskab m.fl., som forbillede. Den *forstår* og interesserer sig for betydning og mening. Den skaber livsmuligheder. De kritiske videnskaber har som grundlæggende motiv menneskets frigørelse fra historiske og samfundsmæssige kræfter (Habermas 1972).

Freud var ifølge Habermas offer for en »scientistisk selvmisforståelse«. Freud gav udtryk for, at hans videnskabelige interesse var »menneskelige relationer snarere end naturobjekter«. Alligevel holdt han livet igennem fast ved et naturvidenskabeligt og neurofysiologisk videnskabsideal. Freuds teori henter imidlertid ifølge Habermas sin mening fra selvrefleksion og rekonstruktion af tabte fragmenter af en livshistorie, den er praktisk og reorganiserer af »socialiserede individers selvforståelse og frigørelse«. (Habermas 1972 s. 246ff). Psykoanalysen er i denne forståelse hermeneutisk og kritisk.

Apel har søgt at kombinere *forklaring* (naturvidenskab) og *forståelse* (hermeneutik) i en psykoanalytisk »kundskabsmodel«, som Lesche og Madsen har anvendt på drømme: den psykoanalytiske proces opfattes her som en dialog på særlige betingelser, idet situationen skal begunstige klientens frie associationer. I begyndelsen forstår analytikerens umiddelbart analysanden ud fra en »forforståelse« (se ovenfor), der bygger på fælles kultur, almen menneskeforståelse, psykoanalytisk viden og et fælles rationalitetsbegreb. Ud fra sin forforståelse fremsætter analytikerens nogle hypoteser, som giver analysanden anledning til fornyet selvansøgelse. Dette frembringer nyt materiale, der påvirker analytikerens forståelse osv. i en »hermeneutisk cirkel«. Hvis analytikerens ikke længere forstår analysanden, og/eller analysanden ikke forstår sig selv, forsøger analytikerens sig med en kausal *forklaring*, der ud fra psykoanalytisk teori påviser analysandens (ubevidste) motiver til at handle eller opleve, som han/hun gør. Hvis dette øger *forståelsen*, går man tilbage til den hermeneutiske fase, hvor drømmene *forstås* som intentionelle handlinger i en meningsssammenhæng (Lesche & Madsen 1976, s. 74, 81). Modellen forudsætter, at de anvendte *forklaringsmodeller* er empirisk begrundede.

Til forskel fra dette tog psykoanalytikerens Donald Spence radikalt det standpunkt, at psykoanalytisk terapi ikke skal prøve at rekonstruere historiske eller andre objektive sandheder om patienterne. Analytikerens skal bruge

sine hypoteser på en pragmatisk måde og koncentrere sig om den narrative sandhed, som er effektiv i det særlige kliniske tilfælde (Spence 1982).

Alfred Lorenzer fremhæver, at en teori, der opererer med et begreb om det ubevidste, som endvidere er relateret til en praktisk forandring og kropslig erfaring, nødvendigvis må have en anden erkendelsesteori end den traditionelle hermeneutik, der kun arbejder med bevidst intentionelle meningsstrukturer. Han ser det ubevidste som et kreativt overskud og kalder med et Habermas-udtryk sin metode for »dybdehermeneutik« (Andkjær Olsen 2002, s. 189).

Blandt hermeneutikerne skal jeg her lægge særlig vægt på filosofen Hans-Georg Gadamer, som i sin bog »Sandhed og metode« har videreudviklet hermeneutikken inden for Husserls og Heideggers tradition. Gadamer gør forforståelsen til noget positivt. Fortolkerens bevidsthed vil altid være indlejret i den særlige historie og kultur, som formede den: hans/hendes »horisont« (Gadamer 1975, 2006, s. 301). Prøver man at forstå en tekst eller en person, vil man uvægerligt starte med at lægge en mening ind i teksten/personen (Beebe 2004). Men hvis man formår at holde sig åben over for oplevelsen, vil ens forventninger blive ændret, efterhånden som man læser, og man må revidere den helhedsmening, man startede med. Man læser nu ud fra en ny helhedsmening, som igen må revideres osv., i en hermeneutisk cirkel (jf. Lesche og Madsen ovenfor). Vi kan således kun skelne sandt fra falsk i selve den fortolkende aktivitet.

Gadamer kritiserer idealet om objektivitet og fordomsfrihed: Kun for så vidt som man selv har interesse i og for den sag, en tekst udtaler sig om, vil man være i stand til at forstå den. Man må ifølge Gadamer sætte sig ind i teksten fra en »åbenhed *inde* i et forhold, ikke fra en upartisk position udenfor« (Bulkeley 1994, s. 93).

Forståelsen er ikke en proces, hvor man søger at rekonstruere den andens intention eller finde en »objektiv mening«, men derimod et møde mellem to forståelseshorisonter, ideelt set en »horisontsammensmeltning« (Klausen 1997). Videre gør Gadamer opmærksom på, at hermeneutikken i tidligere perioder opererede med tre begreber: forståelse, fortolkning og anvendelse, men at anvendelse forsvandt med udviklingen af den positivistiske epistemologi. Dette sidste finder han uheldigt (Gadamer, s. 306ff).

I denne forståelse er drømmetolkning med religionshistorikeren Kelly Bulkeleys ord en dialog, hvor fortolkeren sætter en udveksling i gang med den rapporterede drøm, og drømmen har ikke en mening uden for det aktive engagement i denne proces (Bulkeley 1994, s. 101-102). Fortolkning er en kreativ proces, en genskabelse (Gadamer 387).

Gadamers metode kan strammes op med principper, som legitimerer gyldigheden af kvalitative interviews. Som socialforskeren Per Schultz Jørgensen skriver, må forskeren »erkende og vedstå de relationer, som han qua sin forskersynsvinkel er interesseret i: han går i sin udsøggen ud fra en bestemt ønsket tematisering« (Jørgensen 1989, s. 31). Videre er pointen i

den kvalitative analyse ikke en hypoteseafprøvning, der fører til bekræftelse eller fald, men en afprøvning, der fører til større eller mindre sandsynliggørelse af antagelsens bærekraft. »Tolkningsmodellen er komplettabel modsat komplet. Den skal kunne lade sig belære af den virkelighed, den søges overført til« (ibid. s. 33).

Jeg skal i det følgende perspektivere drømmeskolernes resultater ud fra begreberne erkendelsesinteresse, fortolkning inde i et forhold, praktisk anvendelighed, og fortolkningens kompletterbarhed og kreative karakter.

DEL II. Sammenlignende analyse af drømmeforskningen

Mangetydighed, lag og fortolkningsniveauer

Som beskrevet er udviklingen inden for psykoanalysen gået i retning af at forstå drømmene som determineret af forskellige faktorer, som igen må fortolkes på forskellige niveauer i en lagdelt psyke og i forhold til klienternes integrationsevne samt suppleret med forståelse af drømme som intentionelle handlinger i en meningssammenhæng (Lesche og Madsen 74, 81). I denne forståelse er drømmene mangetydige.

I sin bog »Det ubevidste« viste Jung med et drømmeeksempel, hvordan Adlers og Freuds teorier kunne belyse forskellige betydninger af en drømme og foreslog samtidig en forenende mulighed via sin egen teori (Jung 1917, da. udg. s. 56). Jung og postjungianerne opererer med forskellige betydningsniveauer afhængig af konteksten (Horne 2007) og drømmens dybde (arketypiskhed).

Freud holdt fast ved, at drømme ikke er mangetydige, i hvert fald hvad den latente drøm angår (Freud 1916-17, da. udg. s. 182-83). Dette synspunkt gennemfører han imidlertid ikke på overbevisende måde i Drømmetydning. Fisher & Greenberg skriver på baggrund af en omhyggelig gennemgang af Freuds mange eksempler i »Drømmetydning«: Freud slutter typisk en analyse i »Drømmetydning« med at foreslå, at der er et centralt ubevidst ønske. Forud for dette kommer der et omhyggeligt katalog over de forskellige forklædte følelser og holdninger, som drømmen synes at rumme. Så den endelige formulering er en generalisering af et krydsmønster af temaer (...) Det kan være følelser vedr. andre mennesker, advarsler til én selv om fare, trosopfattelser (...) Reduktionen til et ønske er en abstraktion«. Derfor er Freuds drømmeteorien »en konstatering af multiple oplevelser, som udgår fra den ubevidste sektor af det psykiske apparat, snarere end en enkelt kategori, kaldet »ønsker«« (1996, s. 172-3).

Jeg vil formulere det på den måde, at den hermeneutiske Freud anerkender, at drømmene er mangetydige, den naturvidenskabelige Freud gør det ikke.

Som repræsentanter for drømmeteorikere, der mener, at symbolerne har en relativt præcis betydning for den enkelte drømmer, kan nævnes Calvin Hall. (Hall & Nordby 1972, s. 64-65) og David Foulkes. Fælles for disse er et rationalistisk, kognitivistisk og ikke-terapeutisk udgangspunkt.

Ser man på udvalget af eksempler og deres tydning, synes den påståede entydighed, her at være et produkt af selve den reduktionistiske forforståelse og metode snarere end at være et iboende træk ved drømmene. For en nærmere analyse af Halls eksempler se Vedfelt (2007 s. 161ff) og mht Foulkes' eksempler (Vedfelt 2007 235ff og 267ff, samt Vedfelt 2004).

Mangetydighed er et velkendt begreb inden for semiotikken. De forskellige betydningsreferencer til et tegn kaldes her et tegns konnotationer. Kunstneriske udtryk bruger ofte konnotative tegn med mange bibetydninger, mens mere rationelle discipliner bruger entydige denotative tegn (Eco, 1976, s. 54). Forfatteren og semiotikeren Umberto Eco har beskrevet, hvordan »modtageren« af et kunstværk umiddelbart fornemmer, at han står over for et »overskud« af udtryk og indhold (...) som fysikeren, der forstår, at farven hvid rummer alle spektrets farver (Eco, 1976, s. 170). Mangetydigheden kan altså være en kreativ kvalitet.

Drømmeskolernes mønstereksempler

Jeg har i det foregående – og mere udførligt i min bog »Drømmenes dimensioner« (2007) – søgt at beskrive de enkelte skoler »inde i et forhold«, på baggrund af min positive praksiserfaring og teoretiske skoling inden for de vigtigste drømmeskolers metoder. Ved en gennemgang af de enkelte skolers litteratur viste jeg i »Drømmenes dimensioner«, at de alle har mønstereksempler, som viser indre sammenhæng i tolkningen og konsistens i forhold til den kontekst, der fremlægges, samt til den bagved liggende teori.

Hvis man imidlertid får adgang til en mere omfattende kontekst end den, der oprindeligt blev inddraget i tolkningen, eller hvis der tilbagestår uforklarede dele, bliver eksemplerne mere gennemsigtige og åbner for andre forståelser. Også en perspektivering ud fra en anden retnings metode uden udvidet kontekst kan i mange tilfælde komplettere den oprindelige tolkning.

Mønstereksemplet over dem alle er en af Freuds egne drømme fra »Drømmetydning«, kaldet »Drømmen om Irmas injektion«. Titlen henviser til en af Freuds kvindelige patienter, som i drømmen har fået en injektion med en snavset sprøjte af en af Freuds kolleger. Takket være den intensive Freud-forskning har vi en detaljeret viden om Freuds personlighed og liv som helhed og omstændighederne omkring Irmadrømmen i særdeleshed. Samtidig er drømmen ret detaljeret gennemgået af Freud selv. Ud fra dette materiale er drømmen blevet undersøgt og genfortolket i over halvtreds videnskabelige artikler, hvoraf nogle er skrevet af kapaciteter som Erik

Eriksson, Robert Bosnak, Didier Anzieu mfl. og samlet evalueret af Milton Kramer (Kramer 2000).

Det vil føre for vidt her at gå ind i drømmens detaljer (En mere udførlig analyse findes i Vedfelt 2007 s. 42ff). Pointen er, at Freud selv tolker drømmen som et ubevidst ønske om at skyde skylden for en mulig behandlingsfejl på en kollega, der gav Irma indsprøjtningen, hvilket giver god mening, for så vidt Freud var bange for, at han havde fejlbehandlet Irma. Men ud fra den mere omfattende kontekst og andre teoretiske perspektiver kan der argumenteres for i hvert fald 7 tolkninger: i relation til vigtige livstemaer, overgang til en ny livsfase, kreativitet, forbudte seksuelle ønsker, forholdet til autoriteter, bekymringer for eget helbred, professionel ære, referencer til Freuds barndomshistorie, det kvindelige i ham selv, m.m. (Kramer 2000) (Vedfelt 2007, s. 42 ff).

Et andet gennemskueligt eksempel er Thorkild Vanggaards bog »Angst« (1987), som rummer et relativt uensureret referat af en psykoanalyses forløb baseret på drømme. Samtalerne handler primært om, hvordan patienten overvinder angst for tage sin plads i et maskulint magthierarki – et emne som Vanggaard havde interesseret sig særligt for. Vanggaard giver gode, sammenhængende tolkninger af dele af drømmene, som vedrører dette tema, og hjælper drømmeren til at tage den autoritet på sig, som hans kompetencer berettiger ham til. Et andet aspekt, mandens udtalte problemer med hustruen, lader Vanggaard stå ubehandlet hen, skønt drømmene vrimler med oplysninger om forholdet til hustruen, til moderen og det kvindesyn, drømmeren synes at have overtaget fra sin far (Vedfelt 2007 s. 51ff).

Jung beskriver i »The Visions Seminars« på 500 sider en ung enlig kvindes visioner og drømme og påviser på brillant vis arketyperne, det kollektive ubevidste og individuationsprocessens symboler i drømme og visioner. Men han overser helt oplagte overføringstolkninger og mangler en psykoanalytisk forståelse for dele af materialet, som henviser til en ung enlig kvindes naturlige og aldersspecifikke behov og interesser, og som professionelle behandlere fra auditoriet uden større held prøver at gøre ham opmærksom på (Jung 1930-1934, Vedfelt 2007, s. 142ff).

I Perls' ordret nedskrevne drømmeseminarer bruger han eksempelvis midterstykket af en drøm til at demonstrere sin gestaltmetode, men han glemmer både begyndelsen og slutningen af drømmen, skønt det er det, der optager drømmeren mest, og selv om det kunne have givet vigtigere informationer til arbejdet end Perls' metodefiksering (Vedfelt 2007, s. 191 ff.). Sådanne ensidige tolkninger går igen og igen i drømmelitteraturen.

Drømmetolkning og erkendelsesinteresse

Der kan gives mange andre eksempler, hvor der er adgang til så meget omgivende kontekst, at det er muligt at komme bag om drømmetolkerens

egen fremlæggelse. Det behøver ikke at føre til afvisning af skolernes bidrag til drømmeforskningen, men bekræfter antagelsen om drømmenes mangetydighed og vigtigheden af, at drømmetolkeren klargør sin erkendelsesinteresse.

Positivt betragtet kan skolernes metoder opfattes som specialiserede undersøgelsesredskaber, der ud fra hver deres erkendelsesinteresse former den overordnede teori og frembringer forskellig viden. Freuds, psykoanalysens og objektrelationsteoriernes erkendelsesinteresser er grundlæggende at afdække, at oplevelses- og adfærdsmønstre, der bliver grundlagt i barndommen, stadig styrer vores liv som voksne, og hvordan vi kan bevidstgøre disse mønstre gennem drømmearbejde. Jung interesserede sig primært for arketyperne, de fremadrettede aspekter i drømmene og voksne menneskers individuationsproces. Og det er her, med de nævnte tilføjelser, også postjungianernes selvstændige bidrag især ligger. Halls erkendelsesinteresse var kortlægning af drømmeindhold hos almindelige mennesker, som ikke er i terapi eller selvudvikling, og understregning af de hverdagsagtige aspekter af drømmelivet.

Den eksistentielle fænomenologiske og Boss' Daseinsanalyse bruger drømme til at underbygge fænomenologiens krav om åbenhed over for den subjektive oplevelse, Heideggers ontologiske pointer og eksistentialismens krav om at tage ansvar for sit liv. Perls bruger drømmene til følelsesforløsning. Den naturvidenskabelige forskning har en kognitivistisk interesse og undersøger neuropsykologiske forhold. Den moderne PTSD-forskning har interesseret sig specielt for drømme i forbindelse med traumer (Barret 1996 og Hartmann 1998). En mere sporadisk kognitiv terapeutisk interesse vil især diagnosticere personlighedsforstyrrelser, specielt depression og manglende selvværd. Dette eksemplificeres med et udvalg af drømme, der giver god mening i forhold til de synspunkter, forfatterne ønsker at demonstrere, men som er særdeles selektivt i forhold til den variation af drømmetemaer, som er beskrevet i den samlede drømmelitteratur. Se fx Rosner, Lyddon og Freeman (2004) og kapitlet om kognitiv terapi og drømme i »Drømmenes dimensioner« (Vedfelt 2007).

Drømme i kontekst har en kolossal variationsbredde. Da man sjældent eller aldrig træffer drømme, som er helt ens, vil en teori, der i sin natur er en reduktion til typiske træk, sjældent kunne dække en drøm fuldstændigt. Der stritter i praksis altid nogle løse ender ud, som er uforklarede. I litteraturen er eksemplerne ofte blevet rensset, eller særlige dele af materialet er blevet udtaget for at illustrere et synspunkt (hvilket kan være retfærdiggjort af pædagogiske grunde). Men har vi en fuldstændig drøm gengivet med fyldig kontekst, er der som regel noget, der ikke passer med modellen, og som kan belæres ud fra andre teoretiske modeller.

DEL III. Drøm og bevidsthed

Associationer og oplevelsesarbejder

Ud over anvendelse af forskellige hermeneutiske systemer har den terapeutiske brug af drømme fra og med Freud benyttet metoder, som ligger hinsides hvad hermeneutikken som intellektuelt system kan forklare.

Ved Freuds frie associationsmetode skulle patienten ligge på ryggen i en afslappet introspektiv tilstand og fortælle alle tankeindfald, som spontant dukkede op i bevidstheden, lige meget hvor fremmedartede, ulogiske eller pinlige de måtte være. Samtidig skulle analytikeren befinde sig i en tilstand af jævnt »svævende opmærksomhed«. Jung foreslog en »aktiv imaginationsmetode«, hvor drømmeren evt. med en terapeuts hjælp visualiserede drømmen og fantaserede sig til alternative forløb (Amman 1978). Metoder, der ligner dette, er taget op af moderne kognitiv terapi (Krakow 2004). I de tætte psykoanalytiske forløb, hvor overføring og modoverføring bringes i spil, fremkaldes erindringer og følelser, som er kvalitativt forskellige fra drømmerens habituelle oplevelsesmønstre. Perls gestaltterapi har som erklæret mål at komme bag om jegets intellektualiseringer ved at forstærke de følelsesladede aspekter af drømmene. Arnold Mindell (1984) og Eugene Gendlin (1986) introducerede med henholdsvis »Dreambody« og »Let Your Body Interpret your Dreams« metodisk fokus på kropsfølelser og kinstetiske impulser ved drømmearbejde. Også psykodramatisk gestaltning og meditatív fordybelse er vel beskrevne (Vedfelt 2007).

Skolerne har haft løbende indbyrdes diskussioner om, hvilke af disse metoder der giver den bedste og rigtigste kontekst til drømmen. Jung hævdede fx, at Freuds lange associationskæder nok førte til drømmerens komplekser, men at man »ikke lærer noget om denne specifikke drøms særlige mening« (Jung 1964, s. 29). Perls mente ikke, at associationerne gik vidt nok, men at de »springer fra oplevelse til oplevelse som en græshoppe (...) det bliver bare til en slags glimt, som efterlader alt det til rådighed stående materiale ufordøjet og ubrugt« (Perls 1969 da. udg. s. 58).

Cavallero (1987) viste ved systematiske studier, at der kan være betydelig forskel på associationer kort efter drømmetidspunktet og nogle måneder senere. Og som nævnt vil associationer til drømmene være anderledes og mere kreative umiddelbart efter drømmene end på andre tidspunkter. Calvin Hall og klassisk kognitiv terapi benytter ikke associationer.

Laboratorieforskeren David Foulkes eksperimenterede med en systematisk »grammatik« for associationer, der entydigt skulle føre til den latente drøm – men uden succes (Foulkes 1978). Han blev så skuffet, at han forkastede enhver brug af associationer (Foulkes 1996a).

Men pointen med de associative metoder er det modsatte af, hvad Foulkes tilstræbte: De forskellige associative og oplevelsesorienterede metoder

tilstræber en åbning af sindet, som ikke fører til entydighed, men som fører bevidstheden ind i et flydende kreativt opmærksomhedsfelt. Her, mener jeg, det er muligt at komme bag om drømmeskolernes modsætninger ved hjælp af en teori om bevidsthedstilstande.

Bevidsthedstilstande, der nærmer sig drømmene

Den amerikanske bevidsthedsforsker Charles Tart har nuanceret beskrevet bevidstheden som et fleksibelt system, der til stadighed skifter mellem forskellige tilstande. Ifølge Tart skal en bevidsthedstilstand belastes med bestemte typer af indtryk for at opretholde sig selv. Aflaster man bevidstheden for de sædvanlige påvirkninger, slår den over i en ændret bevidsthedstilstand, der som helhed fungerer på en anden måde (Tart 1975). Dette er tilfældet i drømmen, hvor bevidstheden ikke belastes af indtryk fra sansesapparatet. Og det samme gælder de terapeutiske skolers associative og oplevelsesorienterede drømmearbejder. For at leve sig ind i drømmenes indhold prøver de hver på deres måde at ændre den normale bevidsthedstilstand, så den ligger nærmere drømmetilstanden. Ved de nævnte typer af associationsprocesser, visualiseringer, følelsesbearbejdning, overføring m.m. aflastes bevidstheden for dens normale påvirkninger, så den slår over i tilstande, der bruger analog og divergent tænkning. Dette giver god mening i forhold til undersøgelserne over subliminal perception. De viste som nævnt, at der er ubevidste hukommelsessystemer med bearbejdningsmodi, som er forskellige fra den normale rationelle bevidsthed, og at man må indstille bevidstheden på deres processeringsform, hvis man vil have adgang til det ubevidste hukommelsesmateriale, som er indlejret i drømmen.

Samtidig med »intuningen« på de ubevidste funktionsmåder har de enkelte terapeutiske skoler også systematiske metoder til afgrænsning og styring af oplevelserne, så tilstandene ikke løber løbsk eller bliver uproduktive i forhold til den fremherskende erkendelsesinteresse.

Illustrative eksempler på afgrænsning af bevidsthedstilstandene i forhold til erkendelsesinteressen er Freuds og Jungs teknikker. Ifølge Boadellas kropsterapeutiske studier (1993) faciliterer den Freudianske position, hvor patienten ligger på ryggen, evt. med lukkede øjne, regressive associationer. Dette understøtter Freuds teori om drømmenes regressive natur. Jung anbefalede en position, hvor klienten sidder ansigt til ansigt med terapeuten, gerne med øjenkontakt. Dette skaber mere indsigtsoverret og fremadrettet materiale, hvilket stemmer overens med karakteren af hans drømmetolkninger.

Hermeneutikere som Apel, Lesche og Madsen standser associationskæderne, når de skønner at de kommer for langt væk fra deres teoribaserede hypoteser.

Meltzer (og hovedparten af moderne analytikere) afgrænser materialet ved at relatere drømmenes betydning til overføringsprocessernes ændrede følelses tilstande snarere end til den associative kæde.

Perls leder klienterne gennem trinvis oplevelsesfaser med det specifikke formål at fremkalde følelsesforløsning (Perls 1969).

De forskellige metoder tilstræber principielt *ikke* suggestion, men tilnærmer bevidstheden til drømmenes kognitionsform ved at åbne bevidstheden. De gør det på måder, som hænger godt sammen med deres teoretiske forstrukturer og terapeutiske mål – og som metodisk sætter grænser, der gør det muligt at håndtere den øgede kompleksitet, som åbningen giver. De forskellige tolkninger er ikke rigtige eller forkerte i en absolut forstand, men de vekslende tilstande bringer drømmeren i kontakt med forskellige personlighedslag og niveauer, som de enkelte retninger har størst interesse i.

Bevidstheden og drømmenes oplevelsesmodaliteter

Drømmene er i deres helhed ikke bare verbale. De udspiller sig på alle oplevelsesmodaliteter: tanker følelser, billeder og kropsfornemmelser på én gang. De er »supramodale«, og de indeholder mange flere detaljer og indtryk, end det er muligt at fremstille i en kort verbal rapport. Informations-teoretisk set har de supramodale drømme en langt større »kanalkapacitet« end den normale vågne bevidsthed, der rummer ca. 40 bits (Nørretranders 1991).

Supramodal perception er en intuitiv og praktisk intelligens, der formentlig bag om den normale rationelle bevidstheds fokusering på enkelte oplevelsesmodaliteter sikrer vore oplevelsers enhed (Vedfelt 2002).

I hverdagen kombinerer vi oplevelsesmodaliteterne for at udtrykke os levende om komplekse følelser og personlige forhold. Et trist humør kan være gråt, og raseri er rødglødende. En person kan være hård eller blød, kold eller varm. Vi kan også føle os tunge om hjertet, eller vort bryst svulmer af lykke osv. Den supramodale evne er, som blandt andet Daniel Sterns og Colwyn Trevarthens spædbarnsforskning har vist, den grundlæggende perceptionsform hos det lille barn (Stern, 1985; Trevarthen, 1994). Men bevidstheden trænes under opvæksten mere til at anvende sproglig, rationel tænkning og skyde den supramodale perception tilbage i en fond af »tavs viden«. Digtning, dramatik og filmkunst derimod udnytter virtuost forestillingernes enhed til at udtrykke det ellers uudsigelige.

De nævnte associative og oplevelsesorienterede metoder er ikke bevidsthedens flakken rundt på må og få i et ubevidst kaos. De er bevidsthedstræning. De terapeutiske hovedskoler åbner til det supramodale rum, omend deres præferencer mht. modaliteter varierer. Freud fokuserede på verbale associationer. Jung arbejdede især med de indre billeder og Perls med følel-

serne, Gendlin og Mindell tog sig især af kropsfornemmelser. Disse specialer kan man lære af, men de udnytter næppe associationerne optimalt.

Jeg har gennem mange år analyseret forløb med frie associationer optaget på bånd samt ved observation og fælles procesevaluering i træningsgrupper. Associationerne viser sig her rigtig nok at åbne til nye forestillinger; men fortsætter den associerende person uden terapeutisk intervention, har de en tendens til at flade ud i rationaliseringer og habituelle fortolkninger. Dette er formentlig en parallel til Perls observation, at associationerne ikke får fat i dybt materiale, og psykoanalysens antagelse om »modstand«, når associationerne nærmer sig den latente drøm.

Drømmerens naturlige supramodale evne kan her udnyttes mere systematisk. Hvis en associationsproces først er gået i gang, vil det som regel vise sig, at intensiteten er flyttet til andre oplevelsesmodaliteter. Ofte vil kroppen ytre sig med kinestetiske impulser som fx en dyb sukken, en trækken på skuldrene, en bevægelse af foden osv. Hvis følelser knyttet til disse ytringer udforskes, flytter intensiteten sig måske til en indre fornemmelse i maven, som videre fører til en tankeassociation, som måske vækker et visuelt indtryk, en erindring eller en overføringsfølelse osv. Når man følger intensitetsvekslen i det supramodale rum, er der en tendens til, at den habituelle bevidsthed kobles fra, og bevidsthedstilstanden bliver mere drømmeagtig. Hvor langt man vil følge eller afgrænse denne proces, er et spørgsmål om terapeutisk strategi og kræver teoribaserede overvejelser (Vedfelt 2001 og 2002 s. 117ff).

Naturvidenskabelig undersøgelse af oplevelsesmodaliteter

Forekomst og hyppighed af oplevelsesmodaliteter i drømmene er søgt kortlagt i laboratoriet og ved spørgeskemaundersøgelser, og det er videnskabsteoretisk interessant, at sammenligne den terapeutiske tilgang til oplevelsesmodaliteter med naturvidenskabelige undersøgelser. Den naturvidenskabelige forskning giver relevante oplysninger, men peger samtidig på metodologiske vanskeligheder ved det rationalistiske approach.

I drømmelaboratoriet fandt Strauch og Meier (1996, s. 78-79) følgende fordeling af forskellige oplevelsesmåder i drømmene: tænkning 42,7%, følelser 8,9% og perception af sanseindtryk 48,5%.

Den store forekomst af tanker i drømme vil forekomme overraskende, for dem der mener, at drømme er meningsløs hjernestøj. Hvad tænkning angår, kan drømmeren ganske vist ikke realitetsteste i forhold til den ydre verden, men drømmeren kan som Kahn og Hobson (2005) har dokumenteret anvende alle vågentilstandens tankeformer inden for selv drømmescenariets egne rammer.

Tilsvarende fandt Meier (1993 s. 58-76), at drømmeren observerer reagerer, reflekterer, laver følgeslutninger og trækker på både den abstrakte,

den episodiske og den adfærdsmæssige hukommelse med hensyn til såvel drømmebegivenhederne som til almen og personlig viden

Også højt specialiseret ekspertviden indgår hyppigt og på korrekt måde i drømme (Vedfelt 2002 s. 155-6).

Den lave forekomst af følelser i Strauch og Meiers undersøgelse kan undre, både fra et fra terapeutisk synspunkt og i betragtning af følelseshjernens intense involvering i drømmeprocessen. De kognitionspsykologiske resultater viser sig da også at være meget afhængige af metodologien. I en meget citeret undersøgelse fra 1970'erne, foretaget af biologen Snyder, forekom følelser i højst 35% af drømmene (Nielsen et al. 1991). Strauch og Meier angiver, at de fik betydeligt mere information end i en normal drømmerapport, hvis de spurgte efter detaljer i oplevelsen umiddelbart efter drømmen. De fandt specifikke følelser i hver anden drøm og generelle stemningstilstande i hver fjerde drøm. I en canadisk undersøgelse, hvor deltagerne fik hjælp til at finde ord for deres oplevelser ved hjælp af et leksikon over 22 følelser, var der gennemsnitlig otte følelser i hver drøm (Nielsen et al. 1991, s. 292, 299). Som det fremgår, afhænger resultaterne af, hvad drømmerens hukommelse bliver sporet ind på, og hvorvidt vedkommende har et sprog for at udtrykke oplevelsen. Jeg har på mine kurser spurgt omkring 100 terapeuter, som har erfaring med drømmearbejde, hvordan de forestiller sig hyppigheden af henholdsvis tanker, følelser og billeder i drømme. Her mener deltagerne generelt, at følelser spiller en langt større rolle end i Strauchs og Meiers undersøgelse.

I Strauch og Meiers eksempler på at »spørge til« fx sanselige detaljer er det lyde, farver og former, det drejer sig om, hvorimod der ikke spørges til indre kropslige perceptioner. Disse udgør ca. 1/10 af kognitionen, hvor de hos terapeuter som Mindell, Gendlin og undertegnede ville blive udforsket betydeligt dybere og tilsvarende give større hyppighed af kropsfornemmelser.

En vigtig pointe er her, at drømmene rummer og er indlejret i meget mere information end der kan meddeles i en verbal tekst, og at det der vælges ud afhænger af metoden.

DEL IV. Kerneegenskaber ved drømmene

Drømme handler om vigtige livstemaer

Jeg skal i det følgende fremdrage nogle egenskaber ved drømmene, som de store drømmeteorikere, der har arbejdet med drømme »inde i et forhold«, er fælles om at bekræfte.

Stort set alle de nævnte drømmeteorikere, der har stor praksiserfaring med terapeutisk drømmearbejde inden for et sammenhængende hermeneu-

tisk system med intersubjektiv dialog i faglige netværk, anerkender fra deres specifikke positioner, at drømme handler om vigtige livstemaer.

I »Drømmetydning« gjorde Freud det »ganske kategorisk og undtagelsesfrit« til et kernepunkt, at »drømme beskæftiger sig ikke med bagateller«. Drømmen »bortøder ikke psykisk aktivitet på trivielt materiale«, men dækker tværtimod over oplevelser af »højere psykisk værdi« (Freud 1900A, da. udg., s. 147, 149). Betydningsfulde efterfølgere som Thomas French og Erika Fromm (1964) fandt, at drømme har konstruktive funktioner og fokuserer på centrale konflikter. Hvis vi følger objektrelations-teoriens udviklingslinje fra Melanie Klein over Wilfred Bion til Donald Meltzer, opfattes drømme som nøgler til forståelse af vores vigtigste intime og følelsesmæssige relationer (Meltzer 1983 s. 45 ff). Jung tillagde drømmene en overlegen visdom. Han mente, at drømmene havde som formål at bringe mennesket i kontakt med dets eget selv, dvs. kerne eller essens, og at de afspejler centrale regulerende processer. Calvin Hall (1953) sluttede ud fra sine statistiske indholdsanalyser, at drømmene hårdnakket holder os fast på uløste konflikter. Erich Fromm skrev, at drømmene kan være meget klogere end bevidstheden, der ofte er meget begrænset i sit syn på tingene (1967 s. 48). Montague Ullman fremhævede drømmenes »ærlighed« og rigdom af viden (1983 s.15). Fritz Perls (1969) kaldte dem eksistentielle meddelelser og behandlede dem som åbenbaringskilder for »organismens visdom«.

At det især er de psykoterapeutiske metoder, der har erfaret, at drømme handler om det, som er vigtigst for os, er der intet mærkeligt i, da psykoterapi netop forventes at komme bag om klicheagtige opfattelser og ind til kernen af de problemstillinger, mennesker tumler med. Men samme opfattelser kommer også til udtryk hos fremtrædende laboratorieforskere som Cartwright og Milton Kramer (Kramer 1993b, s. 172-174).

Ernest Hartmann, som ud fra klinisk erfaring mener, at »vi drømmer om det, som er vigtigt for os (...)«, fandt dette bekræftet ved systematiske studier af drømme efter akutte traumatiske begivenheder. Han argumenterer, at vi »hos mennesker, som har oplevet akutte traumer, med sikkerhed ved, hvad der fylder personens sind ... – hvad det meningsfulde anliggende må være«. Han viste, at drømmene rummer mange reminiscenser fra traumet, umiddelbart efter at det er indtruffet, og at forekomsten bliver jo mindre, jo mere personen er i stand til at »komme sig« efter traumet (Hartmann 1998 s.17ff).

Uanset en grundig skepsis over for *psykoanalysen* gav David Foulkes udtryk for, at »ingen, som har erfaring med drømmeforskning, kan betvivle, at drømme ofte udtrykker en persons grundlæggende følelser og angiver hans/hendes problemer« (Foulkes 1974). Også den kognitive terapier skaber, Aaron Beck, der ser drømmene i et psykopatologisk perspektiv, mener, at de kan give rig information og hjælpe til at stille en diagnose og udkrystallisere en patients specifikke problem (Beck 1971). Vi har altså fra seriøse

drømmeforskere, som har beskæftiget sig med drømmenes psykologiske aspekter, en overvældende tilslutning til det synspunkt, at drømme beskæftiger sig med anliggender, som er særligt væsentlige for os.

Endelig vidner moderne neuropsykologi om, at de aktiverede hjerneområder varetager meget grundlæggende og væsentlige funktioner for det fysiske og psykiske liv.

Drømme som kreativitet

Freuds overordnede drømmeteorier er reduktionistisk og ikke umiddelbart forenelig med en kreativitetsteori. Ikke desto mindre udfolder den hermeneutiske Freud sig i »Drømmetydning«, som om drømmene var kreative produkter. De fleste af Freuds nyskabende psykoanalytiske efterfølgere drejede da også drømmeteorien i retning af det kreative og problemløsende. Det gælder blandt mange andre French og Fromm, Ernest Kris og Erik Erikson, Klein, Bion, Meltzer, Lacan og Alfred Lorenzer. Den jungianske skole har utvetydigt forstået drømmen som en form for kreativitet, der stimulerer vækstprocesser.

Lignende holdninger finder vi hos Alfred Adler, Montague Ullman, Erich Fromm og James Hillmann og Calvin Hall (Vedfelt 2007 s. 150-169). De oplevelsesorienterede terapier bygger generelt videre på drømmenes kreative potentialer, idet de forstærker og udvider dem. De lige nævnte laboratorieforskere, der anerkendte drømmene som væsentlige og meningsfulde udtryk, ser drømmene som problemløsningsforslag. Forskere og terapeuter, som i de senere år har arbejdet systematisk med drømme og traumer, er også tilbøjelige til at opfatte drømmene som kreative produkter og kraftfulde metaforer (Barrett 2004), og den yngre generation af kognitive terapeuter finder, at menneskets tendens til at bruge metaforer og den historiefortællende evne i særlig grad kommer til udtryk i drømmene (Gonçalves & Barbosa 2004). Jeg har ovenfor i afsnittet om drømmenes neuropsykologi fremlagt resultater fra eksperimentel drømmeforskning, som dokumenterer kreativitetsstimulerende kvaliteter ved den drømmende bevidsthed.

I de terapeutiske teorier opfattes drømme ikke som kunst, men som en subjektiv kreativitet. Det er dog veldokumenteret, at kreative mennesker er bedre til at huske drømme og se mening i dem end en gennemsnitlig population (Tonay 1993), og endelig er det velbeskrevet, at mange videnskabsmænd og kunstnere lejlighedsvis har oplevet, at en inspirerende tanke eller løsningen på et problem kommer fra en drøm (Barrett 2001). Alt i alt anerkender den kumulative viden altså drømme som en form for kreativitet og understøtter hermed, at mangetydighed kan være meningsfuld.

Fortætning som kreative synteser

En tredje egenskab ved drømmen, som anerkendes af de fleste af de store drømmetolkere, blev beskrevet af Freud med begrebet »fortætning«, som henviser til, at de enkelte drømmeelementer er energiladede knudepunkter for mange drømmetanker og associationskæder på én gang (Freud 1900 da. udg. s. 236-238) (Laplanche og Pontalis s. 82). Parallelt med dette betegnede Jung med begrebet »det levende symbol« drømmeelementet som en energitransformator, det var det bedst mulige udtryk for et relativt ukendt fænomen (Nyborg 1986.) Calvin Hall så fortætningen som et meningsfuldt intellektuelt stenografisprog, der gav flere relevante oplysninger på én gang.

Forfatteren og filosofen Arthur Koestler har beskrevet, hvordan der ved afgørende spring mod enhver nyskabelse sker en syntese af planer og niveauer, som normalt holdes fra hinanden under hverdagens rutineprægede horisontale et-plans-tænkning (Koestler 1964, s. 150). Han kalder det »bisociation«. I modsætning til association af mere tilfældig karakter sker der ved bisociation en integration af tidligere adskilte forståelsesplaner i en ny overordnet helhed. Eksempler er Gutenberg, der kombinerede en metode til at presse lakstempler med en teknik til udpresning af vin og opfandt bogstavpressen, og Galilei, der fandt på at anvende noget teleskopisk legetøj til astronomisk brug. Hvis vi forstår drømmene som kreative produkter, kan vi betragte fortætningerne som bisociationer. Ligeledes er den vellykkede dialog mellem terapeutens færdigheder og drømmerens mere åbnede bevidsthed bisociationer. Med andre ord gode associationer er bisociationer.

Givet de to forudsætninger, at drømme handler om det, der er vigtigt for os, og at de er kreative, kan fortætningerne og de gode associationer opfattes som bi- tri- og multisociationer, det vil sige informationer, som bryder med hverdagens trivialiteter og åbner til større helheder og overordnede styrende mønstre i personligheden og dens relationer.

Drømme og narrativitet

En førende laboratorieforsker, Allan Rechtschaffen, blev slået af, at mennesker, som blev vækket af REM-søvn, som regel huskede en sammenhængende historie. Spurgte han derimod vågne personer om, hvad de lige havde tænkt, var deres svar ofte langt mere vævende og usammenhængende. Også David Foulkes fandt, at mennesker i søvnlaboratoriet kunne give lange detaljerede fortællinger, som var sammenhængende, velstrukturerede og med tematisk forbindelse mellem hændelserne. Han hævdede, at drømme mere end vågne tanker er prototyper for en »lineær, narrativ stil og tænke-måde«. (Foulkes 1978, s. 9).

Freud anerkendte, at drømmene fremstår som en samlet fortælling i kraft af en »sekundær revision« og et »hensyn til fremstillelighed«. Jung foreslog at analysere drømme ud fra det klassiske dramas struktur med eksposition, udvikling, kulmination og løsning (Jung 1938-39 s. 31). Systematiske undersøgelser foretaget af Patricia Kilroe (2000) viser, at denne karakteristik passer på mange drømme. Drømme- og litteraturforskeren Harry Hunt skelner i et essay om »Drømme som litteratur« mellem to fortælle måder, som er foreslået af Paul Ricoeur, nemlig historie og fiktion: Ved fortællinger om historiske begivenheder undersøger man baggrunden for begivenhederne og lader denne viden styre fremstillingen. I fiktion derimod bliver man ved begivenhederne dér, hvor de udspiller sig, og prøver at udtrykke eller forstærke deres umiddelbare æstetiske virkning og dramatiske kraft. Hunt ser Freuds metode med associationer til den personlige fortid som den historiske fortælle måde: drømmene dekonstrueres og genskabes som en ny fortælling om barndommens genvordigheder. Jungs amplifikationsmetode bliver derimod ved fortællingen, forstærker den ved sammenligninger med mytologisk materiale og får personen til at finde sin egen personlige myte (Hunt 1991, s. 239ff).

Bert States beskriver i bogen »Dreaming and Storytelling« drømmenes fortællestruktur som forgreninger af spænding (eller nydelse) snarere end som skift fra én ligevægt til en anden. Drømmene prøver ifølge States ikke »at få drømmeren ind i problemer og ud af dem igen. De udvider problemerne (eller nydelsen) til grænserne for de følelser, som skabte drømmen« (States 1993, s. 238).

Det er indlysende, at oplevelsesterapeuter, der bruger psykodrama og gestaltterapeutiske teknikker, behandler drømmene som et drama. Også Calvin Hall (1953, s. 85-89) og moderne kognitive terapeuter (Goncalves & Barbosa 2004, s. 127) ser drømme som narrative forløb.

Jeg har i »Drømmenes dimensioner« med eksempler illustreret, hvordan alle de nævnte narratologiske modeller kan finde anvendelse i forståelsen af drømme afhængig af kontekst og metode. Drømmene anvender endvidere komplekse fortælle teknikker, som springer i tid og rum, har flashbacks til fortidige begivenheder, samtidig med at konsekvenserne af fremtidige muligheder overvejes. (Vedfelt 2007 s. 475ff).

Interaktivitet på et højt organisationsniveau

Som jeg konkluderede ovenfor, bekræfter den del af litteraturen, som beskæftiger med drømmenes mening, at drømme forholder sig til vigtige livstemaer til forskel fra bagateller. De synes med drømmeteorikernes ord at anskue vores vanemæssige tankemønstre fra et psykisk mere »værdifuldt«, »authentisk«, »væsentligt« eller »ærligt« synspunkt end den ofte tilpassede og konventionelle bevidsthed. Sagt med andre ord handler drømme

om tilstande, strukturer og processer på et højt organisationsniveau i personligheden. Hvis der sker afgørende personlighedsændringer, vil drømmene reagere på dette ved at ændre form og tematik. Omvendt vil drømmene blive monotone og fastholde de stadig samme temaer og problemstillinger, hvis personen ikke forandrer holdning og adfærd i væsentlige livsanliggender.

En logisk konsekvens af dette er, at man må være i stand til at agere på de overordnede organisationsniveauer, hvis man vil i dialog med sine drømme. Psykoterapi er netop et sådant område, hvor man beskæftiger sig med ændringer i overordnet regulerende systemer, og hvor bevidstheden så at sige kobler sig ind på »højere« organisationsniveauer på en systematisk måde. Terapeutisk drømmeforskning er derfor særlig velegnet egnet til at dokumentere et højere niveau samspil. I den ovenfor nævnte terapilitteratur gøres dette gennem studier af drømmeserier, hvor der redegøres for, hvordan holdbare terapeutiske fremskridt følges af systematiske ændringer i drømmene. Ændringerne systematiseres ud fra den givne retnings teorigrundlag, det være sig driftsøkonomi, psykoseksuelle faser, objektrelationer, arketypiske mønstre, overførings- og modoverføringsreaktioner, traumatologi, meditationssteori m.m.

Det fremgår af litteraturen, at drømmene ikke bare spiller passivt med, men at de kan afdække holdninger og samspilsmønstre, som hverken klient eller terapeut har været i stand til at gennemskue. Det er således muligt med en tovejskommunikation på et højere organisationsniveau.

DEL V. En kybernetisk drømmeteori

Kybernetisk psykologi og drømme

Jeg har i mine bøger »Bevidsthed« og »Ubevidst Intelligens« foreslået en kybernetisk personlighedsmodel, hvor bevidstheden og det ubevidste samarbejder i et manglaget, hyperkomplekst system, som bearbejder information på forskellige proceskanaler (oplevelsesmodaliteter) i varierende tilstande og på forskellige styringsniveauer. Den samlede organisme har mange undersystemer, der fungerer parallelt og simultant. De udvider sig trækker sig sammen og flyder ind i hinanden. Der er en naturlig rytme mellem udadvendte tilstande, som er optaget af tilpasning til omverden, og indadvendte tilstande, som har andre funktioner, der er nødvendige for personlighedens selvorganisering, selvregulering og relation til omverden. Med dette som udgangspunkt kan der formuleres en relativt enkel og samtidig bred hypotese, som kan omfatte drømmeprocessens vigtigste karakteristika og rumme mange velunderbyggede data vedrørende denne.

Den menneskelige hjerne anvender en ufattelig stor informationskapacitet til at forarbejde de utallige handlinger og oplevelser, som hvert sekund er

nødvendige i vort normale, vågne og udadvendte hverdagsliv. Fritaget for denne arbejdsbyrde slår systemet periodisk over i indadvendte tilstande, som afspænding, adspredelse, vegeteren, søvn og drømme, som trods deres tilsyneladende passive karakter har en aktivt selvreparerende funktion. De positive virkninger af disse tilstande kan forstærkes ved ikke-rationalistiske former for bevidsthedstræning fx metodisk og guidet afspændning, kreativ fantasien, aktiv imagination, psykoanalytisk association, meditation og andre teknikker, som alle har helbredende virkninger på et sind, der presser den rationelle arbejdsomhed til stressgrænsen.

I de indadvendte bevidsthedstilstande har systemet mulighed for at trække sig tilbage fra omverdenens pres og med et systemteoretisk udtryk blive selvrefererende. Jeg ser her en parallel til den tyske kybernetik- og systemteoretiker Niklas Luhmanns betragtninger over komplekse sociale systemer, der i vanskelige situationer kan gøre sig ustabile for at genvinde stabilitet på mere abstrakte niveauer (Thyssen 1992 s. 22). Når det selvrefererende system begynder at anvende sine egenskaber på sig selv og ikke blot retter dem udad, giver det ifølge Luhmann en række fordele. Det kan kontrollere mere komplicerede forhold og præstationer, det kan »lære at lære«, det kan på grund af sin abstraktionsevne forny sig uden at sætte sin identitet over styr, det kan forberede sig på skiftende situationer og foretage indre prøve-handlinger, som ikke får direkte ydre konsekvenser (Thyssen 1992 s. 24).

Drømmene repræsenterer en ekstremt indadvendt tilstand, hvor det motoriske system, den ydre perception, og hjernens eksekutive evne stort set er koblet fra, så der er et meget stort overskud til selvreference, hvor systemet kan anvende sine egenskaber på sig selv. I og med at de ikke huskede drømme har positiv betydning for hukommelse, indlæring, stresshåndtering og følelsesafbalancering og ud fra den konklusion, at drømme har kreative potentialer og sætter fokus på vigtige livstemaer, er det rimeligt at antage, at selvreferencen indgår i en overordnet psykisk og fysisk selvregulering.

I drømmetilstanden er der kapacitetsoverskud til at bearbejde højere niveau-strukturer, omorganisere og sortere hukommelsesindhold og til at sammenholde de mange livsaspekter, som både vor hektiske hverdag og drømmeteorierne har skilt fra hinanden. I drømmene holder overordnede programmer i psyken os fast på det væsentlige i livet, som så ofte forsvinder i det vågne livs stress og jag. Vigtige følelsesmæssige anliggender samordnes med tidligere erfaringer (Freud, psykoanalyse, objektrelationsteori), forbinder dem med nutiden (Hall m.fl.) og vurderer deres betydning for fremtiden (Jung, Adler, problemløsnings- og modelsimuleringshypoteser).

På grund af afkoblingen af det eksekutive system bliver drømmene et trygt sted, hvor handlinger kan afprøves uden at få farlige konsekvenser – en hypotese, som også Hartmann (1998) har foreslået.

Teorien kan ses som en videreudvikling af en hypotese fremsat af Evans og Newman (1964). Om dagen er vi »online« og har travlt med at håndtere

den ydre verdens udfordringer. I drømmetilstanden går vi »offline« og har overskud til at ordne og sortere indkomne data.

Jeg følger Hobson og McCarleys aktivationssynteseteori (se ovenfor) så vidt, at hjernen i drømmetilstanden anvender sit aktivitetsoverskud. I modsætning til Hobson og McCarleys opfatter jeg imidlertid ikke drømmene som tilfældige, men som meningsfuld information, der indgår i en selvregulerende virksomhed. Med computerens stigende indflydelse på vores oplevelsesverden foreslår flere drømmeforskere, at drømmene kan ses som modelsimuleringer i en virtuel indre psykisk verden (Revonsuo 2000, McNamara 2005).

Drømme og neurale netværk

Både mange filosoffer og den moderne forskning i kunstig intelligens antager, at vores almene hverdagsviden om menneskene og verden indlæres gennem erfaring med så forskelligartede oplevelser, at det ikke er muligt på forhånd at opstille lister over alle tænkelige hændelser og kombinere dem ud fra logiske regler. Evnen til gennem praksislæring at håndtere psykisk og fysisk kompleksitet er sammenfattende beskrevet som intuitiv ekspertise og praktisk intelligens af blandt andre Dreyfus og Dreyfus (1991). Fra et informationsteoretisk synspunkt opbygges livet igennem et antal af fleksible skemaer eller programmer for, hvordan verden er beskaffen i forskellige situationer, og et tilsvarende sæt manuskripter for adfærd og handling. Herved syntetiseres et væld af informationer i et såkaldt neuralt netværk, som arbejder parallelt og simultant. Principperne for neurale netværk er grundlæggende beskrevet i David Rumelhart og James McClellands tobindsværk »Parallel Distributed Processing« (1986) med P. Smolensky som en vigtig bidragsyder. Som jeg har beskrevet i »Ubevidst Intelligens«, kan teorierne om neurale netværk beriges med en psykologisk niveauteori om personlighedssystemers større eller mindre styringskapacitet (Vedfelt 2002 s. 250 ff).

Et neuralt netværks informationsform har mange fælles træk med drømmen. Det fungerer ikke efter generelle logiske regler, men ved mønstergenkendelse. Det kan bearbejde store informationsenheder, der ikke kan reduceres til enkelte dele (Rumelhart 1986), ligesom drømmenes mening ikke kan reduceres til simple formler.

Skemaerne i det neurale netværk legemliggør »prototyper af mening«, som ligger bag vores opfattelse af verden. De er en slags teorier om, hvordan verden er. I hukommelsen er skemaerne fx kædet sammen med eksemplificerende typiske situationer og oplevelser (Smolensky 1986, s. 210) – ligesom i drømmene.

I et parallelt netværk indarbejdes indkommende information i skemaer for generaliserede oplevelses- og adfærdsmønstre, mens mere trivielle erin-

dringer sorteres fra (McClelland & Rumelhart vol. 1. s. 39). Det svarer til, at drømmene samordner dagens begivenheder med mere generelle livserfaringer.

»Den indre struktur af et skema svarer på mange måder til manuskriptet til et skuespil«, skriver Rumelhart. »Akkurat ligesom et skuespil har personer, der kan spilles af forskellige skuespillere på forskellige tidspunkter, uden at man ændrer på skuespillets essentielle natur, således har også et skema *variabler*, som kan associeres med forskellige aspekter af omgivelserne ved vekslende aktiveringer i skemaet« (Rumelhart 1980 s. 35). Dette svarer til drømmenes narrative form og til teorierne om, at de skiftende drømme personer er varianter af indre objektrelationsmønstre eller delpersonligheder.

Neurale netværk er kontekstfølsomme og rummer kompleks information, som bedst indlæres i praksis. Til sammenligning lægger de terapeutiske skoler i stigende grad vægt på forståelse af drømmene i kontekst, og de har siden Freud lagt insisteret på drømmetolkningens kunst skal læres i praksis gennem selvoplevelse og supervision.

Indenfor kybernetikken kalder man det fænomen, at forskeren indvirker på det objekt der undersøges for 2.ordens kybernetik. I de psykoanalytiske skoler kaldes det overføring.

Associationer og netværksenergetik

Det neurale netværk er et associativt netværk, hvor små informationsenheder er forbundet i sammenhængende mønstre. Styrken eller svagheden (intensiteten, energiladningen) i associationerne mellem netværkets elementer afgør, hvilke informationsmønstre der aktiveres (Smolensky, 1986 s. 210).

I menneskets psyke er associationernes relative styrke tilstandsafhængig. De er forskellige i fx vågentilstand og drøm, ved fri association, meditation, kreativitet osv. Om dagen aktiveres mønstre, der udløser oplevelser og adfærd, som tilpasser individet til den vågne virkelighed. Om natten afprøves andre associative mønstre i et risikofrit rum.

Et neuralt netværk opstiller den indre model, der med størst sandsynlighed matcher en given situation (Smolensky 1986, s. 210) I drømme samler en symbolsk historie, de associative tråde i et mønster, der mest sandsynligt matcher vigtige temaer i personens liv.

Associationerne er forbundet i et supramodalt rum. Forbindelserne omfatter alle oplevelsesmodaliteter: tanker, følelser, indre billeder, kropslige ytringer og omverdensoplevelser af enhver art. Resultatet af drømmearbejde med associationer er afhængigt af følelsesladningen i drømmeelementerne og af de proceskanaler (oplevelsesmodaliteter) der aktiveres.

Det neurale netværk styres ikke af, hvad der sandt og falsk, men af de mønstre, der er indkodet med størst intensitet (Smolensky 1986). Tilsvarende er der ingen sande eller falske associationer til drømme, men associa-

tioner med større eller mindre energiladning, og dermed større eller mindre sandsynlighed for at blive aktiveret i en given kontekst.

Fortætningerne i drømme er knudepunkter i informationsnetværket med særlig stor energiladning. De forbinder de associerede betydninger til symbolerne intelligent og meningsfuldt. Hvis fx et kirketårn og en penis associeres til hinanden (for at referere til en berømt strid mellem Freud og Jung), er det afgørende ikke, om det ene symboliserer det andet, men at drømmen påpeger, at de to fænomener hænger sammen i drømmerens ubevidste psyke med en bestemt intensitet.

Intensiteterne i det associative netværk kan først afgøres, når man forholder sig til drømmen i en kreativ proces, hvor associationer bliver til bisociationer og en ny meningsfuldhed opstår. Denne kreativitet kaldes i kybernetikken for emergens.

Diskussion

Drømmetolkning har i den offentlige mening ofte været betragtet som en form for overtro, og selve idéen om ubevidste psykiske instanser, der styrer vort vågne liv, har syntes at krænke sund fornuft og rationel tænkning. I modsætning hertil har jeg i det foregående vist, hvordan drømmeforskningen ligesom andre videnskabsgrene har været præget af seriøse faglige diskussioner, som har ført til forfinelse af undersøgelsesredskaberne og udvikling af ny viden. Det synes imidlertid at være en cementeret del af den kulturelle forforståelse, at drømme ikke giver mening. Både den almene offentlighed, mange naturvidenskabeligt orienterede forskere samt de fleste psykologiske lærebøger er uvidende om udviklingen inden for drømmeforskningen.

Hvis afvisningen af drømme som meningsfulde psykiske ytringer søges begrundet, sker det ofte med henvisning til forfattere, hvis kritik er blevet tilbagevist af stort set alle seriøse drømmeforskere med psykologisk indsigt i drømmenes væsen. Jeg skal her forholde mig til de tre mest kendte og hyppigst citerede kritikere og deres argumentation:

Hobson (og McCarleys) teori om, at drømme er tilfældigt genereret hjerne-støj uden mening, har jeg allerede taget stilling til. Den bygger på den nu tilbageviste hypotese, at drømme udelukkende styres af impulser fra den primitive hjernestamme (se ovenfor).

En computerbaseret teori, som har haft megen indflydelse, er Cricks Michisons »fejlsløsningshypotese«, der opfatter drømmene som en slags psykisk skrald. Crick og Michison mener, at vi får så megen information ind om dagen, at hukommelsen ville blive overbelastet, hvis ikke hjernen med jævne mellemrum rensede ud i systemet og slettede overflødige hukommelsesspor. Cricks og Michisons teori bygger på den hypotese, at drømmene ikke har langtidshukommelse. Dette er, som den psykologiske drømmeforskning siden Freud har vist, forkert. Karakteristisk for både Cricks og

Michison er, at de ikke overhovedet gør forsøg på at tolke drømme ud fra hermeneutiske principper, og at de derfor principielt ikke kan udtale sig om drømmenes *mening* uden at begå kategorifejl.

En sidste prominent og meget citeret kritiker, som bør nævnes, er den amerikanske filosofiprofessor Adolf Grünbaum. Freud havde argumenteret, at tolkninger kan revideres i løbet af den analytiske proces og erstattes af noget rigtigere, hvis man arbejder med overføringen og støtter patientens selvforståelse ved hjælp af psykoanalytiske forklaringer »som stemmer overens med virkeligheden i ham« (Freud 1916-17/1960 Da. udg. s. 361) Citatet i gåseøjne er i engelsk oversættelse »tally with what is real in him«, og Grünbaum kalder det Freuds »Tally Argument«. Grünbaum afviser Freuds forslag om revision af drømmetolkningerne med den begrundelse, at det er suggestion (Grünbaum 1984 s. 166). Grünbaum har ret i, at den terapeutiske situation åbner mulighed for suggestion. Så vidt er kritikken relevant nok og kan ramme alle drømmetolkere. Men vi kan i forlængelse af min forudgående argumentation mere konstruktivt forstå arbejdet med overføringen som en bevidsthedstræning og 2. ordens kybernetik, der åbner mulighed for at bringe drømmeren bag om forforståelser, der blokerer for værdifulde selvindsigter. En revurdering af en tolkning, når drømmer og drømmetolker har tilvejebragt mere kontekst, synes jeg, kan være en god kvalitetssikring. Som beskrevet var det netop en udvidet forståelse af konteksten, der gjorde det muligt at se mange nye facetter af Freuds Irmadrøm.

En anden vigtig Grünbaumpointe omkring Tally argumentet er, at Freud mente, man kunne afgøre om en tolkning (og den bagvedliggende teori) var sand eller falsk ud fra en eventuel terapeutisk succes eller fiasko (Grünbaum 1984 s. 140). Grünbaum har ret for så vidt mange andre faktorer end drømmetolkning kan spille ind i den terapeutiske proces. Hans argumentationen rammer den naturvidenskabelige Freud, og sikkert også mange andre drømmetolkere. Men som jeg har argumenteret, findes der ikke sande eller falske drømmetydninger, men kun tolkninger som er mere eller mindre valide. Hvis en tolkning er valid, efter de kriterier jeg har nævnt, er det interessant og relevant, om den kan bruges til noget. (Jf. Gadamers krav om anvendelighed). Og her kan den terapeutiske litteratur fremvise talrige kompetent argumenterede beskrivelser af, at drømmearbejde har bidraget til terapeutiske fremskridt.

Konklusion

Jeg har i denne artikel gennemgået de vigtigste psykologiske, psykoterapeutiske og naturvidenskabelige drømmeskoler og deres videnskabsteoretiske baggrund, og påvist, hvordan denne viden er blevet anvendt i psykoterapi, psykologi, almen menneskeforståelse, neurofysiologi, sociologi og filosofi. Naturvidenskabelig forskning viste, at drømme generelt og uden bevidst be-

arbejdning styrker hukommelse, indlæring, kreativitet og emotionel balance. Med udgangspunkt i blandt andet Gadamer's hermeneutik, klassificerede jeg de vigtigste drømmeskoler efter deres erkendelsesinteresser og anerkendte deres specifikke bidrag til den kumulative viden om drømme. Det fremgik heraf, at drømme giver mening i afgrænsede velbeskrevne kontekster og ved teoribaserede tolkninger, som er kompletable, og at drømme og viden om dem kan gøre nytte. Drømmene blev herefter bestemt som mangetydige, idet de synes at referere til en lagdelt psyke og kan fortolkes på forskellige niveauer.

Efter dette beskrev jeg aspekter af den terapeutiske drømmeforskning (fri association, imagination, overføringsarbejde, oplevelsesterapier m.m.) som rakte ud over de intellektuelle hermeneutiske systemers forståelsesrammer, og jeg foreslog at beskrive disse aspekter ud fra en teori om (ændrede) bevidsthedstilstande. I det følgende fremdrog jeg en række egenskaber ved drømmene, som jeg mener kan udledes af den foreliggende viden: Drømme handler om vigtige livstemaer, de er kreative og har en narrativ struktur, rummer fortættede kreative synteser og er interaktive på et højt organisationsniveau i personligheden. Sluttelig foreslog jeg en cybernetisk teori for drømme, som er integreret i en personlighedsmodel, hvor bevidstheden og det ubevidste samarbejder i et mangelaget, hyperkomplekst system, der bearbejder information i forskellige modaliteter og varierende tilstande samt på forskellige styringsniveauer. I en sådan teori må drømme forstås i mange dimensioner.

Jeg stillede i artiklens indledning spørgsmålet, om det er muligt at påvise en kumulativ viden om drømme, som er videnskabsteoretiske funderet, og som gør interessen for drømme praktisk anvendelig. Dette spørgsmål, mener jeg, kan besvares med et ja.

LITTERATUR

- ADLER, ALFRED (1936): *On the interpretation of dreams*. International journal of Individual Psychology 2, s.13-16, s. 225.
- ALLISON, T. & VAN TWYVER, H. (1974): *The Sleep and Dreams of Animals*, s. 342-355.
- AMMAN, A.N. (1978): *Aktive Imagination*. Walter Verrlag. Tyskland
- ANDRADE DE AZVEDO, ANA MARIA (2000): *Substantive unconscious and adjective unconscious: the contribution of Wilfred Bion* IN *Journal of analytical psychology Vol. 48*, s. 75-91. Blackwell. London.
- ANDKJÆR OLSEN, OLE (2002): *Psykodynamisk Leksikon*. Gyldendal, Kbh.
- ANDKJÆR OLSEN, OLE & KØPPE, SIMO (1981): *Freuds psykoanalyse*. Gyldendal, København.
- ANDKJÆR OLSEN, OLE & VEDFELT, OLE (2002): *Drømme i Psykodynamisk Leksikon*, s. 182-188. Gyldendal, Kbh.
- ANGUS, L.E. & HARDTKE, K. (1994): *Narrative Processes in Psychotherapy*. *Canadian Psychology* 35, s. 190-203.

- BARG J.A., CHARTRAND T.L. (1999): *The unbearable automaticity of being*. American Psychologist, 54 s. 464-479. N.Y.
- BARRETT, DEIRDRE, ED. (1996): *Trauma and Dreams*. Harvard Univ. Press, US.
- BARRETT, DEIRDRE (2001): *The Committee of Sleep*. Crown Publishers, NY.
- BARRETT, DEIRDRE (2004): *The »Royal Road« Becomes a Shrewd Shortcut*. IN: Rosner, R., Lyddon, W. et al. s. 113-123.
- BEEBE, JOHN (2004): Can there be a science of the symbolic? IN: *Journal of Analytical Psychology*, 49(2). April 2004, s. 177-191.
- BECK, A. (1971/2004): *Cognitive Patterns in Dreams and Daydreams* IN: Rosner, R., Lyddon, W. et al. s. 27-32.
- BOADELLA, DAVID (1993): *Livskilder*. Borgen, Kbh. Eng. udg.: *Lifestreams*, 1987.
- BOSS, MEDARD (1974a): *The Dreamer Lives in a Real World* i Woods, R., Greenhouse, H.
- BOSS, MEDARD (1977a): *I dreamt last night*. Gardner Press Inc., USA.
- BRAUN, A. BALKIN, T. et al.: (1997): Regional Cerebral Blood Flow Throughout the Sleep-Wake Cycle. *Brain*, 120, s. 1173-1197.
- BRENNER, CHARLES (1974): *An Elementary Textbook of Psychoanalysis*. Int. Univ. Press NY.
- BULKELEY, KELLY (1994): *Wilderness of Dreams*. State University of N.Y. Press. N.Y.
- BULKELEY, KELLY (2002): Dream Content and Political Ideology. IN: *Dreaming*, Vol. 11, No. 6, s. 21-23 og Vol. 12, No. 2, s. 61-77. Kluwer Academic US.
- CARTER, RITA (1998): *Tænkeboksen*. Gyldendal, Kbh.
- CARTWRIGHT, ROSALIND (1977): *Night Life*. Prentice – Hall Inc. New Jersey.
- CAVALLERO, C. (1987): Dream Sources: Association mechanisms, and temporal dimension. *Sleep*, 10, 78-83.
- CAPOZZI, P. & DE MASI, M. (2001): The meaning of dreams in psychotic States. IN *Journal of international psychoanalysis*, 83, I, 161-177.
- DEMENT, W. & WOLPERT E. (1958): The relation of eye movements, body motility, and external stimuli to dream content. *J. Exp. Psych.* Vol. 55, s. 543.
- DELAY, JEAN CHRISTIAN (1992): Det ubevidste I psykoanalysen. IN *Psyke & Logos*, nr. 1, 1992, s. 73-86.
- DIXON, NORMAN F. (1983): The conscious-unconscious interface. *Archiv für Psychologie*, 1983. Vol. 135, No. 1, s. 55-66. London.
- DOMHOFF, G. WILLIAM (2002): *The Scientific study of dreams*. American Psychological Association Washington, DC.
- DREYFUS, H. & DREYFUS s. (1991): *Intuitiv ekspertise*. (Eng. Udg. Mind over Machine 1986), Munksgaard, Kbh.
- ECO, UMBERTO (1976): *A Theory of Semiotics*. Indiana Univ. Press, US.
- EDELSON, M. (1986) »The evidential value of the psychoanalyst's clinical data« IN: Behavioral and Brain Sciences 1986 9, s. 232.
- EGGER-BINIORES, DEBORAH (2007): The Alchemy of Training. IN *The Journal of Analytical Psychology*, Vol. 52, No. 2, s. 143-56.
- ELLENBERGER, HENRY F.: 1970): *The Discovery of the Unconscious*. Harper and Row, NY.
- ELLENBOGEN J.M., PAYNE J.D., STICKGOLD R.. (2006a): The role of sleep in declarative memory consolidation: passive, permissive, active or none? *Curr Opin Neurobiol.* 2006 Dec;16(6):716-22
- ELLENBOGEN JM, HULBERT JC, STICKGOLD R, DINGES DF, THOMPSON-SCHILL SL. (2006b): Interfering with theories of sleep and memory: sleep, declarative memory, and associative interference. *Curr Biol.* 2006 Aug 8;16(15):R596-7.
- ERIKSON, ERIK H. (1954): The Dream Specimen of Psychoanalysis. *J. Am. Psychoanal. Ass.* Vol. 2, s. 5-56. N.Y.

- ERIKSON, HÅKAN (2003): *Neuropsykologi*. Hans Reitzel, Kbh.
- EVANS, C. & NEWMAN, E.A. (1964): Dreaming: An analogy from Computers. *New Scientist*, no. 419, 577-579.
- EYSENCK, H. J. (1986) *Failure of Treatment – failure of Theory*. IN: Behavioral and Brain Sciences 1986 9, s. 232-234.
- FABER, P.A. ET AL. (1983): Induced waking fantasy. Its effects upon the archetypal content of nocturnal dreams. IN *J. Analyt. Psych.*, s.141-164. *Academic Press*, London.
- FEDYSZYN, ISABELLA E. & CONDUIT, RUSSELL (2007): Tone Induction of Ocular Activity and Dream Imagery from Stage 2 Sleep. IN *Dreaming*, Vol. 17, No. 1, side 35-47, marts 2007.
- FISHER, CHARLES (1960): Introduction to Pözl. *Psychological Issues*, Vol. II, No. 3, s. 1-40.
- FISHER, s. & GREENBERG, R. P. (1996): *Freud scientifically reappraised. Testing the Theories and Therapy*. John Wiley & Sons. N.Y.
- FLANDERS, SARA (1998): *The Dream Discourse to-day*. Routledge, London.
- FOSSE MJ, FOSSE R, HOBSON JA. et al. (2003): Dreaming and episodic memory: a functional dissociation? *Cogn Neurosci*. 2003 Jan 1;15(1):1-9.
- FOULKES, DAVID (1974a): *You think all night long*. Woods R., Greenhouse, H., s. 298-319, NY.
- FOULKES, DAVID (1978): *A Grammar of Dreams*. The Harvester Press, US.
- FOULKES, DAVID (1996a): Dream research: 1953-1993. *Sleep*, 19. 609-624.
- FRENCH, T. & FROMM, E. (1964): *Dream Interpretation a New Approach*. Basic Books, NY.
- FREUD, S. (1900/1960): *Die Traumdeutung. Über den Traum*. Gesammelte Werke Fischer Verlag. Frankfurt am Mein. Da. udg. *Drømmetydning I og II*, overs. Mogens Boisen. 1960. Hans Reitzel. København.
- FREUD, S. (1916-17/1960): Introductory Lecture on Psychoanalysis (1917). IN *The Standard Edition of the Complete Works of Sigmund Freud*. Vol. 16. Da. udg. *Psykoanalyse* overs. Mogens Boisen 1960. Hans Reitzel, København.
- FREUD, S. (1923C): Remarks on the Theory and Practice of Dream Interpretation. IN *The Standard Edition of the Complete Works of Sigmund Freud*. Vol. XIX.
- FREUD, S. (1933): New introductory lectures on psycho-analysis. Lecture XXXIX: Revision of the Theory of Dreams. IN *Standard Edition of the Complete Psychological works of Freud* Vol. 22.
- FREUD, S. (1933A [1932]): Dreams and Occultism, s. 7-30. IN *New Introductory Lectures on Psychoanalysis*, S.E. Vol. XXII. Da. Udg. *Psykoanalyse. Nye forelæsninger*, s. 28-49. 1973. Reitzel, Kbh.
- FREYH-ROHN, LILIANE (1974): *From Freud to Jung*. Putnams Sons, NY.
- FROMM, ERICH (1967): *Det glemte sprog*. Hans Reitzel, Kbh. Eng. udg. *The forgotten language*, 1961.
- GADAMER, HANS GEORG (1975, 2006): *Truth and Method*. Seabury Press, NY.
- GENDLIN, EUGENE T. (1986): *Let Your Body Interpret Your Dreams*. Chiron Publ., Illinois.
- GERMAINE, A. et al.: (2003): Psychophysiological Reactivity and Coping Styles Influence: the Effects on Acute Stress Exposure on Rapid Eye Movement Sleep. *Psychomatic Medicine*, 65, s. 857-864, i *Forskningsnyt*, august 2004.
- GIEGERICH, WOLFGANG (2004): The End of Meaning and the Birth of Man: An Essay about the State Reached in the History of Consciousness and an Analysis of C.G. Jung's Psychology Project. IN *Journal of Jungian Theory and Practice*, Vol. VI, No. 1, 2004. C.G. Jung-Institute of New York. N.Y.

- GONÇALVES, Ó. & BARBOSA, J. (2004): *From Reactive to Proactive Dreaming* i Rosner, R., Lyddon, W. et alii (2004): *Cognitive Therapy and Dreams*, s. 125-136. Springer Publishing Co.
- GREENBERG, R. & PEARLMAN, C. (1993): *An Integrated Approach to Dream Theory* i Moffitt, M., Kramer, M., et al.
- GRÜNBAUM, ADOLF (1984): *The foundation of Psychoanalysis: A Philosophical Critique*. San Fransisco The University of California Press.
- GRÜNBAUM, ADOLF: (1986) *Précis of The foundations of Psychoanalysis: A Philosophical critique*. IN: *Behavioral and Brain Sciences* 1986 9, s. 217-228.
- HABERMAS, JÜRGEN (1972): *Knowledge and Human Interest*. Polity Press.
- HALL, C. (1947): Diagnosing personality by the analysis of dreams. IN: *J. Abnormal and Social Psychology* 42, s. 68-79, US.
- HALL, C. (1953): *The Meaning of Dreams*. McCraw Hill. N.Y. Da. Udg. 1966.
- HALL, C. (1953a): A cognitive theory of dream symbolism. IN: *J. General Psychology* Vol. 48, s. 169-186, US.
- HALL, C. & DOMHOFF, B. (1963): Aggressions in dreams. IN: *Int. J. Psychiatry* Vol. 9, s. 259-267, US.
- HALL, C. & DOMHOFF, B. (1963a): A ubiquitous sex difference in dreams. IN: *J Abnormal Social Psychology* nr. 62, s. 278-280, USA.
- HALL, C. & DOMHOFF, B. (1964): Friendliness in dreams. IN: *J. Social Psychology*. Vol.62, side 309-314, USA.
- HALL, C. & VAN DE CASTLE, R. (1965): An Empirical Investigation of the CastrationComplex in Dreams. IN: *J. Personality*, Vol. 33, s. 20-29, US.
- HALL, C. & VAN DE CASTLE, R. (1966): *The content analysis of dreams*. Appleton Century Drafts, NY.
- HALL, C. & DOMHOFF, B. (1968): The dreams of Freud and Jung. IN: *Psychology Today*. Juni.
- HALL, C. (1969): A modest confirmation of Freud's theory of the distinction between the superego of men and women. IN: *J. Abnormal and Social Psychology* Vol. 69, nr. 4 s. 440-442. USA.
- HALL, C. & NORDBY, V. (1972): *The individual and his dreams*. New American Library, US.
- HALL, C. & DOMHOFF, B. (1974): The Difference between Men and Women Dreamers. IN: *Woods, R. & Greenhouse, H.*, s. 13-21.
- HALL, C. (1976): *C.G. Jungs psykologi*. Hans Reitzel, Kbh.
- HALL, C. (1978): *Freuds Psykologi*. Hans Reitzel, Kbh.
- HALL, JAMES A. (1977): *Clinical Uses of Dreams*. Grune and Stratton. NY, London.
- HARTMANN, E. (1973): *The functions of sleep*. Yale Univ. Press, New Haven.
- HARTMANN, E. (1998): *Dreams and Nightmare*: Plenum, NewYork.
- HILLMAN, JAMES (1979): *The Dream and the Underworld*. Harper and Row, NY.
- HOBSON, J.A. & MCCARLEY, R.W. (1977): The brain as a dream state generator: An activation-synthesis hypothesis of the dream process. *American Journal of Psychiatry*, 134, 1335-1348.
- HOBSON, J.A., STICKGOLD, R. et al. (1998): The neuropsychology of REM sleep and dreaming. *NeuroReport* 9, 3, R1-R14.
- HORNE, MICHAEL (2007): There is no »truth« outside a context: implications for the teachings of analytical psychology in the 21st century. IN: *Journal of Analytical Psychology* 2007, vol. 52, No. 2, s. 127-142.
- HUNT, HARRY T. (1991): *Dreams as Literature*. Dreaming. Vol. 1, No. 3, s. 235-242. Kluwer, US.
- JONES, ERNEST: (1984): *The Life and Works of Sigmund Freud*. Basic Books, NY.
- JONES, RICHARD M. (1962): *Egosynthesis in dreams*. Schenkman. Cambridge, Mass.

- JUNG, C.G. (1917/1926/1943): *Über die Psychologie des Unbewussten*. G.W. VII. Da.udg. *Det ubevidste*. 1985. Gyldendal, Kbh.
- JUNG, C.G. (1928): *Die Beziehungen zwischen dem Ich und dem Unbewussten*. G.W. VII. Da. udg. *Jeg'et og det ubevidste*. 1985. Gyldendal, Kbh.
- JUNG, C.G. (1928/1965): Allgemeine Gesichtspunkte zur Psychologie des Traumes. G.W. VIII Da. udg. *Generelle synspunkter om drømmens psykologi*. IN *Den psykiske energetik og drømmenes væsen*, s. 95-146. 1969. Gyldendal, Kbh.
- JUNG, C.G. (1928-30/1984): *Seminar on dream analysis*. Princeton Univ. Press, US.
- JUNG, C.G. (1930-1934): *The Vision Seminars I og II*. Spring Publications, Zürich 1976.
- JUNG, C.G. (1934/1947): *Die praktische Verwendbarkeit der Traumanalyse*. G.W. Vol. XVI. Da. udg. 1971: *Drømmeanalysens praktiske anvendelighed*. IN: *Sjælens Virkelighed*. Gyldendal, Kbh.
- JUNG, C.G. (1935/1954): *Über die Archetypen des kollektiven Unbewussten*. G.W. vol. IX.
- JUNG, C.G. (1938-39): *Kinderträume I og II*. Eidgenössische Technische Hochschule. Zürich.
- JUNG, C.G. (1945/1965): *Vom Wesen des Traumes*. G.W. VIII Da. udg. Om Drømme-
menes væsen. IN: *Den psykiske energetik og drømmenes væsen*, s. 147-166. 1969. Gyldendal, Kbh.
- JUNG, C.G. (1961): *Erinnerungen, Träume und Gedanken*. Walter Verlag, Olten. Da. Udg. *Erindringer, drømme, tanker*. 1984. Kbh.
- JUNG, C.G. (1964): *Man and His Symbols*. Aldus Books, London.
- JØRGENSEN, PER SCHULTZ (1989): Om kvalitative analyser – og deres gyldighed. (On qualitative analysis and the question of validity.): IN: *Nordisk Psykologi, 1989, 41 (1)*, 25-41. København: Socialforskningsinstituttet.
- KAHN, D.; COMBS, A., KRIPPNER, S. (2002): Dreaming as a Function of Chaos-Like Stochastic Processes in the Self-Organizing Brain. *Nonlinear-Dynamics, -Psychology,-and-Life-Sciences*. Vol 6(4): Oct 2002, 311-322. US.
- KAHN, DAVID & HOBSON, ALAN (2003): Dreaming and Hypnosis as altered states of the dream mind. IN: *Sleep and Hypnosis. 5 (2), 2003*, s. 58-71.
- KAHN, DAVID; HOBSON, ALLAN (2005): State-dependent thinking: A comparison of waking and dreaming thought. *Consciousness-and-Cognition: An-International-Journal*. Vol 14(3): Sep 2005, 429-438.
- KARLSSON, GUNNAR (2004): *Psykoanalysen i ny belysning*. Brutus Östlings Bog-förlag.
- KELLY, TOM (2007): The making of an analyst: from »ideal« to »good-enough. IN *The Journal of Analytical psychology Vol. 52 no. 2 s. 127-42*.
- KERNBERG, OTTO F. (1981): *Borderline Conditions and Pathological Narcissism*. Jason Aronson s. 25-34. NY.
- KHAN, M. & MASUD R. (1962): *Dream Psychology and the Evolution of the Psycho-analytic-Situation*. Int. J. Psychoan. Vol. 43, s. 21-31. London.
- KILROE, PATRICIA A. (2000): *The Dream as Text, The Dream as Narrative*. Dreaming, Vol. 10, No. 3, s. 125-138. Kluwer, US.
- KLAUSEN, SØREN HARNOW (1997): Gadamer. IN *Den store Danske Encyclopædi, vol 7* Gyldendal. København.
- KLUGER, H.Y. (1955): Archetypal dreams and »everyday« dreams. IN: *Israel's Annals of Psychiatry and Related Disciplines, Vol. 13, s. 6-47*. Haifa.
- KOESTLER, ARTHUR (1964): *The Act of Creation*. Hutskinson & Co., London.
- KOTSCH, WILLIAM (2000): Jungs mediatory science as a psychology beyond objectivism. IN *Journal of analytical psychology Vol. 45 s. 217-44*.
- KRAKOW, BARRY (2004): *Imagery Rehearsal Therapy for Chronic Posttraumatic Nightmares*. Rosner, R., Lyddon, W. et al. s. 89-109.

- KRAMER, MILTON (1993b): *The selective mood regulatory function of dreaming: an update and revision*. Moffitt, M. Kramer, M. & Hoffmann, R.
- KRAMER, MILTON (2000): Does Dream Interpretation Have Any Limits? An Evaluation of Interpretations of the Dream of Irma's Injection. IN: *Dreaming, Vol. 10, No. 3, s. 161-168*. Kluwer, US.
- KRIS, ERNEST (1962): *On Preconscious Mental Processes*, i Psychoanalytic Explorations in Art. International Univ. Press 1962, s. 303-318.
- LABERGE, s. et al. (1986): Lucid Dreaming: Physiological Correlates of consciousness during REM-sleep. *Journal of Mind and Behaviour s. 251-258*.
- LANGS, ROBERT I. (1987): Manifest Dreams in Adolescents. IN *J. Nerv. and Mental Disease. Vol. 145, No. 1, side 43-52*. USA.
- LAPLANCHE & PONTALIS (1973, 2006): *The Language of Psychoanalysis*. Karnac Books, London.
- LESCHE, CARL & MADSEN, ELLEN STJERNHOLM (1976): *Psykoanalysens Videnskabsteori*. Munksgaard, Kbh.
- LEWICKI P., HILL T. et al. (1992): Nonconscious acquisition of information. *American psychologist, 47, 796-801*.
- LEWIN I., GLAUBMAN, H. (1975): The effect of REM deprivation. Is it detrimental, beneficial, or neutral? *Psychophysiology 12, s. 349-353*.
- LOWE, WALTER JAMES (1977): On using Heidegger. IN: *Scott, C.: s. 36-57*.
- MANICA, M. (2002): Wittgenstein's personality and his relation with Freud's thought. IN *Journal of international psychoanalysis, 83, I, 161-177*.
- MAROZZA, MARIA ILENA (2005): When does a dream begin to »have meaning«. Linguistic constraints and significant moments in the construction of the meaning of a dream. *Journal of Analytical psychology Vol. 50, 693-705*.
- MASSIMO GIANNINO (2003): Psychoanalysis and Empirical Research. IN *Journal of analytical psychology Vol. 48 s. 643*.
- MATTOON, MARY ANN (1978): *Applied Dream Analysis*. John Wiley and Sons, London.
- MAY, R., YALOM, I. (1995): *Existential Psychotherapy*. IN: Corsini, R., Wedding, D.: *Current Psychotherapies, s. 252-292*. US.
- MCCARLEY, ROBERT & HOBSON, ALLAN (1979): The Form of Dreams and the Biology of Sleep. *Volman, Benjamin (Ed.): Handbook of Dreams*. Van Nostrand, N.Y.
- MCCLELLAND, J.L., RUMELHART, D.E. et al. (1986, 1989): The Appeal of Parallel Distributed Processing. IN *McClelland, J.L., & Rumelhart, D.; Parallel Distributed Processing II, Part I. The MIT Press, US*.
- MCNAMARA, PATRICK (2000): Counterfactual Thought in Dreams. *Dreaming, Vol. 10, No. 4, s. 237-246*. Kluwer Academic US.
- MCNAMARA, P., MCLAREN, D. et al. (2005): »Jekyll and Hyde« within: aggressive versus friendly interactions in REM and non-REM dreams. *Psychol Sci. 2005 Feb;16(2):130-6*.
- MEIER, B. (1993): *Speech and Thinking in Dream*. C. Cavallero & Foulkes, D. (ed.): *Dreaming as Cognition, s. 58-76*. Harvester Wheatsheaf, London.
- MELTZER, DONALD (1983): *Dream – Life – A Re-examination of the Psycho-analytical Theory and Technique*. Cluney Press.
- MEYER, C.A. (1972): *Die Bedeutung des Traumes*. Walter Verlag Olten.
- MINDELL, ARNOLD (1984): *Dreambody*. Routledge and Kegan Paul, London.
- MITTELMANN, BELA (1949): Egofunctions and Dreams. IN *Psa Quarterly, bd. 18, s. 434-447*.
- NAGY, M. (1991): *Philosophical Issues in the Psychology of C.G. Jung*. N.Y.
- NEUMANN, ERICH (1963): *The Great Mother*. Princeton Univ. Press, USA.
- NEUMANN, ERICH (1973): *The Child*. Putnams Sons, NY.

- NIELSEN, THOMAS (1991): Drømmesøvn I biologisk belysning ... *Psyke & Logos*, nr. 1, s. 78-124.
- NIELSEN, T.A. et al. (1991): Emotions in dream and waking event reports. *Dreaming*, Vol. 1, No. 4, s. 287-300. Kluwer Academic US.
- NIELSEN, T. A. et al. (2003): The typical dreams of Canadian University Students. IN: *Dreaming*, Vol. 13, No. 4, s. 211-236.
- NIELSEN, T.A. et al. (2004): Immediate and delayed incorporations of events into dreams *Journal of Sleep Research*, 13, s. 327-336.
- NYBORG, EIGIL (1986): *Drømmenes vej til selvet. Tiderne Skifter*, Kbh.
- NÆSS, ARNE (1963): *Filosofiens historie III*, s. 119-142 Edmund Husserl, s. 119. Vinten, Kbh.
- NØRRETRANDERS, TOR (2001): *Mærk verden*. Gyldendal, Kbh.
- PERLS, FRITZ (1969): *Gestalt Therapy*. Verbatim. Red. John O. Stevens. Real People Press. Moab Utah. Da. udg. *Gestaltterapi*. 1972. Munksgaard, Kbh.
- PUNAMÄKI, RAIJA-LEENA (1999): The Relationship of Dream Content and Changes in Daytime Mood in Traumatized vs. Non-Traumatized Children. *Dreaming*, Vol. 9, No. 4, s. 213-234. Kluwer Academic US.
- PÖTZL, OTTO (1917/1960): The Relationship Between Experimentally Induced Dream Images and Indirect Vision. *Psychological Issues*, Vol. II, No. 3, 1960, s. 41-120.
- REVONSUO, ANTTI (2000): *The Reinterpretation of dreams. An Evolutionary hypothesis of the function of dreaming* Behavioral and Brain Sciences, Vol. 23. s. 877-901.
- RICOEUR, PAUL (1970): *Freud and philosophy: An essay on interpretation: The Terry lectures*. New Haven: Yale University Press.
- ROSENBAUM, BENT (2000): Objektrelationens strukturetik og æstetik. Et forsøg på at placere Donald Meltzers psykoanalytiske tænkning. IN: *Psyke & Logos*, nr. 2, 2000, s. 433-69, København.
- ROSENBAUM, BENT (2005): Phenomenology and psychoanalysis. Discussion of Gunnar Karlsson's book: »Psychoanalysis in a new light« and Ted Schröder's book: »The unconscious: A dream of the genuine«. IN: *Scand. Psychoanal. Rev.* (2005): 28, 115-119.
- ROSNER, R., LYDDON, W. & FREEMAN, A. (2004): *Cognitive Therapy and Dreams*. Springer Publishing, US.
- RUMELHART, D. (1980) *Schemata the Building blocks of cognition*. IN: Theoretical issues in Reading comprehension. s. 35-58. Red Bruce, B. US.
- RUMELHART, D. et al. (1986): Schemata and sequential thought. IN McClelland, J.L., & Rumelhart, D.: *Parallel Distributed Processing II*. The MIT Press, U.S.
- RYCROFT, CHARLES (1968, 1979): *A Critical Dictionary of Psychoanalysis*. Penguin Books, London.
- SAMUELS, ANDREW (1982): The emergence of schools. IN: *Analyt. psych. J. Analyt. Psyc.* Vol. 28, s. 345-62.
- SAMUELS, ANDREW. (1985): *Jung and the postjungians*. Routledge and Kegan Paul, London.
- SAUL, L.J. (1940): Utilisation of Early Current Dreams in Formulating Psychoanalytic Cases. IN *Psa. Quarterly* 9: s. 453-69, NY.
- SCHWARTZ, SOPHIE (2000): A Historical Loop of One Hundred Years: Similarities Between 19th Century and Contemporary Dream Research. I »*Dreaming*«, Vol. 10, No. 1, s. 55-66, marts 2000.
- SCHWARTZ, SOPHIE (2000): *A Historical Loop of One Hundred Years: Similarities Between 19th Century and Contemporary Dream Research*. I »*Dreaming*«, Vol. 10, No. 1, s. 55-66, marts 2000.
- SHAPIRO, H. et al. (1995): Exploring the Relationship between Having Control and Losing Control to Functional Neuroanatomy within the Sleeping State. IN *Psychologia*, 38, s. 133-145.

- SMITH, CARLYLE (1993): *REM Sleep and Learning*. IN Moffitt, M. Kramer, M. & Hoffmann, R., s. 341-369.
- SMOLENSKY, PAUL (1986): Information Processing in Dynamical Systems i *Parallel Distributed Processing I*, s. 209-210. The Midpress, U.S.
- SOLMS, MARK (2004): Reply to Domhoff: Dream Research in the Court of Public *Dreaming*, Vol. 14, No. 1, s. 18-20. Kluwer Academic. US.
- SOLMS, MARK & TURNBULL, OLIVER (2002): *The brain and the Inner world*. Da. udg. *Hjernen og den indre verden*. (2004): Akademisk Forlag.
- SPENCE D.P. (1982): Narrative Truth and Historical Truth. *Psychoanalytic Quarterly*, 51.
- SPENCE, D. P. (1982): Narrative Truth and Theoretical Truth. *Psychoanalytic Quarterly*, 51, s. 43-59.
- STATES, B. (1993): *Dreaming and Storytelling*. Ithaca and London: Cornell University Press.
- STERN, DANIEL N. (1997): *Barnets interpersonelle univers*. København: Hans Reitzels Forlag A/S. Amr. udg. 1985. New York: Basic Books, Ind.
- STERN, PAUL J. (1977): *Foreword* i Boss, Medard (1977a);, s. VII-XXIII.
- STICKGOLD R, SCOTT L. et al. (1999): Sleep-induced changes in associative memory. *J Cogn Neurosci*. 1999 Mar; 11(2):182-93.
- STICKGOLD R., WALKER M.T. (2004): To sleep, perchance to gain creative insight? *Trends Cogn Sci*. 2004, May, 8(5), 191-2.
- STICKGOLD R. (2005): Sleep-dependent memory consolidation. *Nature*. 2005 Oct 27; 437(7063):1272-8. Review. PMID: 1625-1952.
- STICKGOLD R. (2006): Neuroscience: a memory boost while you sleep. *Nature*. 2006 Nov 30;444(7119):559-60.
- STICKGOLD R, WALKER MP (2007): Sleep-dependent memory consolidation and reconsolidation. *Sleep Med*. 2007 Jun;8(4):331-43. Epub 2007 Apr 30. Review.
- STRAUCH, INGE & MEYER, ABBA (1996): *In Search of Dreams: Results of Experimental Dream Research*, NY State University, NY Press. Tysk udg. 1992.
- TART, CHARLES M. (1972): *Altered States of Consciousness*. Doubleday, NY.
- TAYLOR, F. & BRYANT, R.A. (2007): The tendency to suppress inhibiting thoughts, and Dream Rebound.. *Behavior Research and Therapy*, 45, 163-168.
- THYSSEN, OLE (1992): Forhold, som forholder sig til sig selv. Niclas Luhmanns teori om selvrefererende systemer. IN *Autopoiesis*, s. 21-58 og i *Politisk Revy*, København.
- TONAY, VERONICA (1993): Personality Correlates of Dream Recall: Who remembers? I *Dreaming*, Vol. 3, No. 1, s. 1-8, Kluwer, US.
- TREVARTHEN, COLWYN, & AITKEN K. (1994): Brain development, infant communication, and empathy disorders: ... i *Development and Psychopathology*. 6: 597-633, Cambridge University Press.
- TULVING, E. & SCHACHTER, D.L. (1990): Priming and Human Memory Systems. *Science*, Vol. 247, s. 301-306.
- ULLMAN, M. (1983): *Forstå dine drømme*. Borgen, Kbh.
- VANGGAARD, THORKILD (1987): *Angst. En psykoanalytisk forløb*. Gyldendal, Kbh.
- VEDFELT, OLE (1996): *Bevidsthed*. Gyldendal, Kbh.
- VEDFELT, OLE (1999): *Practice of multi-dimensional dreaminterpretation*. Conference Paper, Association for the Study of Dreams, University of California. Santa Cruz, US.
- VEDFELT, OLE (2001): *Dreams Working Attitudes. Multidimensional Dream Understanding and Bodily Associations*. Congress for the International Association for Analytical Psychology I Cambridge, UK. Daimon Verlag Einsiedeln, Schweiz.
- VEDFELT, OLE (2002): *Ubevidst intelligens*. Gyldendal, Kbh.

- VEDFELT, OLE (2003): *Manden og hans indre kvinder*. Gyldendal, Kbh.
- VEDFELT, OLE (2004): *Dreams as Unconscious Intelligence – A cybernetic Theory*. Conferencepaper, Annual Conference of International Association for the Study of Dreams. CD-ROM available from IASD Central Office.
- VEDFELT, OLE (2005): *Drømmearbejde – teori og praksis*. IN: Van Deurs, Susanne og Hjort, Stig Dankert: *Psykoterapi i Danmark*. s. 89-110, Psykoterapeutforeningens forlag.
- VEDFELT, OLE (2007): *Drømmenes dimensioner*. Gyldendal, Kbh.
- VOGEL, G. et al. (1968): Sleep reduction effects on depressive syndromes. *Arc. Gen. Psychiat. vol. 18, s. 287*. US.
- VOGEL, G. et al. (1977): Exercise as a substitute for REM-sleep. *Psychophysiology. Vol. 7. s. 300-301*. US.
- WALKER MP., LISTON C. et al.. (2002): Cognitive flexibility across the sleep-wake cycle: REM-sleep enhancement of anagram problem solving. *Brain Res Cogn Brain Res*. 2002 Nov; 14(3):317-24.
- WALKER M.P., STICKGOLD R. (2005): It's practice, with sleep, that makes perfect: implications of sleep-dependent learning and plasticity for skill performance. *Clin Sports Med*. 2005 Apr;24(2):301-17.