

## Kort om drømme

Dette er en helt kort introduktion til forståelsen af, hvad drømme er, og hvordan man kan arbejde med dem i jungiansk analyse.

### Hvad er en drøm?

En drøm er en slags spontant selvportræt i symbolsk form. Drømme udspringer af den aktuelle situation i det ubevidste.

Drømme bringer tanker, vurderinger, synsmåder, anvisninger og tendenser til os i et rigt, konkret billedsprog. Drømme består af materiale, som den bevidste situation har konstelleret i det ubevidste.

### Hvilket sprog taler drømmene i?

Man kan undre sig over, hvorfor drømme er så svære at forstå.

Der er typiske motiver i drømme, som ofte minder om motiverne i myter og eventyr. Drømme er ofte ulogiske og bruger lignelser og symboler. Drømme taler således i et ældgammelt sprog – man kan sige, at det figurative sprog i drømme er et levn fra en ældre måde at tænke på, som gik forud for vores mere rationelle bevidsthed i dag.

### Hvad er drømmens funktion?

Det ubevidste har en *kompenserende funktion* i forhold til den bevidste situation. Kompensationen er en psykologisk tilpasning, som er nødvendige for psykens helhed og funktion, så den ikke bliver for ensidig.

Drømme er altså kompenserende for den bevidste situation på et givent tidspunkt

Jo mere ensidig den bevidste situation er, jo mere livagtig kompensation i drømme.

Drømmene bidrager således til selvregulering af psyken ved at det fortrængte, forsømte eller ukendte bringes op.

Drømme kan have en *fremadrettet funktion*, hvor de foregriber fremtidige bevidste resultater. Drømme kan skitsere, planlægge eller foreslå løsninger af konflikter.

Drømme kan også være *reaktioner* på eksempelvis et traume eller problemer fra barndommen, der trænger til at blive bearbejdet for at skabe indre vækst.

### Tolkning af drømme

Drømme er altid helt personlige. Der er ingen faste betydninger af symbolerne i drømmene.

Når man vil arbejde med at tolke drømme, er det væsentligt at spørge: hvad er formålet med denne drøm, hvad vil den sige nu og her?

Drømmen kan ses som et teater, i hvilket drømmeren selv er scenen, spillerne, instruktøren, produceren, forfatteren, tilskuerne og kritikerne.

Alle figurerne i drømmen er personificerede træk, der stammer fra drømmerens egen personlighed. Det ubevidste er projiceret ud på alle disse figurer.

Ved drømme om personer, som drømmeren er tæt knyttet til i det virkelige liv, vil en objektiv tolkning dog være relevant – dvs. at se det som en drøm om disse personer og ikke en del af drømmeren.

## **Drømmenes form**

De fleste drømme indeholder følgende elementer:

### 1. Eksposition

Angivelse af sted og deltagere. Angivelse af tid er sjældnere. Denne angivelse sætter scenen for handlingen.

### 2. Udvikling af plot

Situationen bliver mere kompliceret og spændingen stiger, fordi man ikke ved, hvad der vil ske

### 3. Kulmination eller peripeteia.

Noget afgørende sker eller noget ændres helt

### 4. Lysis

Løsning eller resultatet af drømmearbejdet. I visse drømme mangler denne fase. Dette er den afsluttende scene, der samtidig er den løsning, som drømmeren har søgt.

Dette er den sidste situation i drømmen, der samtidig er den løsning, "søgt", som drømmeren har søgt.

Elisabeth Kampmann

[www.analytiskpsykologi.dk](http://www.analytiskpsykologi.dk)