

Emne: Psykologiske perspektiver.

Opgave: Freuds drømmeteorier

Skrevet af: Søren Padkjær

Dato: 3. august 2002

---

#### Baggrund:

Jeg har tilmeldt mig kurset for at lære mere om baggrunden for de "skjulte" ting, vi ser og oplever i vort liv, men især i et forsøg på at komme til at lære mig selv bedre at kende og dermed videreudvikle mig. Jeg er af natur ret firkantet indstillet, ønsker tingene konkretiseret, logisk forklaret. Til gengæld har jeg svært ved at se og bearbejde den følelsesmæssige og mere abstrakte side af tilværelsen, formentlig fordi jeg bl.a. mangler kreativ fantasi.

Det lyder meget kedeligt, men jeg har alligevel nok oplevet mere end de fleste, da jeg kan tilpasse mig stort set hvad som helst og derfor tager imod og opsøger oplevelser og udfordringer. Jeg føler dog, at jeg med alderen (57 år) er ved at komme på lidt autopilot og vil derfor gerne kunne kaste nogle opbyggede fordomme af mig.

Jeg har altid været afvisende overfor "okkulte heksedoktorer", som ved hjælp af håndaf-læsning, drømmetydning og stjerne-tegn kunne fortælle livets sandheder. Da jeg i disse sammenhænge også har mødt psykologer, er de røget ind i samme gruppe.

Men så - ved et tilfælde kom jeg i fjor på en uges højskole, som viste sig at tage udgangspunkt i netop samspillet mellem sjæl og krop. De første 2 dage fattede jeg ikke hvad der foregik, men læreren (Søren Ventegodt) er en meget karismatisk person, og det begyndte da langsomt at dæmre for mig. Samtidig er en højskole som bekendt et sted, hvor man kommer hinanden ved, og jeg kom til at kende nogle dejlige mennesker, som jeg tidligere ville være gået i en lang bue udenom. De var levende eksempler på, at der er kræfter i vort sind - ofte med baggrund i tidligere hændelser -, som vi med hjælp eller ved stor selvbevidsthed kan ændre og forbedre. Jeg fik her bekræftet, at jeg har en meget stærk selvkontrol, som tilsyneladende er så indgroet, at det er meget svært at komme ind bag den. Det er nu min udfordring, at jeg ved hjælp af større psykologisk viden kan forsøge at åbne døren ind til det rum, der ligger bag.

#### Opgave 9:

Jeg er fuld af beundring over mine medkursister, som kan fortælle om opstille hvad der forekommer mig ret abstrakte kommentarer til Freuds teorier. Selv må jeg ved hvert udsagn søge at finde sider hos mig selv eller andre, som jeg kan genkende, idet jeg ellers ikke rigtig forstår, hvad det drejer sig om. Jeg vil derfor ikke forsøge at give en teoretisk vurdering af Freuds udsagn, men give eksempler på mine oplevelser. Måske kan andre så gennemskue nogle ting heri.

Det er næppe overraskende, at jeg ikke får særligt meget ud af mine drømme. Jeg ved, at jeg drømmer en del, og hvis jeg er bevidst om det, kan jeg også godt huske noget af drømmen (indtil jeg åbner øjnene - så forsvinder den som regel).

Med mellemrum har jeg drømme, som kan påvirke min generelle sindstilstand. Nogle vil kalde det at "få det forkerte ben ud af sengen", men jeg kan godt have en dag, som kan begynde ret deprimerende, fordi jeg har drømt et eller andet negativt. Der er heldigvis også dage, som er tilsvarende positive. Jeg ved, at på de positive dage har drømmen handlet om en god oplevelse med en ofte ukendt person, medens jeg ikke har fundet frem til, hvad der giver negative vibrationer.

Jeg kan også have meget realistiske drømme, og det kan endog hænde, at jeg er i tvivl om en hændelse er virkelighed eller blot en drøm. Et gammelt eksempel er fra en periode, hvor jeg boede i udlandet. Jeg drømte, at boghandleren, hvor jeg 15 år tidligere havde købt mine bøger til realskolen (og næppe set siden) var død. Jeg var ikke klar over, at det havde været en drøm, og stor var min overraskelse da jeg en del år senere opdagede, at hun lever i bedste velgående.

I min barndom havde jeg ofte en drøm, hvor jeg faldt dybt ned. Jeg husker det især forekom, når jeg havde feber. Jeg er ikke specielt højdeskræk, men har ustabile balancenerver, og holder mig godt fast når jeg kigger ned fra noget højt.

Efter jeg begyndte at læse psykologi bogen, er jeg naturligvis blevet mere bevidst om mine drømme, og selvom jeg har haft masser af drømme, har jeg ikke kunnet finde noget som helst interessant eller noget, der har skubbet til mine følelser. Jeg tror derfor ikke rigtig på, at drømme nødvendigvis har nogen speciel mening eller udøver nogen særlig funktion i min konkrete sindstilstand.

Der er også en anden ting, som øger min skepsis for Freuds teori om sikkerhedsventil og ønskeopfyldelse – eller i det mindste for min evne til at opfange det. I de sidste par år har jeg haft en ubehagelig situation hængende over hovedet, men så vidt jeg ved, har jeg aldrig drømt om noget i den forbindelse – selv om det har optaget min dagligdag og ofte har været det første, jeg har tænkt på, når jeg slog øjnene op. Situationen er nu løst, og jeg føler ingen mental forskel.

I min dagligdag støder jeg jævnligt på noget, som viser et glimt fra en drøm. Det kan være noget jeg ser, en tanke eller erindring der dukker op. Det er lykkedes mig en enkelt gang at få fat i dette glimt og rulle det ud, men ellers er det som at forestille sig verdensrummet: Der er et eller andet, men hjernen kan ikke klare at identificere det.

Måske som et udslag af min logiske indstilling forsøger jeg selv at kontrollere og udnytte drømme på en anden måde: Jeg sætter mig i en god stol, hører afslappende musik og læser lidt for at falde til ro. I denne fase mellem vågen og søvn tilstand kan der så komme gode analyser af problemer, som jeg til dagligt ikke rigtig kan få styr på. Ofte kommer der også andre gode indfald og løsninger. Det er så lige med at få det noteret ned, så snart man vågner. På førnævnte højskoleophold var der om aftenen nogle separate sessioner med bl.a. meditation. Selvom der blev spillet citarmusik og lyset slukket, kunne jeg slet ikke falde ind i trancen. Derimod har jeg i mange år – også inden jeg hørte om meditation – åbenbart selv udført noget lignende. Men dette er nok lidt udenfor emnet.