

Inhoud

Voorwoord door prof.dr. Harry Stroeken 7

Inleiding door prof.dr. Rudi Vermote 9

Deel 1 Achtergrond

1 Een eerste verkenning 13

2 Fenomenologie 37

Deel 2 Biologie

3 Psychobiologie 55

4 Medicatie en dromen 71

Deel 3 Psychoanalyse

5 De droomduiding van Freud 81

6 De jungiaanse droomduiding 97

7 Enkele ontwikkelingen na Freud 103

8 De droomtheorie van Bion 121

Deel 4 Psychiatrie

9 Droom en psychopathologie 147

10 Dromen in de klinische praktijk 163

11 Besluit 179

Voorwoord

De droom is terug na een periode van betrekkelijke afwezigheid, zelfs in de psychoanalyse. Freud klaagde er destijds al over dat analytici de droom niet de centrale plaats gaven die hij verdiende. Dat is in de egopsychologie alleen maar sterker geworden. In de volkscultuur, buiten de wetenschap om, is de droom altijd iets gebleven dat mensen fascineerde en bezighield, maar nu is de droom ook weer terug in de psychoanalyse.

In Nederland hebben wij interessante ervaringen opgedaan met een dromengroep van collega's. De opzet ervan was als volgt. De deelnemers, ongeveer twaalf psychoanalytici, kwamen eens per maand bijeen gedurende anderhalf uur. Beurtelings vertelde iemand een droom (meestal van een patiënt, soms van zichzelf) zonder enige nadere uitleg. Dat laatste is essentieel: de groepsleden hadden slechts de droombeelden zelf om op af te gaan. De deelnemers kenden de leeftijd van de dromer gewoonlijk niet, vaak wisten ze niet eens of de dromer een man of een vrouw was. Dan was het aan de groep en het was niet de bedoeling dat men zich richtte tot degene die de droom inbracht. Nee, wat kon men met de beelden zelf, wat riepen ze op? Wat vertelde de manifeste droom? Dat was vaak heel veel. Opvallend was hoezeer de collega's vaak op grond van die beelden alleen de betekenis van de droom konden achterhalen. Dat bewijst – waarvan nu trouwens iedereen overtuigd is – dat de manifeste droom meer is dan een verhulling. Na een kwartier of zo gaf degene die de droom had ingebracht meer gegevens over de dromer en de achtergrond ervan, de aanleiding enzovoort. Dat bracht dan grotere duidelijkheid. Maar juist omdat we die gegevens eerst niet hadden, ging de droom als zodanig meer spreken, concentreerde men zich op de essentie. Droombeelden hebben iets van de premies in het tv-programma *De premiejagers*: op een 'onlogische' manier wordt een korte sequentie van beelden vertoond en het is de kunst te pakken wat wordt uitgedrukt. Bijvoorbeeld, een bank waarop zwarte stof wordt geblazen, betekent: bankroet.

Deze dromengroep heeft drieënhalf jaar gelopen en betekende een vruchtbare ervaring voor de deelnemers. De sfeer was speels-creatief en er werd veel gelachen. Je had het gevoel met wezenlijk analytische dingen bezig te zijn. Je werd geconfronteerd met de moeilijke opgave zelf: het begrijpen van wat mensen in beeldtaal probeerden uit te drukken, vaak zelf niet-wetend waarom het ging. Verschillende collega's merkten dat ze plezier kregen in dromen en er meer op ingingen, dat ze meer hun eigen dromen

gingen registreren en dat patiënten ook meer dromen gingen vertellen, omdat ze – onbewust – merkten dat er naar werd geluisterd. De dromengroep vormde een plezierige ervaring die een positief effect had op de praktijk van psychoanalyse en psychotherapie.

Marc Hebbrecht is de aangewezen persoon om dit boek te schrijven. Hij heeft al eens een groot overzichtsartikel gepubliceerd over dromen en hij schreef alle lemma's over Bion in het psychoanalytisch woordenboek. Hij kan putten uit een grote ervaring als psychiater-psychoanalyticus en uit veel theoretische kennis. Daarom is hij bij uitstek de man die de praktijk en de theorie van de droom kan verbinden met de nieuwste stromingen in de psychoanalyse. Wilt u het fijne weten over dromen bij depressie of ontwenning van alcohol of bepaalde medicijnen, in dit boek vindt u het. Hij beschrijft hoe het dromen verloopt bij depressies, bij verslaving aan alcohol of drugs en het afkicken daarvan, bij bepaalde ziektebeelden en bij het gebruik van medicijnen. Vooral het hoofdstuk over de klinische praktijk met zijn talrijke voorbeelden zal een algemeen publiek aanspreken.

Prof.dr. Harry Stroeken

Prof.dr. H.P.J. Stroeken is zelfstandig gevestigd psycholoog-psychoanalyticus en emeritus hoogleraar godsdienstpsychologie en geestelijke gezondheidszorg aan de Universiteit Leiden. Hij publiceerde onder andere *Dromen, brein en betekenis* (2005) en het *Psychoanalytisch woordenboek* (2008).

Inleiding

De droom sluit nog altijd veel raadsels in. Het is een grensgebied zoals Hebbrecht het terecht noemt. Hoe komt het dat we ons een vierde van de dag terugtrekken voor een activiteit waarvan we niet weten wat er juist gebeurt. Waarom heeft de evolutie deze ogenschijnlijk nutteloze activiteit waarin mens en dier zeer kwetsbaar zijn, behouden? Heeft de droom daar mee te maken? Slapen we om te kunnen dromen of dromen we om te kunnen slapen? Stopt de droomactiviteit bij het wakker worden of gaat die op een andere manier verder? Is de droom een archaïsche voorloper van het denken? Als dat zo is, waarom verdwijnen dromen dan niet, nu we logisch en met woorden kunnen denken? Hoe komt het overigens dat dromen uit beelden zijn samengesteld? Is er een verband met creativiteit? Hebben dromen iets met het geheugen te maken of is het eerder de slaap op zich die een effect heeft? Kan droomactiviteit worden geregistreerd en gemeten? Welke hersenzones zijn er actief? Is dit bij alle zoogdieren zo? Wat vermindert deze droomactiviteit? Is er een invloed van ziektes en kunnen dromen ook ziektes veroorzaken? Zijn de herinnerde dromen een vertaling of een letterlijke weergave van wat er tijdens de droomactiviteit gebeurt? Deze vragen lijken aan de basis te liggen van het boek dat voorligt. Voor mensen die zich uit interesse of beroepshalve deze vragen stellen is het een geschenk dat alles eens op een rijtje wordt gezet. Dit is wat collega Hebbrecht op een knappe manier doet. Deze vragen worden vanuit heel verschillende disciplines benaderd. Meestal komen deze gegevens nooit samen. Een elektrofysioloog die de elektrische hersenactiviteit meet tijdens de slaap, zal vanuit zijn achtergrond weinig weten over de betekenis van dromen. Marc Hebbrecht is psychiater en psychoanalyticus. Als psychoanalytici werken we veel met dromen. Omdat dromen ons een indirect beeld geven van het innerlijk verwerkingsproces van gevoelens en omdat dromen weergeven wat we onbewust registreren en onze 'innerlijke dromer' daarenboven vaak veel creatiever is dan we bewust kunnen zijn. De tijd dat de psychoanalyticus als een detective een droom probeerde te ontraadselen is allang voorbij. De droom en 'de dromer in ons' zijn bondgenoten geworden bij het therapeutisch proces. Hebbrecht laat wat we momenteel weten over het fenomeen droom aan ons voorbij defileren. Zijn ruime ervaring en wetenschappelijke interesse laten een zeer verscheiden invalshoek toe. Daarenboven is naargelang de invalshoek ook de houding die de schrijver aanneemt divers: poëtisch-

mijmerend, gefascineerd, wetenschappelijk-afstandelijk, encyclopedisch en volledig, dan weer gedreven door persoonlijke professionele ervaringen. De psychoanalytische benadering is de hoofdbrok van het boek. Naast Freud en Jung, de pioniers, worden de allernieuwste evoluties in de psychodynamische benadering van dromen beschreven. Hebbrecht weet deze in een paar hoofdstukken klaar te vatten. Bion, Meltzer, Ferro verlegden grenzen op dat vlak en hun werk is voor een niet-gespecialiseerde lezer meestal moeilijk te vatten. Hebbrecht brengt het eenvoudig zonder het ook maar in het minst te populariseren; aan wat hij zegt kan niet veel worden toegevoegd. In een apart hoofdstuk brengt hij daarenboven dromen uit zijn eigen praktijk en hoe hij er mee omging. We zien een hedendaags psychoanalyticus aan het werk. Deze psychoanalytische delen alleen zouden het boek er al doen staan. De auteur gaat verder. Hij bespreekt ook de neuro-wetenschappelijke benadering van de droomactiviteit en wat er klinisch kan mislopen. Deze brug tussen psychoanalyse en geneeskunde is zeldzaam geworden maar erg belangrijk. Dit komt omdat auteurs meestal maar in een van de werelden thuis zijn. Dit is niet het geval met Hebbrecht die een brede neurologische achtergrond heeft. Als psychiater koppelt hij het fenomeen droom ook aan het verschillend voorkomen bij psychiatrische aandoeningen. In dit verband vind je in het boek bijvoorbeeld ook een volledig overzicht van de effecten van medicatie. Verder doet hij enkele uitstappen in de terreinen waar de psychoanalyse momenteel het meeste bloeit: de literatuur- en kunstwetenschappen. Hij benadert dromen in enkele romans en films vanuit de analytische methode. Het boek is een prestatie. Het is niet alleen het meest complete werk dat er in ons taalgebied over deze materie te vinden is, het is een voorbeeld van hoe de kliniek verschillende disciplines kan samenbrengen en hoe een psychoanalytische achtergrond daar de drager van kan zijn. De ervaring van de auteur als redacteur van het *Tijdschrift voor Psychiatrie*, het *Tijdschrift voor Psychoanalyse* en de *Revue Belge de Psychanalyse*, zorgen ervoor dat hij een massa wetenschappelijke informatie in een lichte schrijfstijl heeft samengebracht. Uit ervaring weten we dat lezen en bezig zijn met dromen op zich weer invloed heeft op dromen. Daarom kan ik bij het lezen niet alleen leesplezier wensen maar ook boeiende dromen.

Prof.dr. Rudi Vermote

Prof.dr. R. Vermote is psychiater-psycholoog en psychoanalyticus (BVP/IPA). Hij is diensthoofd klinische psychotherapie van persoonlijkheidsmoeilijkheden van het UC KU Leuven, campus Kortenberg. Hij is eindverantwoordelijke van de postgraduate specialisatie in de psychoanalytische psychotherapie van de KU Leuven.