

DRÖMDIALOG

MEDLEMSBLAD FÖR DRÖMGRUPPSFORUM Nr 1 / 2001

Redaktionellt

God fortsättning på nya drömgruppsåret 2001!
När detta läses har det redan några månader på nacken och föreningen har börjat ett nytt verksamhetsår, som vi alla ser fram emot.
I detta nummer finns dels en fortsättning på presentationen av styrelseledamöterna kompletterad med bild på utbildningsutskottets ledamöter, dels bidrag från Växjökonferensen med Ole Vedfelts och Binnie Kristal-Anderssons föreläsningar, samt Helena Ekdahls personliga intryck från work-shop med Ole Vedfelt.



Innehåll...

Nya styrelsen presenterar sig, forts.	1
Utbildningsutskottet, bild	2
Växjökonferensen	
Ole Vedfelt: Kap 10, Ubevidst intelligens	2
En drömmares reflektion. Helena Ekdahl	8
Binnie Kristal-Anderson: From Wound To Scar – Easing The Pain Of Trauma And Torture Experiences Through Dreamwork	9
Vårvinterträff i Ängelholm. Ann Malmquist	14
Nya medlemmar	15
Meddelanden	15
Nästa nummer	15

Nya styrelsen presenterar sig, forts.

Ur brev från ledamot Virva Nyback:
På styrelsemötet ombads vi att skicka några rader om oss själva. Jag skriver några fakta:

- Jag är född i Borgå, öster om Helsingfors, 1953. Vi är fem syskon
- Om studier; först läste jag språk: tyska och engelska. Blev translator och tolk med inriktning medicin och teknik. Därefter fortsatte jag med teologiska studier vid Åbo Akademi, blev så småningom teologie magister.
- Gift med Bror Henrik, direktor på Stiftelsen Stora Sköndal, präst också han.
- Barnen heter Emil 21 år, Sara 20 år och Anna 19 år.
- Katten är gammal och heter Nöpö.
- Om mina arbeten kan nämnas att jag varit komvux-lärare i språk, folkhögskollärare (tim- anställd), kurs- och konferens-sekreterare och värdinna på Stiftsgården Lärkulla i Finland, projektledare för finska kyrkans rikskyrkomöten i Helsingfors, fungerat som freelance översättare/tolk och efter flytten till Sverige/Sigtuna blev jag minoritetspräst i Svenska kyrkans tjänst. Nu innehar jag ett vikariat i Finska församlingen i Stockholm som komminister.
- Om mina intressen: handarbete (som ligger i träda) älskar böcker, seglar på somrarna.

- Meditation och retreatrörelsen ligger nära mitt hjärta, är också utbildad retreatledare.
- Och naturligtvis det här med drömmar - det började med att jag fick höra om Sven och genom kontakten med honom kom Kerstin in i bilden. Så började drömgruppsarbetets missionsresa till Finland. Vi höll många härliga kurser tillsammans och på den vägen är jag.



Utbildningsutskottet



Utbildningsutskottets ledamöter Kerstin Andersson och Måns Linde.



Växjökonferensen

Ole Vedfelt:

Drømme som ubevidst kreativitet

ur Ubevidst intelligens, Kap 10, Gyldendal, 2000

I min bog »Drømmenes Dimensioner« gennemgik jeg de vigtigste drømmeteorier og de tilhørende skolers arbejdsmetoder. Bogen er et meget omfattende studie af drømmenes væsen, funktion og fortolkning og er blevet anerkendt som et internationalt standardværk. Selv om drømmeskolerne med freudianere og jungianere i spidsen er mest kendt for deres stridigheder, fandt jeg, at alle de kendte skoler gav væsentlige selvstændige bidrag til forståelsen af drømmenes væsen, funktion og fortolkning.

Jeg betragter således skolernes varierende metoder som forskellige arbejdsredskaber til afgrænset brug og ikke som altdækkende sandheder.

IMAGO Bokhandel

Psykoanalytisk och övrig
psykologilitteratur

Specialsortiment av drömlitteratur

Besök oss i Göteborg, ring, faxa, maila
eller hälsa på i vår nya internetbokhandel!

IMAGO Bokhandel

Viktoriagatan 9

411 24 Göteborg

Tel 031 701 02 04

Fax 031 711 50 49

Imago@gpsi.se

www.imago.gpsi.se

Da jeg udgav »Drømmenes Dimensioner«, havde jeg skønsomt arbejde med omkring 20.000 drømme, og tallet er naturligvis ikke blevet mindre.

Den viden, som arbejdet med bogen gav mig, har sammen med eget arbejde i praksis ført til en videreudvikling af min drømmeforståelse. I »Drømmenes Dimensioner« koncentrerer jeg mig især om en fair fremstilling af de andres synspunkter, men brugte i høj grad mine egne erfaringer som klangbund. I nærværende bog gør jeg det modsatte. Jeg fremlægger først og fremmest mine egne erfaringer og synspunkter og bruger de andres viden som klangbund.

Jeg fremsætter en ny teori, der beskriver drømme på linie med skabende virksomhed inden for videnskab og kunst, vittigheder og reklame. Den stort set af alle accepterede forestilling, at det ubevidste er ude af stand til at tænke rationelt, tilbagevises. Det ubevidste håndterer årsag og virkning, tid og rum, forestilling og virkelighed, på suveræn vis. Når drømme bryder med realitetsprincippet, er det for at tilføje nye dimensioner til personens livsopfattelse. Sprænger det tids- og rumgrænser, sker det med et udtryksmæssigt formål, som når en dramatiker arbejder.

Ved at betragte drømmene på linie med kunstneriske produkter åbnes for en mere fleksibel forståelse af det ubevidste end i de traditionelle drømmeteorier.

Organiseringen af drømmematerialet

De drømmeeksempler, jeg har fremlagt, bygger på en helhedsopfattelse af drømmerens personlighed og hans livssituation. Går man med dette udgangspunkt fra de enkelte natlige eventyr til serier af drømme, springer det i øjnene, at materialet af de enkelte drømmehistorier organiseres efter visse overordnede retningslinier.

Ikke længe efter drømmen med chefen og rockeren drømmer Anders således, at *en mandlig overlæge kritiserer ham. Han bliver irriteret, men bider det i sig*. Der har ikke den foregående dag været nogen kontakt eller konflikt med chefen, og overlægen er ikke en virkelig person. Men Anders har været i terapi hos mig, og erfaringsmæssigt kommenterer drømme en terapitime, hvis der er sket afgørende gennembrud, eller hvis konfliktstof er blevet efterladt ubearbejdet. Først beskriver Anders timen som »vældig god«, ligesom han tidligere kaldte sit møde med chefen for »uproblematisk«. Men efterhånden som vi arbejder os ind på temaet med den kritiserende overlæge, erindrer han en bemærkning fra mig, som han opfattede som kritisk. Han kom flere gange til at tænke på den i timen, men han syntes, det var fjollet at nævne den, fordi der også skete så meget positivt. Ved nærmere eftertanke lå min bemærkning faktisk og ulmede i kanten af bevidstheden og satte mange tanker og følelser i gang.

Drager vi flere af Anders' drømme ind, viser der sig mange sekvenser af lignende art. I en tredje drøm skælder en kaptajn ud på en aggressiv sømand, mens Anders ser passivt til, i en fjerde er det en sur vicevært, der er på nakken af nogle drenge, som flygter, i en femte er hans far fornærmet på ham, i en sjette nægter en gammel vismand at give ham en diamant osv.

Vi kan svarende til alle disse drømme finde undertrykte autoritetskonflikter i den foregående dags hændelser. Undertiden er autoriteten i drømmen den samme person, som Anders har en konflikt kørende med i det vågne liv, men for det meste er drømmeautoriteten en anden. I nogle drømme er det Anders selv, der er irriteret, andre gange bliver vreden eller oprøret udtrykt gennem andre drømme personer. Det virker meget tydeligt, at en bestemt type program, et bestemt indre oplevelses- og adfærdsmønster, styrer disse forløb.

Dynamiske mønstre

En nøjagtig fastlæggelse af disse programmer eller mønstre er imidlertid vanskelig, fordi de ændrer sig alt efter drømmerens livssituation. De har en formidabel evne til at forholde sig til et utal af virkelighedens skiftende situationer.

Når drømmen handler om uartige drenge og en vicevært, hænger det sammen med, at Anders faktisk har følt en barnlig tilskyndelse til at opføre sig som en uartig dreng, og denne oplevelse kan ikke skildres mere præcist, end drømmene gør. Det er ikke en rent intellektuel forståelse, men en viden, som sidder i kroppen og følelserne. Hvis vi laver et rollespil med den sure vicevært, kan Anders godt mærke både lysten til at opføre sig som en lille uartig dreng og angsten for at blive fanget og straffet. Han kan også fornemme, at han selv har en sur vicevært i sig, og begge roller ligner indre tilstande, han oplevede den foregående dag. Da han drømte, at faderen var fornærmet på ham, skildrede det metaforisk set meget præcist en oplevelse fra dagen før og tilsvarende med kaptajnen og sømanden osv.

Det centrale er her, at drømmenes associative forbindelser hverken virker tilfældige eller som camouflage. De afspejler en indre virkelighed, som er indkodet på mange planer, og som aktiveres i et samspil med omgivelserne. Det drejer sig ikke om et statisk lineært sæt af operationer, som udføres med et fast grundprogram, men om dynamiske mønstre, der flyder inden for visse grænser, og som reagerer følsomt på sublimant feed-back. Dermed er »programmet« i stand til at skildre den ubevidste opfattelse af et utal af nuancer, som undslipper bevidsthedens mere rigide og lineære opfattelse.

Mit udvalg af drømmesekvenser er stadig en grov oversimplificering af Anders' samlede drømmeproduktion, som forbinder de enkelte episoder med et meget mere omfattende indre netværk.

Et par måneder efter drømmen om overlægen drømmer Anders fx, at *han er på vej ud af landet sammen med en køn ung pige. Han har placeret en tidsindstillet bombe, som vil få hele den gamle bydel til at eksplodere*.

Aftenen før har han ifølge eget udsagn haft et hyggeligt samvær med kæresten, som i øvrigt bor i den gamle bydel. Drømmen siger ham først ikke så meget, men da han tegner en ildevarslende, tikkende, sort bombe og »kommer til« at placere den lige udenfor hendes hus, husker han, at kæresten den foregående aften faktisk sagde noget, der gjorde ham »pisseirriteret, selvom det vel egentlig kun var en bagatel«. Han kan stadig mærke spændingen i mellemgulvet. Men så var hun jo også så sød, og han

følte, at vreden var urimelig, og »pakkede den sammen«.

For at illustrere »at tage ud af landet« tegner han en rød flyvemaskine, der letter. Nu husker han, at han den aften, inden han lagde sig til at sove, fantaserede om at rejse langt bort med en fantasipige og gøre det forbi med veninden pr. brev. Men det ville han naturligvis aldrig gøre i virkeligheden, forsikrer han. (Han forlod hende tre måneder senere.)

Drømmenes kreative synteser

Drømme betragtes ofte som rester fra bevidsthedens bord, som forvirrede »hallucinerede« åndsprodukter eller direkte som tilfældigt psykisk skrald. Men det fremlagte materiale tyder for mig at se snarere på meningsfulde udtryk for et overordnet psykisk organisationsniveau, der kan håndtere mere kompleksitet end den normale vågne bevidsthed, og som har en større vidensbase end denne. De er kreative synteser, og de besidder en opfindsomhed og billedrigdom, som er bevidstheden langt overlegen. Det giver derfor langt større mening at betragte dem som kreative processer.

I omfattende studier af kreative processer fremsatte forfatteren og filosofen Arthur Koestler en teori om kreativitet, som hviler på begrebet bisociation. Ved bisociation forstod han et kreativt spring, som forbinder to referencerammer, som ikke før har været forbundet. I modsætning til association af mere tilfældig karakter sker der ved bisociation en integration af tidligere adskilte forståelsesplaner i en ny overordnet helhed. Koestler viste, at denne model beskriver et meget væsentligt aspekt af kreative processer i naturen og i mennesket.

Et typisk eksempel er den græske matematiker Arkimedes, der havde fået pålagt at finde ud af, om en kongekrone var af forgyldt sølv eller massivt guld. Da han kendte gulds og sølvs relative vægtfylde, kunne han løse opgaven, hvis han kunne beregne rumfanget af kronen. Men kronen var så forsiret, at det ikke var praktisk muligt at gøre. En dag, da han gik i bad, bemærkede han, at vandet i karret hævede sig fra en plet til en anden, efterhånden som hans krop sank ned i vandet. Han påviste derefter den fysiske lovmæssighed, at *et legeme, der nedsænkes i vand, fortrænger lige så stort et rumfang, som det selv fylder*. Det plan, som bevidstheden normalt forbinder med et bad, er typisk den sanselige oplevelse af varme og associationer afledt heraf. Men for Arkimedes stødte oplevelsen ind i den teoretiske fysiks plan. Dette gjorde det muligt at bestemme kronens værdi og finde en overordnet fysisk lovmæssighed. Tilsvarende satte Gutenberg en metode til at presse segl (lakstempler)

sammen med en teknik til udpresning af vin og opfandt dermed bogstavpressen. Galilei overraskede verden, da han anvendte noget teleskopisk legetøj, som var opfundet af hollandske optikere, til astronomisk brug.

I disse opfindelser er det afgørende spring mod det nye en sammenstilling af planer og niveauer, som normalt holdes fra hinanden under hverdagens rutineprægede horisontale et-plans tænkning.

Hvis vi ser på de drømmeeksempler, jeg har fremlagt, kan man også her tale om en kreativ sammenstilling af planer, der holdes adskilt under vågnebevidsthedens rutinetænkning. Bisociationen er her integreret i en overordnet helhed, en drømmehistorie, som giver psykologisk mening i forhold til personens liv. Anders' drømme bringer rockeren sammen med chefen og giver derved et nyt perspektiv på hans egen stereotype opfattelse af sig selv som den evindeligt flinke fyr. Der er intet tilfældigt, sindssygt eller hallucineret ved denne drøm. Tværtimod giver den et mere realistisk billede af Anders' personlighed, end det vågne jeg formår. Ved at bringe flere personlighedselementer sammen og vise, hvordan de fungerer i forhold til hinanden, håndterer drømmen mere kompleksitet end bevidstheden. I drømmen om den kritiske overlæge udviser det ubevidste øjensynligt en større menneskekundskab end den professionelle behandler. Og drømmen om pigen og bomben er tre måneder foran Anders i sin viden. Virksomhedsleder Jens' rutineprægede bevidsthed fortolker livskvalitet i forhold til honnøret ambitioner, drømmen placerer den på et andet, mere folkeligt og livsnydende plan og er derved mere rummelig.

Bisociationer i det vågne liv er ikke begrænset til videnskabelige opdagelser. Det er i poesien en højt udviklet udtryksform: »Som en purpurnor er dine læber, ... din tinding som et bristet granatæble, dit bryst som to hjortekalve, gazelletvillinger, der græsser blandt liljer« hedder det i verdenslitteraturens berømteste kærlighedsdigt, Højsangen. Til sammenligning siger Lises drøm: »Du er som en skovsø i natten, din kærlighed renser dig som månens magiske stråleglans«. Drømmen mestrer »høj stil« og tilføjer en følelsesmæssig og æstetisk kvalitet til den bevidste opfattelse, som den ikke selv kunne have frembragt.

Bevidste og ubevidste bisociationer

Bisociationer finder vi i allehånde skabende ytringer, fra religiøs, kunstnerisk og videnskabelig kreativitet til vittigheder og reklametekster. Hvis bisociationerne foretages i den vågne

bevidsthedstilstand, tages de som udtryk for evner, intelligens, udviklet bevidsthed, ja genialitet.

Mange bogoverskrifter og reklametekster er bisociationer. En dansk bog om døtre og mødre havde titlen »Modermærker« og bisocierer et psykologisk forhold mellem datter og mor med et uafviseligt kendetegn, der giver associationer til særpræg, skavank, brændemærke, Kainsmærke, at være stemplet osv. Her er vi ikke i tvivl om, at forfatterne har udvist stor opfindsomhed, og komplimenterer dem gerne for en god titel. Men et modermærke i en drøm kan optræde med nøjagtig den samme underfundige betydning.

En reklame sætter et billede af Beethoven sammen med et stereoanlæg og teksten: »Dein ist mein Megahertz«. Formentlig er den blevet skabt ved et dyrt professionelt teams intense brainstorm. Til sammenligning drømte en kvinde i min terapi, at »en papegøje hakkede hul i hovedet på hende«. »Papegøjer hedder altid Jakob,« var hendes første association, og dernæst: »De gentager og gentager.« Nu kom hun til at tænke på den skønne fyr Jakob, som hun ikke kunne få, men som i årevis havde fået hende til at sige nej til den ene tilbøder efter den anden. Og i et glimt forstod hun, at det var »hul i hovedet«. Det ubevidste netværk er her ikke mindre vittigt end reklamefolkene. Samtidig er det ærligt og uden manipulerende hensigt.

I et blad for Amnesty International bruger forfatteren Arthur Miller den paradoksale vending: Privatisér henrettelser. Her kombineres sarkasme vendt mod overhåndtagende kapitalisme med det underforståede budskab, at offentlige systemer bør afskaffe dødsstraf. Et yderst raffineret ordspil. Men hvad med en veluddannet sprogkyndig kvinde, som drømte, at jeg spurgte hende: »Hvordan går det med abeloid og pentatex«. Hendes associationer gik til en mappe til opbevaring af drømme, som jeg havde givet hende. Ab Elo Id betyder på latin: det der kommer fra Elo (= Ole). Id genkendte hun som Freuds udtryk for de ubevidste drifter. Pentatex fik hende til at tænke på penta = græsk for 5, tex på tysk »Text«, og videre, at hun havde givet mig en mappe med fem stjerner til at opbevare kopier i af hendes drømme. Herved havde hun »abet« efter mig: abelo. Drømmen gav derudover en masse information om hendes oplevelse af terapien og hendes forhold til sit driftsliv.

Drømme som højere-niveau-tænkning

Karakteristisk for de kreative synteser, som laves i vågen tilstand, er, at vi betragter dem som opfindsomme, fikse eller geniale. Vi ved, at de i al deres enkelhed kræver et meget stort forarbejde, og

vi ville aldrig tilskrive dem et underskud af mental kapacitet. Hvad er det for en fordom, der gør, at vi ikke kan tilkende det ubevidste lignende evner?

Freud påviste ved meget indgående studier sammenhængen mellem vitsen og det ubevidstes tænke måde i det, han kaldte fejlhandlinger. Fx fortæller »en fattig ung mand, der har besøgt sin rige familie, at han blev behandlet ganske »familionært«. Der er her sket en fortætning af familiært = på lige fod, og millionær = nedladende. Fortalelsen afspejler både, at den unge mand vil give indtryk af, at han blev behandlet på lige fod, at han faktisk blev behandlet nedladende, og at der er en ubevidst konflikt i ham om de to versioner. Altså tre oplysninger pakket sammen i et ord. Tilsvarende med en ung mand, der vil spørge en ung kvinde på gaden, om han må ledsage hende (begleiten), men kommer til at sige begleit-digen. Det sidste ord sammenstiller begleiten med beleidigen, der betyder forulempe.

Ifølge Freud er der 3 motiver: den unge mand vil ledsage pigen, han vil foregribe, at hun siger, at hun føler sig forulempet, og endelig vil han gerne »forulempe« hende i en overført betydning. Ved afsløringen af Monica Lewinskys oralsex på præsident Clinton omdøbte det folkelige vid det ovale værelse i Det hvide Hus til »det orale værelse«. Er mandens fortalelse mindre vittig? Den rummer i hvert fald langt mere information.

Og endnu et eksempel fra Freud: »En ung dame, der fører kommandoen i huset, fortæller mig om sin syge mand, at han har været hos lægen for at spørge ham, hvilken diæt han skal holde. Lægen havde sagt, at det ikke var vigtigt. »Han kan spise og drikke, hvad jeg vil.« Denne fortalelse, som spiller på de dominerende træk, der kan gemme sig bag megen omsorg, er mere dybsindig end de fleste højt honorerede vittighedstegninger af mutter med kagerullen. En lige så kostelig fortalelse fra en jungiansk praksis er en kvinde, der siger til sin aldrende mand: »Når én af os to dør, flytter jeg til Rivieraen«. Begge er fuldt på højde med den feministiske vittighed: »Når man kan sende én mand til månen, hvorfor kan man så ikke sende dem allesammen derop?«

Freud forstod godt, at en fortalelse med stor fortælleøkonomi kan erstatte en udførlig karakteristik. Alligevel tog han fortællelser, forglemmelser og andre fejlhandlinger som udtryk for det ubevidstes manglende beherskelse af logiske relationer. Men den, der laver et ordspil eller en vittighed, skal forstå de logiske relationer for at anvende dem til sine formål. Først derefter er det muligt at hæve sig op på et højere plan og sætte dem

sammen på en måde, der giver et nyt perspektiv. Vitsen har altså et overskud af information i forhold til dens rent logiske elementer.

Det er derfor ikke konsekvent at sige, at en vits eller et ordspil lavet i vågen tilstand skyldes begavelse, mens det modsatte er tilfældet, når det ubevidste konstruerer bisociationer, som rummer ny og brugbar information.

Holdningen til nye forståelsesrammer

Nye opfindelser og kreative spring kan set i bakspejlet virke så oplagte, at man undrer sig over, at de ikke blev gjort før. Men Hera af Alexandria, der for to tusind år siden opfandt dampmaskinen, satte den ikke i forbindelse med hjuldrevne køretøjer, og kineserne, der opfandt krudtet, tænkte ikke på, at det kunne anvendes til våben. Tværtimod vækker nye opfindelser ofte stor modstand. En bondepige videregav i 1760'erne den folkelige viden, at hun ikke kunne få kopper, fordi hun havde haft kokopper, til den engelske medicinstuderende Edward Jenner. Det gav Jenner en forståelse af princippet i vaccination, men han måtte i 20 år kæmpe mod omgivelsernes hårdnakkede skepsis. Det var dog først Pasteur, der over 100 år senere opdagede de mere generelle mekanismer bag vaccinationen. Han indsprøjtede bakterier, som ved en fejl var blevet svækket, i en flok kyllinger. De blev ikke så syge, som forventet og pludselig udrød han til de omkringstående: »De er jo blevet vaccineret.« Vaccination kommer af ordet vacca = ko, som refererer til Jenners oprindelige opdagelse med kokopper. Først efter Pasteurs nye association opstod modellen for vor tids vaccination.

Den østrigske læge Semmelweis opdagede, at mange kvinder kunne undgå at blive smittet med dødelig barselsfeber, hvis lægen vaskede hænder i klorkalk. Da han ikke havde en overordnet forklaring på fænomenet, blev opdagelsen afvist, og kvinderne døde i tusindtal.

Vor bevidste tænkning er meget mere rutinepræget, uoriginal og rigid, end vi bryder os om at forestille os. Hvordan dette har vist sig inden for videnskaberne, er blandt andet beskrevet i Thomas Kuhns bog »Videnskabens Revolutioner«. Men det samme gælder vores hverdagstænkning. I den enkeltes forhold til de ubevidste processer kan vi iagttage store vanskeligheder med at integrere den kreativitet, som det ubevidste bobler og syder af.

En frugtbar måde at udnytte det ubevidstes ressourcer på er imidlertid fælles for drømmearbejde og kreativitet. Alle undersøgelser af kreative nybrud viser, at de, hvad enten de er kunstneriske eller

videnskabelige, finder sted, når bevidstheden slapper af og lader det ubevidstes associationer komme til.

Det ubevidste kan tænke rationelt

Den forståelse, som mangler i de naturvidenskabeligt funderede teorier om drømme, der betragter drømme som hukommelsesskrald eller tilfældig tankesalat, er ideen om, at det ubevidste samtidig med sin associationsrigdom også er i stand til at styre associationerne på intelligent måde. Man forestiller sig i disse teorier, at det ubevidste ikke kan tænke rationelt. Men det er ikke tilfældet. Ligesom subliminal perception kan virke rationel og forståelsesmæssig, kan drømme sagtens benytte de samme tænkemåder, som i vågentilstanden. Det ubevidste mangler slet ikke evner for rationel logisk og erfaringsbaseret tænkning, sådan som de fleste teorier om det ubevidste hævder.

Når drømmene bryder med logiske og realistiske sammenhænge, er det for at tilføje noget nyt, give en ekstra mening, foretage et kreativt spring i oplevelsesmåde, ligesom den skabende fantasi gør.

Lad os som eksempel tage en drøm fra Kristian, der har været en dygtig amatørskakspiller. Han drømmer, at »en skakspiller, som har sort, er ved at udføre en blændende kombination med dronningeofter på G1, efterfulgt af en springer fra G4, som siger skak på F2. Der opstår en meget dynamisk og chancerig stilling for sort.« Kristian forsikrer, at denne opstilling er realistisk, og at han i drømmen kunne overskue hele spillet fuldstændig som i virkeligheden. Han ser også et andet skakbræt med en »usædvanlig stilling opstået som et koncentrat af brikker i centrum, i en korsform«. Både i første og andet parti er han altså i stand til at bedømme en stilling i forhold til almene normer og regler i vågenlivet og til at kombinere systematisk.

Men der er mere i det end som så. Han associerer, at dronningeofter er en af de smukkeste kombinationer i skak, og at han engang vandt en »skønhedspræmie« for et dronningeofter i en skakkonkurrence. Hele dette netværk af tanker og følelser kommenterer på en elegant måde hans vågne livssituation. Her har hans kone begæret skilsmisse, og hun ønsker under ingen omstændigheder ægteskabet genoptaget. Det har gjort ham meget ondt, men drømmen hjælper ham til at indse, at han må »ofre« enhver tanke om at beholde »sin dronning«. Han må holde op med at hengive sig til fantasier og planer om at genvinde hende, hvis han vil videre i livets store spil.

Det ubevidste viser desuden kreativ fantasi ved at forsyne ham med positive associationer til en meget vanskelig beslutning (dronningeofteret er smukt), og at han kan vinde alligevel. Drømmen giver ham her

det samme råd, som terapeuten ville have gjort ud fra sit kendskab til situationen. Og mere endnu. Kristian drømmer ikke så ofte om skak, men at han gør det i netop denne drøm, giver endnu en metaforisk information. Skak er et krigsspil: han tænker strategisk og krigerisk. Drømmen kombinerer altså en overflod af betydninger.

Et andet eksempel på en kombination af rationel tænkning og bisociation er en læge Mikkel, som drømmer: *»På mit arbejde kommer en kvinde ind med et dødt barn i maven. Det viser sig, at jeg få dage forinden har set hende på en vagt, hvor der blev kørt elektronisk fosterovervågning. Den viste for hurtig puls hos barnet og flere andre faresignaler. Samtidig havde moderen feber. Jeg havde bare sendt hende hjem, og nu er barnet altså dødt. På morgenkonferencen fortæller mine to kolleger A... og B..., at man burde have opdaget, at barnet var dødt. Dette vækker diskussion. Overlægen påpeger dog, at fosterkurven er normal, og jeg ikke kan lastes.«*

Bortset fra, at drømmens hovedkonflikt ikke har foregået i virkeligheden, er alle detaljer ganske realistiske. Det er kendte kolleger, der ser ud som i den ydre virkelighed. Det samme gælder apparatur, lokaler og viden om forretningsgange. Angsten og det frygtelige ubehag ved at have gjort noget helt galt er, som den ville være ved en virkelig hændelse. Og morgenkonference er ganske realistisk med kendte kolleger og saglig diskussion af komplekse medicinske forhold.

Det ubevidste som fortæller

I enhver psykoanalytisk lærebog vil man kunne læse, at det ubevidste ikke har tidsfømmelse, og at det ikke skelner mellem ydre og indre, årsag og virkning. Men Mikkel's drøm har fuldstændig styr både på begivenhedernes tidsmæssige rækkefølge og på årsag og virkning, og Mikkel selv skelner i drømmen uden vaklen mellem ydre begivenhed og indre erindring, mellem fantasi og virkelighed.

Det ubevidste mestrer her som i Kristians drøm en fornøftig, saglig og realitetsbetonet tankegang. Og igen kan det mere end som så. Det har en formidabel evne til at fortælle historier, til at skabe et struktureret dramatisk forløb. Det tillader spring i realisme, hvis det gør historien mere klar og egnet til at anskueliggøre væsentlige personlige problemstillinger. Det er nøjagtig det samme, som en romanforfatter eller dramatiker vil gøre.

Mikkel har ikke oplevet sådan en historie i virkeligheden. Men at være årsag til et barns død vil være enhver læges skræk. Så der er valgt et meget dramatisk og følelsesladet tema. I en 100% realistisk hverdagsfremstilling vil der være en endeløs række

af trivielle begivenheder imellem dem, vi får fortalt i drømmen. Men det ubevidste har udvalgt præcis dem, som udgør historiens røde tråd.

Ser vi nærmere på historien, er den bygget op med betydeligt dramatisk raffinement. Den går lige til sagen og starter »in medias res« med, at kvinden kommer ind på hospitalet. Herefter har Mikkel et flashback til den skæbnesvangre »fejltagelse«, og endelig springer drømmen frem til mødet næste dag, hvor problemet med fejltagelsen bliver diskuteret i et fagligt forum.

Tiltror vi drømmen en forfatters evner, vælger den en særligt følelsesladet situation ud for at vise Mikkel nogle mere generelle ting om hans egne følelser og indre processer.

Hans egen forståelse af drømmen var, at noget i ham selv (holdninger, forestillinger, opfattelser) ikke var levedygtigt. Men han er angst for at give slip på disse gamle holdninger.

Lægens og skakspillerens drømme er typiske, for så vidt de er i stand til at beskrive vågenlivets aktiviteter på en logisk, rationel og erfaringsbaseret måde. De »urealistiske«, »irrationelle« dele af drømmene kan fortolkes som meningsfulde kreative spring.

Drømme fra håndværkere, ingeniører, sekretærer, husmødre, litterater, jurister og hvem som helst andre udviser den samme evne til at tænke rationelt og teknisk, når det er nødvendigt, og kreativt, når det er det, det gælder. Drømme er karakteristiske ved, at de i sig selv er udtryk for forbavsende musiske talenter. En kvinde, der ikke ville være i stand til at skrive en linie til en selskabssang, drømmer en nat, at en svalevinge strejfede hendes ansigt, og at et guldæg falder ned i hendes hånd. Og et skjult dramatisk geni kan i en stiltfærdig kontorists sind nat efter nat være forfatter og instruktør af udviklede agentdramaer, som han ville være ganske ude af stand til at skabe i vågen tilstand.

Selv rationalistisk indstillede drømmeforskere må medgive, at drømmenes evne til at fortælle en sammenhængende historie fuldstændig glidende og uden hæmninger er en specifik kognitiv kapacitet, som langt overgår den vågne bevidsthed.

Denne »narrative kapacitet« finder jeg yderligere fascinerende ved, at den ikke er tilfældig effektjageri eller underholdning. Den formår i symbolsk form at fremstille vigtige indre psykiske processer på et højt niveau.

Drømme og indre skabelse

Blandt drømmenes vigtige funktioner er efter min opfattelse en form for psykisk langtidspanlægning. De afspejler på samme tid indre skabelsesprocesser

og hindringer for dem. Drømmene foregriber derfor, som jeg ofte har erfaret, et menneskes udvikling, før forandringen af personligheden viser sig i den ydre verden.

At forlade spædbarnets paradistilstand og overgå til børnehvealderens prøvelser kan i drømme opleves som at blive kløvet eller drevet ud af en skov eller have med et sværd, som da englen uddrev Adam og Eva. Og en pige, der har været til sit første klassebål, drømmer måske om mænd, der forfølger hende med knive. Nogle år senere sker det forhåbentlig, at pigens mareridt bliver til et eventyr, hvori knivstikkeren er forvandlet til en smuk ung mand, som trykker et kys mod hendes læber, og hvor »dolken« bliver forvandlet til smukkere og mere lystfyldte billeder.

I voksenalderen kan vore natlige oplevelser hjælpe os til at vælge den livsstilling, vi vil befinde os bedst ved, og gøre kærlighedslivet og forholdet til vore børn rigere.

Senere i livet, når børnene er sat i vej, og karrieremål er nogenlunde fastlagt, kan drømmene vise vej til nye holdninger og livsværdier. De kan føre til en dybere indsigt i egne ubevidste ressourcer og begrænsninger. De åbner for en udvidet forståelse af det modsatte køns kvaliteter og måske endda til den visdom, som burde høre alderdommen til. Selv når vi nærmer os døden, begynder drømmene at forberede os, som havde de kendskab til de store religioners lærer.

Når vi er skabende i den ydre verden, kan drømme på mange måder bidrage til processen. Den berømte franske kemiker Kekulé drømte sig til formlen for benzen, den organiske kemis vigtigste molekyle. Men også i det almindelige menneskes hverdag kan drømmene støtte enhver form for kreativt arbejde. Hos de mange mennesker, jeg har haft i en terapi med drømme, har drømmene altid kommenteret skabende processer i meget bred forstand. Det kan være i en professionel sammenhæng, i et forsøg på at skabe en ny familiestruktur eller i forholdet til egen selvopfattelse.

Generelt udsiger drøm mende først og fremmest noget om holdningen til den kreative proces og præsenterer ikke færdige løsninger, men dette kan i sig selv være en stor hjælp. Jeg har fx hjulpet mange unge studerende til at gøre et speciale færdigt ved hjælp af drømme, der fortalte, at ambitioner og angst for andres mening hæmmede deres kreativitet. I »Drømmenes Dimensioner« har jeg beskrevet en drømmeserie i forbindelse med mit eget arbejde med bogen »Det kvindelige i Manden«.

Selv så tilsyneladende fysiske skabelsesprocesser som befrugtning og graviditet synes at kunne hjælpes på vej af drømme. En kvinde, som i årevis forgæves havde forsøgt at blive gravid, drømte, hver gang hun nærmede sig ægløsningstidspunktet, om små, sorgfulde og forladte børn. Drømmene var genopdukkende erindringer om hendes egen ensomme barndom. Da hun tillod sig at mærke sin sorg over den triste barndom og udtrykke den i lindrende gråd, drømte hun en nat omkring ægløsningen, at et voldsomt regnskyl oversvømmede et udtørret område og fik nyt liv til at spire. Denne gang blev hun gravid.

Drømmenes narrative kapacitet er således aldrig tom, simpel spændingsudløsning eller ren underholdning. Drømmene giver altid i en koncentreret form meget værdifulde oplysninger om indre processer.



En drömmares reflektion

Efter workshop 28.4 2000 O. Vedfelt

Att anmäla sig som frivillig drömmare i detta seminarium visade sig bli en farlig dans på slak lina. Jag gjorde det ju självmant, men hade naturligtvis inte satt mig in i metoden som gällde i detta sammanhang. Jag lärde mig vikten av att detta inte var en vanlig Ullman drömgrupp, utan mer liknade terapi. Gränsen mellan mitt privata liv och det drömda materialet jag gav behövde jag själv sätta gränser kring för att bevara min integritet. För att använda denna modell var det nödvändigt att jag hade tillgång till mina tidigare erfarenheter av arbete med mina drömmar. När det gäller det reflekterande teamet gjorde de ett fint jobb, men även här är det viktigt med professionalitet så att drömmaren ej utsätts för övertramp. Det hade varit spännande att dela samma dröm i en ”Ullmangrupp”, för att utforska skillnaderna i drömmetod. Denna metod kan ej användas i vanliga lekmanagrupper, där drömmen tillhör drömmaren och varsamheten är stor. Positivt var Oles sätt att använda kroppsspråket, som jag inte var medveten om när jag berättade om drömmen, något man kan använda sig av. Det var roligt att få vara med denna ljuvliga försommarmhelg då allt stod i full blom. Tack för att jag fick delta och medverka på detta sätt.

Malmö i maj 2000
Helena Ekdahl

From Wound To Scar - Easing The Pain Of Trauma And Torture Experiences Through Dreamwork

By Binnie Kristal-Andersson.

Lecture given at the Drömgruppsforum 10-Year Jubilee Conference with the theme "Dream as a healing possibility", 28-30 April, 2000, Växjö, Sweden.

This lecture is dedicated to Montague Ullman, M.D. It will explain how and why I started using the "dream appreciation approach" in clinical work with refugees, especially traumatized and tortured refugees, and immigrants in Scandinavia, and also, on the Gaza Strip, in supervisory work with Palestinian professional carers in 3 mental health clinics there. Secondly, a description will be given of how the dream appreciation approach can be incorporated into individual and group work with refugees and immigrants - adults, adolescents and children; and finally, an example of working through a dream in a group with traumatized and tortured refugees will be presented.

How and why I started using the dream appreciation approach

It had already been popular in Sweden for a few years when I first learned about it. I was skeptical. I had been interested in individual dreamwork for many years in my own clinical work and psychotherapy supervision, and in my own inner development through self-analysis, creative work and in my own psychodynamic-oriented therapies and psychoanalyses. Through these, I had been able to better understand and learn to live with and mentally survive my own childhood experiences and traumas. These were to a great extent caused by the environment I was born into - a tough Brooklyn, New York slum background; I grew up among drunks, drug addicts, prostitutes; street violence, family violence; my childhood playmates were family members of the Italian and Irish Mafia; I was raped on the street when I was ten year old. Most of my childhood friends are now dead. They did not die of old age, but of violence, alcohol or drugs. One good childhood friend is still serving a lifetime prison sentence.

Even though, I am 59 years of age, and have lived over half my life in Sweden, I still live daily with the memories of those traumatic experiences. Mostly, and especially to protect my own integrity, I have learned not to speak of these experiences, or how they have affected me. Because it is a very different childhood from the Swedish people I had learned to know when I first came to Sweden 34

years ago, and until most recently. I have seen and heard everything from shock to curiosity to disbelief in the eyes and words of Scandinavians when I mention my background. And therefore, I had always chosen individual therapies, analyses and supervision, except for one two-year group where I did not utter a word. Finally, after many years of reflection and analysis, I could write about my childhood in a book published in 1990 in Swedish called, Brooklyn within me. Unfortunately, as we all know, the Scandinavian societies have now developed similar problems.

For over 25 years, I have always tried to use the insight I have gained from my own background and survival towards the healing of others within my own clinical work and supervision, especially in working with traumatized and tortured refugees and their families from all over the world.

Individual dreamwork had helped me. For many years, I had used it successfully in individual work with traumatized refugees of all ages and backgrounds. I wondered how it would be in a group to share dreams and to dare to work via a group on the traumas that would come up in them.

As is usual for persons who have experienced traumas, in spite of my self-insight, I was still haunted in my dreams by these experiences. A few years ago, I decided to join a dream appreciation group led by a person I trusted which consisted only of colleagues. I wondered what it would be like to relate my dreams in a group and to have the courage to work on some of the traumatic experiences that I knew would surface. However, and always aware of, and very careful about the disclosing and sharing of my own personal childhood and youth traumas, I wanted to see if I could continue to work on them via a dream appreciation group. This was an important experiment for myself - and unconsciously, already then, for the traumatized refugees I was working with. Without my being aware of it, I was preparing myself to learn to be able to work with the healing of traumatic experiences in a dream appreciation group.

At the start of this group, I was suspicious, a typical symptom of a person who has been traumatized. And easy enough to comprehend considering the many personal consequences the sometimes "opened scars" of traumas can cause. I unconditionally demanded of the group leader and the other members that we "stick to" the dream appreciation group process, and not let it become something else, such as dream interpretation. It worked for the others: and it worked for me. I continued in the group for two years. The dream appreciation work helped me a lot. However, I was the only one in the group that had experienced outer childhood traumas, and I felt very "different". Due to this, I eventually

left the group and came to the conclusion that it might be best to organize traumatized persons in groups of their own in order to avoid the feeling of loneliness of "being different". Even if we don't look or act differently, the feeling is always there. Unfortunately, individuals who have gone through and survived outer traumatic experiences are different - adults, adolescents or children.

Working with psychological difficulties caused by outer violence and trauma

It is extremely difficult even for the most experienced mental health professional anywhere in the world to work successfully in psychotherapy, support work and counseling with children, adolescents and adults who have experienced the psychological and social consequences of outer trauma, social and political oppression, prison and torture and/or the atrocities of armed upheavals and wars, and all other abuses of human rights.

These experiences are difficult to "contain" or "listen to" - two basics of therapy and counseling - as hearing about them can be painful, and being "a container" or "holding on" therapeutically to them, even more painful. However, we know that the healing of inner "wounds" depends primarily on the mental health professional's ability to cope within himself/herself with the person's feelings and pain as his/her experiences are remembered and shared. Finally, this can lead to the individual's catharsis and "healing" or learning to live on "in spite of" what has happened in the past. "In spite of" is an expression termed by the deceased existential theological philosopher Paul Tillich (1972).

For over twenty-five years, I have utilized dreamwork in individual psychotherapy and in groupwork with torture, prison and war survivors living in exile in Scandanavia, as well as training/supervising other professionals working with these groups. .

Many survivors of human rights abuses have difficulty in describing these experiences for numerous and varying reasons. For those individuals who have been/are involved politically or have been/are human rights activists in their homelands and perhaps in exile, retelling difficult past experiences caused by human rights abuses could entail the fear of divulging political or personal details which may be difficult, dangerous and/or impossible or too painful for him/her even while living in exile to reveal to a therapist and/or group.

Several years ago, I started using, with survivors of human rights abuses, the dream appreciation approach because it is designed to protect the

confidentiality and integrity of the dreamer in front of the therapist and/or the group, which is most essential for the above-mentioned groups. I have seen the healing effects of "dream appreciation" in individual and groupwork with torture, prison and war experiences, and especially when the individual(s) are not able to reveal or retell every detail.

First, I started using the dream appreciation method in individual and couple therapies with refugees. It was well thought of because the actual event, circumstance or happening does not have to be described. During that time I also began to use and teach the dream appreciation approach in supervision and training in Sweden and Finland. At Åbo Academy University in Finland together with Finnish psychoanalyst colleague, Christina Saranevo, from 1992-1996, a specialist training program was organised based on the conceptual framework I had formulated for work with refugees, traumatized refugees, torture survivors and their families. Three consecutive 13-month training programs were carried out with several groups of counselors, psychotherapists and psychoanalysts. An evaluation of the first group training is described in part II of the research of my dissertation discussed further on. The dream appreciation approach segment of the training was one of the most highly -rated. This segment included literature on the dream appreciation approach, lectures on the method and training in its application to work with refugees. Finally, I submitted a proposal to start such groups in a Center for Tortured Refugees in Sweden, but the proposal got lost on the desk of a bureaucrat, which is a too-usual occurrence here.

Since 1996, I have been training and supervising mental health professionals of the Gaza Community Mental Health Programme in Palestine, in psychotherapy and support work. A significant part of this training is teaching the use of individual and group dreamwork and the dream appreciation approach to work through human rights abuses. I came to Gaza at the invitation of the Palestinian human rights activist and psychiatrist, Dr. Eyad El Sarraj. I had met Dr. Sarraj in 1989 at an international human rights conference in Åland, Sweden where I lectured on my conceptual framework for refugees. It was during the time of the Intifada (the Intifada, as you probably know, was a Palestinian protest movement against the Israeli occupation - initiated and led by stone-throwing children and teenagers). At that time, Dr. Sarraj was about to start a mental health clinic in Gaza with the purpose of giving qualified psychotherapy and support work to the traumatized Palestinian population. People who

since 1948 and the Israeli occupation had been suffering from the consequences of life in refugee camps over the Gaza Strip in exile from their homes and their lands, the atrocities of war, political struggle, oppression and constant humiliations, imprisonment and torture, extreme poverty and despair. At that time, when Dr. Sarraj asked me to help him train and supervise the staff, I had to refuse his request, as I had family and work responsibilities in Sweden.

In 1996, eight years later, I met him once again in Stockholm at an Amnesty International conference on Torture. He walked with a limp and was aged far beyond his years. He was there to witness about the torture he himself had recently endured, and to thank Amnesty for helping him to be released from a Palestinian prison, and "only" (his words) 19 days of imprisonment, isolation and torture because he had outspokenly pointed out and criticized the injustices of the new government of the Palestinian Authority, as he had also done with Israel's human rights violations during and after the occupation. Remembering his request to help supervise and train the staff, I asked if the offer was still open. He said, enthusiastically, Yes!

When I arrived there, the original staff of 5 Palestinian professionals had grown to over 100 psychiatrists, psychologists, social workers, nurses and other professionals working in three clinics along the Gaza Strip. The staff is constantly faced with, along with the persons they try to heal, the difficulties and complications, the violence and traumas of daily life on the Gaza Strip. Each staff member has, on a personal level, experienced the outer traumas of life in Gaza in different ways. In assessing the staffs' needs, I learned that most of them had not worked through their own terrifying personal experiences and traumas which they had went through as children, teenagers and up to the present. Therefore, at the sametime that I supervised and trained at the three clinics, I tried to help some of the staff members work through their own frightening experiences and traumas. One of the most effective ways was through the dream appreciation group. For several reasons. Its healing power, the integrity it allows each group member to keep, and for security reasons, or confidentiality. Security in the fact that the actual event does not have to be told to the group or to the therapist. Being a political person in Palestine can just mean being human and demanding equal rights for all Palestinians. Because of this, some of the staff members have been or are politically involved, and have been imprisoned and tortured in Israeli and/or Palestinian prisons because of it. Let me give you some examples from the actual reality of the staff members. I quote now from reality, not dream.

"The doorbell rang in the afternoon. My 7-year-old son answered the door. It was a policeman. A police car with several police stood in the street. The neighbors gathered silently. They support and like me, but they couldn't do anything. This time it was just to give me a subpoena to come for questioning the next day. A year ago, they came in the middle of the night. My wife answered the doorbell - she insisted - and my son, then six years, old watched as several policemen took me away at gunpoint, my hands cuffed in back of me. I didn't come home for several months after that. I was beaten and tortured in different ways almost everyday."

This is a staff member's explanation of being questioned in 1997. He was was interrogated several hours. He resumed his treatment work the next day.

Here is another example. The therapist is reminded of his/her own experiences and feelings and flashbacks during a treatment session.

"In April, it was tense - a suicide bombing had occurred. One of my patients, a woman, depressed, had paranoia that the security police were coming to get her only remaining living son. A few years before, one son had 'been killed by the Israelis. Another son was just out of a Palestinian prison. She was afraid that he would be imprisoned again.

What happened within me when I listened to her? You ask... I thought about my own cousin. They took him the other day for questioning. His mother, my aunt, answered the door. A few years ago he was a member of Jihad, (a Palestinian political party), but now he had left. They come everytime something happens. Last year they kept him several weeks, beat him, tortured him - his own people. He comes to the clinic now - he is on anti-depressives and comes once a week for psychotherapy."

The dream appreciation group allowed the staff members to work through these experiences without having to reveal personal or political details. In the last part of the lecture I will give an example of a dream appreciation group from there.

Now I'd like to discuss how the dream appreciation approach can be incorporated into individual and group work with refugees and immigrants - adults, adolescents and children using a conceptual framework

On May 31st at Lund University, I am to publicly defend my dissertation and attainment of a doctorate in: the psychology of the refugee, the immigrant and their children - and the development of a conceptual framework and its application to psychotherapeutic and

related support work. It is the culmination of over 25 years of clinical research. You are most welcome to attend!

The framework suggests a way of looking at and gaining insight into the inner and outer world of the refugee/immigrant. It can be combined and applied to the dream appreciation approach.

The framework offers a method for structuring and systematizing the inner and outer world of individuals from these groups by considering the past life experiences in the homeland, the present ones in the new country, and how the combination of these may influence his or her current symptoms or problems. The framework consists of several significant key dimensions: the refugee/immigrant situation and six aspects.

The refugee/immigrant situation considers the outer changes the individual/family goes through and how they can influence their inner world. It studies the combination of the outer processes of change that the individual undergoes and the accompanied inner changes that can occur. The outer changes include such variables as: climate, landscape, environment, culture, ethnic/racial differences, religion, language, employment, politics, society, socioeconomic conditions, education and the way the new country functions.

The six aspects of the framework are:

1. The first aspect: *the states of being* - which are commonly-occurring inner difficulties such as: *feeling like a stranger, loneliness, missing, longing, guilt, shame, separation and loss, sorrow, language degradation, value degradation, inferiority, a sense of non-identity, rootlessness, bitterness, suspicion, prejudice – to be prejudiced, to feel prejudice, and the scapegoat syndrome- to be the scapegoat, to feel like the scapegoat.*

2. The second aspect: *the adaptation cycle*; considers length or time the individual/family has been in the new country and how s/he and the family have adapted to it.

3. The third aspect considers *the childhood experiences*.

4. The fourth aspect: *relevant background conditions*, includes such components as: age on arrival to the new country and now, gender and the roles, country of origin, environment, climate, landscape, the cultural, racial/ethnic, political, educational and socioeconomic background in the home country and in the new one;

5. The fifth aspect: *the reason* the individual/family sought asylum or immigrated;

6. The sixth aspect: *transition-related conditions*., such as: *previous homeland experiences* of oppression and violence, the atrocities of war, the loss, death and/or disappearance of family, friends, colleagues; imprisonment and torture, loss of possessions; or catastrophes of nature; *traumatic experiences* in relation to the these homeland experiences; *waiting for permission to stay in the new country*; *loss of society and political or religious place within it*; *lowered self-esteem*; *ambivalence*; *dream of returning to the homeland*; *the refugee turns immigrant*; *the choice of returning to the homeland*.

When the framework is applied in work with the refugee or immigrant child/adolescent and parents, their difficulties can be systematized, so that the most severe ones obstructing development and well-being are more effectively dealt with.

The framework can also be considered and applied in dream appreciation groups and individual dreamwork with refugees and immigrants.

To conclude the lecture, here is a description of a dream appreciation group with traumatized and tortured refugees.

A dream group with traumatized refugees can consist of 2-8 persons who have experienced traumas and who want to, or have to, work through them or other problems in their lives related to their traumas. This is a non-threatening way to work with traumas, which allows the individual to retain his integrity. He/She may penetrate as far into the memories and feelings surrounding the events as he can handle (on a conscious and an unconscious level).

The participants in a dream group might simultaneously be in therapy or other kinds of treatment - beginning or concluding treatment - or they might take part exclusively in the dream group. The method of the dream appreciation approach is carefully followed.

The Goal

The goal is to contribute to the healing of traumas - to "tend the scar" that is there and to help the traumatized persons to not feel so lonely with their experiences and the memories that haunt them. The group members help the individual to examine and understand the dream. They help to "clothe" the dream - or the unconscious - in feelings and words. The individual can either accept or reject these "clothes", but usually one or a few of the group's "own" feelings and associations awaken the

dreamer's inner knowledge, resulting in consciousness, insight and healing - silently inside the dreamer or within the group in words and feelings.

Integrity

The traumatized individual can either "hold on to" the integrity he or she has slowly rebuilt, or say STOP when it is threatened. No one in the group may harm someone else's integrity by becoming too personal - unless that is what the dreamer wants. A group consisting of traumatized refugees, with similar or different cultural backgrounds, helps the individual not to feel lonely or different, since everyone in the group has experienced traumas of different types. With or without words, they know how important it is to "be careful" and "have respect for" the horrible feelings surrounding the traumas which can be awakened again and again - consciously or unconsciously.

An example of a dream, and how it is worked through in a dream group in Gaza, Palestine

This group consisted of 8 Gaza Community Mental Health workers 6 males and 2 females and myself. The staff members were born or brought up in refugee camps in Gaza. Several of the staff members had been imprisoned and tortured. A few of the members of this group were brought up in the same refugee camp. This group lasted 12 consecutive weeks, and met again a few months later for 4 weeks, then 3 weeks.

1.The person relates his dream.

Names of people or places in the dream can be changed if the person who has dreamt the dream so wishes. But the "storyline" or "drama" of the dream is told as exactly as possible.

The dream:

"I am in my home in a place where I have never been. I see a fisherman's rope, but the boat is gone. A man starts to whistle. I try to run, but can't. Instead, I begin to dance. I wake up screaming..."

2.The group asks for further clarification.

(This is done if there are uncertainties regarding the dream's "outward features", for example what the environment is like, what colors there are, whether it is night or day, how the room is furnished.)

The questions asked in this group were:

Was your home in Gaza? The answer: It was not my home in Gaza. It was somewhere else.

Was the fisherman's rope thick or thin? The answer: Thick

Did you see who the man was who whistled? The answer: No.

3.The dreamer listens without commenting.

One at a time, those group members who want to take the dream and make it theirs. They explain how they would feel if they had had such a dream and describe their immediate feelings towards the dream and what different "emotional associations" it has given them. The group members makes the dreams their own:

It feels as if I would die.

I feel completely desperate.

I feel so lonely.

I feel abandoned.

I feel trapped. I'm a little girl and I'm closed in and alone.

I feel like I am doing a death dance.

(The group continued to talk and project about all the feelings and associations they get from the dream.)

4. The group goes over to speaking about their own symbols/metaphors surrounding the dream.

The dreamer continues to listen without talking

To me, the house represents my inner self.

To me, the fisherman represents God. His boat is gone. For me, God is gone.

To me, the rope stands for the rope they used when I was in prison.

To me, the whistling man means that the torture is about to begin.

To me, running signifies escaping or trying to escape.

When I'm running in a dream it represents freedom.

I was running towards freedom. I was stopped.

The whistling man reminds me of my father. He likes to whistle.

Dancing - I like dancing. I can become ecstatic when I dance to our music with my friends.

If I'm dancing instead of running, it means that I am in one place, but would rather be in another.

I can't break free. Either that, or I'm doing something I don't really want to do. I'd like to run, but I dance instead.

I'm dancing to the music of the torturer. I tell him what he wants to know. I squeal.

I see my friend hanging dead in a rope that is swinging back and forth in the wind.

5.The dreamer is asked if he wants to comment and associate to what has been said in the group.

(This is only done if the person considers it necessary; it is completely voluntary. If he decides to comment, he expresses himself freely in whatever way he chooses. The group and the leader listen silently.)

In this group, the dreamer does not comment but looks about to cry. He gets up about to go, but his colleague and friend puts his arm around his

shoulder. He stays. The room is silent. Then he starts talking: " My father was a fisherman. We had a small boat and nets made of rope. We fished together. He is dead now. I was taken from my house at night. I was blindfolded. We drove a long time. I was somewhere in Israel, I thought. Maybe my hometown. I remember thinking that. The cell I was put in was tiny. It was my home for months. No one talked to me. But the guard whistled. I was blindfolded again and again and taken for questioning. I had to stand. I tried to hold myself up. I was not allowed to even go to the toilet. It was like dancing. Sometimes I was beaten till I fell. A noose was put around my neck and they threatened to hang me. If I didn't tell them what they wanted to know.

6.The dream is read.

(When the dreamer has given his comments and associations - or chosen not to do so - someone in the group slowly and carefully reads the dream out loud, word by word. (This also is voluntary.) The reader makes a pause after each sentence so that the dreamer (and the group) can think it through silently and be given feelings and associations towards it once again. The dreamer is then asked if there is anything else he would like to say about the dream. If so, he brings up additional feelings, thoughts and associations. The group listens without speaking.)

The dreamer's colleague read the dream slowly. He tried to hold back his emotions, but he couldn't.

7.The dreamer is asked if he wishes to work further with the dream.

(If so, he and the group members freely form associations using the feelings, thoughts and suggestions they might have surrounding the dream. The attitude of the dreamer defines this phase and where it begins and ends. He responds to comments and questions only if he wants to. When this phase is completed, or when the dreamer decides not to go deeper into the dream, the group concludes the meeting, or goes on to another dream, depending on how much time there is left.)

The dreamer went further into the dream. The fisherman's rope is double for me. My father did not want me to become a member of a political party. It was during the Intifada. He died of a heart attack when I was in prison. I blame myself. My best friend was killed. He was beaten to death. Another hung himself, we were told. I don't know. His colleague said, Your father was proud of you, he told that to my father when you were in prison. He did? The dreamer asked. He did, his colleague replied.

8.The next meeting.

The next time the group meets and everybody is gathered, the leader first of all asks the person who related his dream at the previous meeting if there is anything he would like to bring up concerning the dream. If so, he explains what thoughts, feelings and associations he has had after the meeting. The group does not comment if it is not absolutely necessary. The leader next asks if someone has a dream that he is willing to relate this week, and the dream work of this meeting begin

The dreamer said, I didn't sleep the night after our last meeting. It all came back to me, but I cried and cried for my father and for my friends. I felt better then. The tears won't bring them back. But I don't feel so alone and full of guilt, anymore.

The group members of such a group living in exile could be:

Traumatized refugees

Men and women

Persons with similar or different cultural background

Persons who are in therapy

Persons who have concluded analysis or other kind of treatment

Persons who are waiting for treatment

Persons who simply want to participate in a dream group

The group may be a mix of these categories. What language or languages to use and whether or not to use an interpreter can be discussed.

The contract.

The group gathers once a week, (holidays et cetera excluded), at the same time and place every week, for one and a half hours. The first contract extends over at least one term but could last two years or more. (I am of the opinion that a group of this kind needs time; to form, build structure and focus and to gain confidence.)

Dream appreciation groups for traumatized refugees are a non-threatening way of sharing and work through traumas. The dream appreciation approach can also be used individual therapy and support work.



Vårvinterträff i Ängelholm

Lördagen den 10 februari 2001 hade Drömgruppsforum Syd sin fjärde regionala träff sedan starten och denna gång sågs vi i Ängelholm. Tidigare träffar har varit i Löberöd, Malmö och Karlshamn. Under jubileumsåret 2000 hade vi ingen träff alls och det kändes därför extra angeläget och roligt att få mötas nu. Vi som deltagit

i träffarna har upplevt det mycket positivt att inom den egna regionen kunna utbyta erfarenheter, diskutera framtidsplaner och också få tillfälle att arbeta med drömmar tillsammans.

Karin Roos hade inbjudit till de trivsamma St Lukaslokalerna vid Nya torget i Ängelholm och vi 10 som hörsammat inbjudan samlades kring kaffe vid 10-tiden. Tiden fram till lunch ägnades huvudsakligen åt uppläggning av framtida träffar, för att sedan i lugn och ro ha tid efter lunch till drömgruppsarbete, vilket alla närvarande kände angeläget. Många av oss är ledare av egna drömgrupper och får därför inte så många tillfällen till personligt drömarbete. Vi avslutade dagen vid 15-tiden och for sedan hem till alla respektive barn i Skåne och södra Småland och kände stor tillfredsställelse med dagen – att dela dröm är alltid lika fantastiskt! – och också med de förslag för framtiden som lades.

Vi är ca 30 st i regionen som är medlemmar i Drömgruppsforum och vi planerar fortsättningsvis att inbjuda till träffar. Dels en gång årligen för mera övergripande diskussion och planering (orten variera), dels 3-4 ggr årligen för drömgruppsarbete och då i 2 olika grupper som träffas i Lund resp. Växiö (detta av geografiska och praktiska skäl).

Vi ser framtiden an med tillförsikt och hoppas på stor deltagande i vårt regionala arbete. Vi vet att bl. a. Göteborgsregionen har lång erfarenhet och stort utbyte av sina återkommande möten. Finns det andra regioner i landet med mot svarande erfarenhet så hör gärna av Er till Drömdialog och berätta. Det är fint att dela erfarenheter.

Ann Malmquist



Välkomna till Drömgruppsforum !

***Nya medlemmar sedan senaste
Drömdialog utkom i november 2000***

Kicki Carlsson, Borås; Else-Lotte Edenius,
Sundsvall; Bodil Eklöf, Hjærtum; Angela Greborn,
Stockholm; Hanne Kjellstad, Bergen, Norge
Aase Villanger Nielsen, Nesttun, Norge



Meddelanden

Veckan efter midsommar, 25-29 juni, anordnar Drömgruppsforum i samarbete med Ljungskile folkhögskola och St Lukasstiftelsen, Göteborg drömgrupper och drömgruppsledarträning. Anmälan och information via folkhögskolan, tel 0522 - 68 69 70



Nästa nummer

Växjökonferensen, forts.: Sven Hedenrud

Rapport från årsmötet 17-18 mars



Glöm inte skicka in din e-mailadress till kassören Ann Malmquist, aanmalmquist@swipnet.se