

Drömgruppsforum – Verksamhetsberättelse 2025

Ändamål

Föreningen Drömgruppsforums målsättning är att:

1. Sprida kunskap om drömmar och drömmens betydelse samt med självupplevt drömarbete som grund bevara och utveckla professor Montague Ullmans metod för drömarbete i grupp.
2. Förmedla föreläsare och drömgruppsledare.
3. Verka för utbildning och fortbildning av drömgruppsledare.

Styrelse, revisorer, utbildningsutskott och valberedning

Årsmötet hölls den 15 mars 2025 i Stockholm i samband med en kurshelg, där följande **styrelse** valdes:

Ordförande: Marie Welin, Stockholm
Ledamöter: Anna Borgström, Växjö
Kristina von Dolwitz, Stockholm
Eva Grip, Simrishamn
Lina Palmqvist, Göteborg
Ingela Runefors, Växjö

Styrelsen har haft åtta styrelsemöten under året och fokus har varit att genomföra de återkommande drömkurserna, utveckla prova-på och seminarieverksamhet, besluta om diplomerings av drömgruppsledare, utse handledare och lärare, samt hantera zoom-licenser och övriga administrativa uppgifter.

Revisor har varit Gunnar Sundström.

Utbildningsutskottet har bestått av: Anki Kihlström Goldkuhl, Elisabeth Gruneau och Birgitta Vasko.

Utbildningsutskottet verkar för att kunskap och kompetens rörande Ullmans metod förvaltas och utvecklas. Diplomerings av nya drömgruppsledare bedöms av utbildningsutskottet inför styrelsebeslut. Utbildningsutskottet ansvarar också för lärarbemanning av ledarträningsgrupper, mm. Under 2025 har en drömgruppsledare diplomerats och två nya handledare utsetts.

Valberedning har varit: Birgitta Rydberg, Annika Johansson och Marianne Delmar.

Medlemsantal

Under 2025 fick vi sex nya medlemmar. Vid årsskiftet 2025/2026 hade föreningen 87 medlemmar varav sju hedersledamöter, vilket är oförändrat antal jämfört med 2024. Medlemsavgiften var oförändrat 200 kronor per år.

Verksamhet under 2025

Drömdialog – digitalt nyhetsbrev

Vi fortsatte under 2025 att distribuera Drömdialog som ett digitalt nyhetsbrev. Under året skickade vi ut tre nyhetsbrev samt en särskild inbjudan till drömgruppshelgen i Skåne. Styrelsen ser en vits i att ha löpande dialog med medlemmarna. Nyhetsbrevet hittills inte nått fram till alla medlemmar, men antalet som läser nyhetsbrevet ökar varje gång. Under 2025 var det i genomsnitt 75% av alla medlemmar som öppnade nyhetsbrevet. Hela 81% läste utskicket med särskild inbjudan varför vi i framtiden kommer försöka skicka ut inbjudningar till helger separat.

Medlemmar är varmt välkomna att komma med förslag på innehåll i framtida nyhetsbrev.

Hemsidan

Vår nya hemsida dromgruppsforum.se sjösattes i april 2023. Eftersom den har varit långsam att ladda och vi har haft en del andra problem, beslutade styrelsen att kontraktera en konsult för att göra om sidan till en total kostnad på 15 000 kronor. Arbetet är pågående och innebär även att webbsidan kommer att flyttas från Telia till ett billigare och bättre webbhotell under våren 2026.

Drömhelg i Stockholm 15–16 mars

Liksom tidigare år hade vi förmånen att få låna Sensus fina lokaler i Medborgarhuset. Vi var 22 deltagare från Umeå i norr till Simrishamn i söder. Vi arbetade med drömmar i två blandade grupper och en ledarträningsgrupp. För första gången erbjöd vi ett gratis prova-på pass för utomstående. En deltagare nappade på erbjudandet och var mycket nöjd med erfarenheten efteråt.

Birgitta Vasko höll en introduktion till drömgruppsmetoden på lördag morgon. På kvällen stannade vi kvar i Sensus lokaler och bjöds på smarriga pizzor och smaskig efterrätt.

Drömvecka i Växjö 24–27 juni

Vi provade lite nytt detta år och förlade våra drömdagar till Växjö i stället för Öland (och Sigtuna) som tidigare somrar. Dels av ekonomiska skäl, dels för att vi trivs så bra i föreningen Slånbärets fina gemensamhetslokal. På grund av många sjuka blev vi en decimerad skara. Totalt var vi tolv deltagare med en liten ledarträningsgrupp och en något större blandad grupp.

Men vi hann med annat också. En kväll genomförde vi en övning i att illustrera drömgruppsmetodens alla faser. Spännande! Vi grillade och vi gick på en givande historisk vandring runt Växjö med Anders Koskull, stadens landshövding under 1700-talets tidigare hälft. Vi fick också besök av en reporter från P4 Kronoberg som sände direkt från våra

drömdagar. Det var fullmatade dagar som alltid. Att vi var så få gjorde att vi kunde sitta tillsammans runt ett bord vid måltiderna. Och många fina samtal runt bordet blev det.

Drömhelg i Baskemölla på Österlen 11–12 oktober

För första gången på länge arrangerade föreningen en helg i Skåne. Vår styrelseledamot från Simrishamn övertygade oss om att vi borde arrangera en drömgruppsträff i hennes vackra hemtrakter. Eva drog ett rejält lass genom att hitta lokaler och boende (Baskemölla vandrarhem) för drömgruppshelgen och tog sedan fram konceptet med en seminariedel under lördag eftermiddag, som skulle vara öppen för allmänheten.

Lördagens seminarium hade titeln ”Vad ska vi med nattens drömmar till?” Här föreläste Birgitta Vasko om ”Att förstå drömmens språk”, Annkristin Andersson berättade om sitt konstnärskap under titeln ”Så inspireras jag av drömmar” och Anders Omstedt föreläste utifrån sin nya bok om ”Drömmens dolda intelligens”. Helgen blev en succé med 24 deltagare varav många från drömgrupper i Skåne. Det öppna seminariet på lördagen besöktes av drygt tio nyfikna utomstående och prova-på gruppen blev full!

Engelsktalande drömgrupp på zoom

Under 2025 har drömarbetet på Zoom fortsatt med tre drömgruppsarbeten under våren och ett under hösten. Drömgruppsarbetet har letts av Torun Tornesel, Elisabeth Gruneau och Anders Omstedt och åtta deltagare från olika länder har deltagit. Det är stort engagemang och kreativitet i gruppen och vi kommer fortsätta ses under våren 2026.

Pågående aktiviteter

Bokcirkel ”Att förstå drömmens språk”

Under hösten har arbetet med att starta upp en studiecirkel kring Montague Ullmans bok ”Att förstå drömmens språk” pågått. Bland annat har föreningen köpt in sex böcker för utlåning. I januari 2026 startade bokcirkeln med nio deltagare och planen är att träffas sammanlagt åtta gånger på zoom.

Enkät till drömgruppsledare och drömgruppsdeltagare

Vi har också tagit fram en enkät för att kartlägga var i landet vi har aktiva drömgruppsledare och drömgruppsdeltagare. Enkäten syftar också till att ta reda på var vi har drömgruppsledare som kan tänka sig att starta en drömgrupp. Hittills har 14 drömgruppsledare och 29 deltagare besvarat enkäten. Vi kommer fortsätta försöka få in fler svar så att vi får en så komplett bild som möjligt.

Stort tack till alla medlemmar och deltagare i drömgrupper runt om i landet!

Styrelsen i februari 2026

Marie Welin

Anna Borgström

Kristina von Dolwitz

Eva Grip

Lina Palmqvist

Ingela Runefors