

# DRØMME- KOMMUNIKATION

*Ole Vedfelt: Din guide til drømmenes verden. Ill. Gyldendal 2012. 352 sider, kr. 349,50. Fås også som e-bog, ePub*

## BOGANMELDELSE

”Drømme handler om det, der er vigtigt for os. Det er gammel visdom, og det bekræftes af moderne forskning. Nat efter nat afprøver drømmene vores inderste holdninger og motiver og giver os inspiration til at udfolde vores udviklingsmuligheder optimalt.” Citatet er fra bagsideteksten, og det rammer meget fint den grundholdning, der formidles i bogen.

Ole Vedfelt har sat sig for at skrive en bog, som henvender sig bredt: Til den almindelige læser, som er interesseret i drømme, til behandleren inden for hjælperprofessionen og til den person, der er interesseret i teori og forskning. Bogen kræver i sig selv ikke nogen forkundskaber.

Bogen indeholder tre dele.

*Del 1: Viden om drømme.* Her beskrives i meget koncentreret form bidrag fra forskellige af de markante personer, som har skabt teorier og indsamlet viden om drømme: Sigmund Freud, C.G. Jung, Calvin Hall, eksistentialisterne Medard Boss, Irwin Yalom m.fl., Freuds og Jungs efterfølgere, Fritz Perls og Aaron Beck. Afsnittet afsluttes med en beskrivelse af konkrete forskningsresultater fra søvnlaboratorier og hjerneforskningen.

Del 1 fylder i alt kun ca. 20 sider og er således meget resuméagtigt i forhold til Ole Vedfelts tidligere bog, *Drømmemes Dimensioner*, som

kan anbefales, hvis man ved læsningen er blevet mere interesseret i de teoretiske aspekter.

*Del 2: Drømmenes 10 kerneegenskaber.* Ole Vedfelt indleder denne del med et kapitel om bevidsthed og ubevidst intelligens (titlerne på to af Ole Vedfelts tidligere bøger), hvor han får knyttet tråde til de tidstypiske psykologiske interesseområder som mindfulness, neuropsykologi, det kognitive ubevidste, positiv psykologi, spædbarnsforskning m.m. – igen helt oversigtsmæssigt.

Efter denne indledning nævnes så de 10 kerneegenskaber, og der gives inden for beskrivelsen af hver kerneegenskab en række eksempler på drømme og tolkningsværktøjer:

1. Drømme handler om det, der er vigtigt for os.
2. Drømme symboliserer.
3. Drømme personificerer.
4. Drømme er prøvehandlinger på et sikkert sted.
5. Drømmene er online på den ubevidste intelligens.
6. Drømme er mønstergenkendelse.
7. Drømme er kommunikation på højt niveau.
8. Drømme er fortættet information.
9. Drømme er helhedsoplevelser.
10. Drømme er psykiske energilandskaber.

Afslutningsvis i del 2 beskriver Ole Vedfelt "Det gode drømmearbejde" for hver enkelt kerneegenskab. Fx beskrives ved kerneegenskab 2: At lære at tænke symbolsk, og ved kerneegenskab 3: At tolke personerne i drømme.

*Del 3: Drømmeleksikon.* Her beskrives i alfabetisk rækkefølge en stor mængde drømmesymboler, som fx under bogstavet B: "berømtthed", "blomster", "broer", "bryllup og pardannelse", "bygninger", "børn" etc. etc.

Der veksles mellem generelle opsummerende beskrivelser og temaer, som fx "børns drømme". Sidstnævnte temaer er fremhævet ved, at siderne har en let gråtoning. (s.133-147)

I et drømmeleksikon er der altid en vanskelig balancegang mellem at beskrive et symbols kollektive betydning og samtidig holde muligheden åben for personlige associationer, som kan gå på tværs af den kollektive betydning. Ligeledes er der en balancegang mellem tolkningen på det konkrete, ydre, objektive plan og på det indre, subjektive plan. Ved hyppigt at bruge vendinger som fx "kan betyde", "det peger på", "kan repræsentere" etc. holder Ole Vedfelt mulighederne åbne for andre, mere personligt baserede tolkninger. Indimellem fortolkes der dog ret konkret, som fx "Hotel refererer i drømme til en midlertidig tilstand ...". (s.141). Her ville jeg personligt gerne have haft et "kan referere" ind i teksten. Symbolet "hotel" kan jo godt have en konkret betydning for drømmeren, som

kan overskygge den kollektive betydning. Der er flere andre eksempler på lignende efter min mening lidt for absolutte tolkninger, men denne indvendig skal nu ikke forklejne den store værdi, der ligger i bogens drømmeleksikon, som er så langt det bedste, jeg til dato er stødt på.

Alt i alt er *Din guide til drømmenes verden* en meget fin og nyttig bog for enhver, som gerne vil arbejde med drømme uden at skulle sætte sig indgående ind i de mange omfattende drømmeteorier. Den er et resultat af Ole Vedfelts mangeårige og særdeles omfattende arbejde med drømme, og hans systematisering af drømmenes verden i de 10 kerneegenskaber giver god mening.



Bogen er tydeligvis et forsøg på at integrere de mange drømmeskolers forskellige forståelse for og tilgang til drømme, som Ole Vedfelt har beskrevet indgående i *Drømmenes Dimensioner*. I *Din guide til drømmenes verden* bliver de samlet til et hele og foldet ud uden de enkelte skolers særlige fagterminologi. Det gør bogen tilgængelig for et bredt publikum, og selv om den rummer virkelig mange informationer og meget viden, er sproget letforståeligt og eksemplerne inspirerende. Det skal også nævnes, at bogen er illustreret med smukke, symbolske billeder i farver.

**Misser Berg**  
Psykoteraapeut MPF