

## Honderd Jaar 'Traumdeutung', 1899-1999

dr.J.V.S.L. van Wijk, Ph.D. D.D. - drs.P. Hoekstra

### De Droom

Het proces van zelf-ontdekking begint wanneer iemand de pijnen van de eigen menselijke situatie aanvaardt. Onder pijnen verstaan we: dat wat oorspronkelijk slecht is (kakia-Grieks), dat wat iemand wil vermijden. Het gaat over fysieke pijn, vrees, verwarring, verdriet (aporia - niet weten hoe het verder moet). Het innerlijk van de psyche omvat aporia; om dit te ontdekken moet de psychotherapeut enig werkelijk bestaan aan de verdienste van fantasieën en dromen toeschrijven. Dromen zijn geen verwarde hersenspinsels van toevallige en zinloze associaties. Dromen zijn ook niet het product van lichamelijke prikkels die tijdens de slaap optreden. Dromen zijn resultaat van autonome zinvolle processen van psychische activiteiten. Omdat psychische activiteiten/functies toegankelijk zijn voor analyse, vormt de droom daarop geen uitzondering. Organische prikkels tijdens de slaap zijn niet de oorzaak van de droom. Prikkels spelen een ondergeschikte rol en dienen als leverancier van materiaal waarmee de psyche werkt (Freud, 1900, dromer die van donderslag droomt terwijl er buiten koets en paarden vertrekken).

Freud zag de droom als een eigen schepping van de dromer; motieven vormen het werkstuk waarbij voorafgaande associaties de belangrijkste schakel zijn. De droom is resultaat van logisch proces, zoals iedere weloverwogen handeling dat ook is. Freud sprak over een competitie tussen verschillende neigingen waarvan er een uiteindelijk de overwinning behaalt.

De droom wekt de indruk dat er sprake is van onsamenvhangende vage en duistere beelden. Dit wordt door Freud de manifeste droom genoemd. Achter de façade van deze beelden zoekt Freud naar de wezenlijke ideeën van de droom, de latente inhoud.

Ervaringen leren ons dat geen enkel psychisch feit toeval is. Er is sprake is van een causaliteits-keten, omdat het een product is, een combinatie van fenomenen. Deze fenomenen zijn complex, maar ieder 'geestelijk' element is het resultaat van een psychische toestand. In theorie is deze dus analyseerbaar. De vraag is nu 'hoe komt het dat juist deze mens over deze zaak in deze situatie droomt?'

De dromer heeft haar eigenheid, haar individueel copings-mechanisme haar reality-toetsing. Deze eigenschappen gaan samen met de psychische dispositie van een mens, met andere woorden: het resultaat van de dromer is zijn/haar psychisch verleden. De manier waarop we in het heden staan is afhankelijk van onze voorgeschiedenis.

Ongeacht de huidige situatie van de dromer is er bij ieder mens een serie elementen van verschillende waarden aanwezig afkomstig uit het verleden. Deze waarden bepalen de psychische constellatie. Voorvallen die sterke emoties oproepen zijn van groot belang voor de latere psychische ontwikkeling. Herinneringen aan sterke emotionele gebeurtenissen in het verleden vormen associatie-complexen. Deze complexen zijn nauw met elkaar verbonden in termen van duurzaamheid en werkzaamheid. Elke emotie zal een verrijkend complex van associaties voortbrengen die dikwijls vergezeld gaan van 'beladen gevoelens'.

Deze complexen die de hoofdcomponenten van de psychologische dispositie in elke psychische structuur vormen, worden in de droom als 'emotionele complexen' weergegeven. De taak van de analyticus is om het verborgen complex te ontdekken. Die verborgen gedachten die het droom materiaal zijn. We kunnen de verborgen gedachten beschouwen als de 'heimelijke wens', de geheime gedachte. Dit is veelal de ware aard van de complexen, de wensvervulling en de weerstand tegen deze wens.

In de strijd om de vervulling van onze wensen wordt ons leven doorgebracht; alle daden die we doen, vloeien voort uit de wens dat wensgedachte tot werkelijkheid wordt. Vele angsten, die ons belagen, vloeien voort uit de wens dat het gevreesde niet plaats zal vinden. De mens werkt met deze heimelijke wensen en hij wordt er voortdurend aan herinnerd. Als de wens niet vervuld wordt zal die mens deze in zijn/haar fantasie of droom vervullen. De droom stelt de onderliggende wens als vervuld voor. Iedere droom houdt zo de vervulling van de onderdrukte wensgedachte in (S. Freud, Formulierungen über die zwei Prinzipien des psychischen Geschehens, 1911a).

De droom kent de droomgedachte niet, omdat de droom-gedachte verdrongen is - deze gedachte is te onaangenaam voor de dromer. De droom 'vermocht' het verdrongen complex om te verhinderen dat het 'ontdekt' wordt. Dat is de primaire censuur. Censuur is weerstand die ons 'ook overdag' weerhoudt om onze gedachten tot het einde toe door te denken. Censuur laat een gedachte pas dan passeren als deze zo vervormd is dat de dromer/denker hem niet herkent.

Als de analyticus de dromer duidelijk laat zien wat het idee of de wens is die achter deze droom schuil gaat zal hij dezelfde weerstand ontmoeten die de dromer heeft tegen het verdrongen complex.

*Methode om tot het verdrongen complex door te dringen:*

- \* kies het opvallendste gedeelte van de droom en vraag de dromer naar de daarmee verbonden associaties.
- \* moedig de dromer aan om te vertellen wat hem/haar bij dit gedeelte te binnen schiet (AHA-ERLEBNIS)
- \* schakel kritiek uit, want dit is censuur en weerstand tegen het complex waardoor het belangrijkste deel van de droom onderdrukt wordt.

Bijzondere aandacht wordt besteed aan de gebeurtenissen in de droom. Op zichzelf zijn deze gebeurtenissen merkwaardig. Gewoonlijk gaan deze gepaard met symbolen die slechts door de speciale logica van het gevoelsleven begrepen kunnen worden. Droombeelden zijn gesymboliseerde gevoelens die zich aan een zuiver rationele uitleg onttrekken. Om deze reden vroeg Freud aan zijn analysanden om datgene wat er bij hen opkwam, hoe irrationeel of ongewenst dat ook was, serieus te nemen. Het is noodzakelijk om de onderdrukte gevoelens in het bewustzijn te laten doordringen.

Het Über-Ich zal deze gevoelens via de censuur onderbreken, al was het maar omdat er kritiek uitgeoefend wordt op die gevoelens. Als de kritiek de hoogste graad bereikt heeft is de dromer vergeten wat er bij hem/haar opkwam. De dromer ervaart schuld of schaamte, eik gevoel dat de kritiek door het Über-Ich losmaakte. De dromer is nu in staat om de droom-duidingen en verklaringen van het Über-Ich te aanvaarden. De op deze manier verkregen gevoelens zijn in het bewustzijn opgenomen en worden als zodanig beleefd (herinnerd).

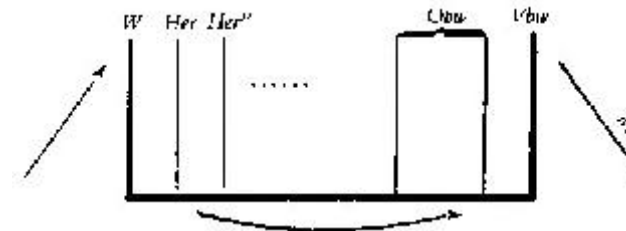
Gevoelens kunnen in dromen sterk gesymboliseerd zijn (explosies en branden voor woede; poep voor angst; geen deuren voor willekeur, geen controle). Deze gevoelens worden 'werkelijk' ervaren in situaties. Dit nadat ze geduid zijn in het proces van analyse.

### Het Freudiaanse model van het droommechanisme

In hoofdstuk 7 van 'Die Traumdeutung' beschrijft Freud een psychologisch model van het psychische apparaat dat drie systemen omvat.

1. de herinneringselementen: systemen "Her, Her"
2. het Onbewuste (ObW), samengesteld uit psychische elementen, die in verbinding staan met de driften en niet openstaan voor het bewuste systeem
3. Voorbewuste (Vbw): samengesteld uit psychische elementen die in nauwe relatie staan met het bewustzijn

De psychische censuur wordt tussen het Onbewuste en Voorbewuste geplaatst en heeft als functie het verbergen en blokkeren van wensen die voor het bewustzijn onacceptabel zijn.



|          |                             |
|----------|-----------------------------|
| W        | : systeem W (waarneming)    |
| Her. Her | : herinneringssysteem       |
| Obw.     | : systeem Obw (Onbewuste)   |
| Vbw      | : systeem Vbw (Voorbewuste) |
| M        | : systeem M (motorisch)     |

Gedachtegang van de Freudiaanse droomtheorie

Het 'Ego' wenst te slapen, trekt zijn bezetting uit het motorische systeem terug, gevolg is spierverslapping.

Het droomproces zet zich in werking indien een gebeurtenis van de 'dagrest' een wens prikkelt die in het onbewuste verdrongen is. De

toegang tot de onverhulde wens wordt door censuur geblokkeerd. Aldus ontstaat er een regressieve 'prikkelstroom' in de richting van de herinneringselementen van de psyche ('Her. Her'). Deze laatste staan dicht bij het zintuiglijke uiteinde (systeem W) van het psychische apparaat. Vervolgens vindt de droomarbeid plaats. Deze houdt zich bezig met het verdichten, verplaatsen en vormen van de symbolen. Wensen worden hierbij gecamoufleerd door het omzetten in beelden van deze herinneringselementen. Deze op hun beurt hebben bijzondere sterke associatieve banden met de wensen. De verdichtte wens wordt voor de censuur aanvaardbaar en sijpelt op deze manier het bewustzijn binnen.

Freud richtte zich op de symbolentaal en zijn bekwaamheid in het interpreteren van dromen op de onthulling van een psychische betekenis die achter de symbolen en thema's van de dromer schuilgingen. Hij stelt dat de psychische of subjectieve intensiteit van de droomvoorstellingen de weergave was van de onderliggende intensiteit van de wens, de 'verhulde wensbevrediging'.

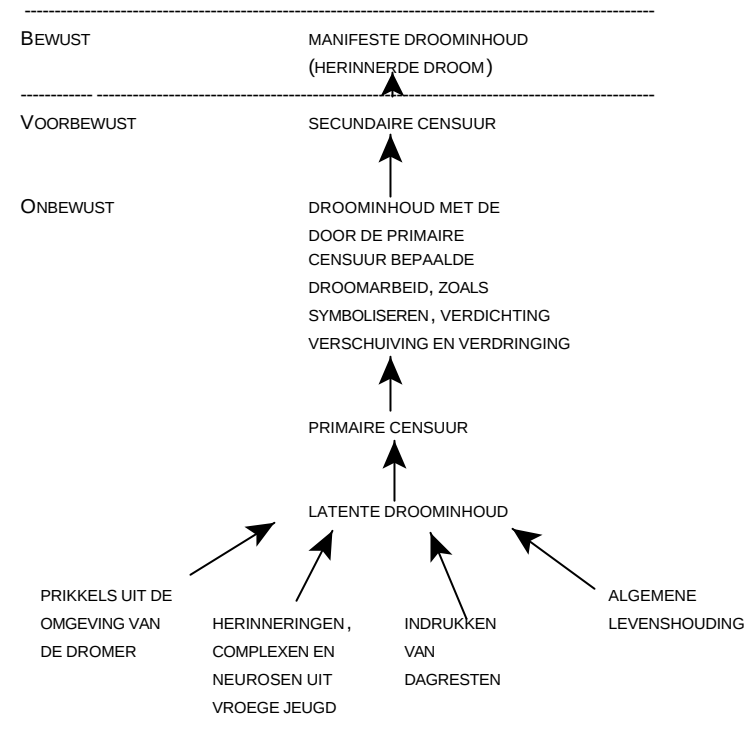
- \* (Dagrest: Droom die samenhangt met een belevenis van de voorafgaande dag)
- \* (Heldere droom: Lucide droom; de dromer is zich bewust in zijn droom van het feit dat hij droomt en is in staat om deze droom door middel van 'gedachten' te controleren. Lucide komt van 'lux'=licht)
- \* (Droomarbeid: het proces dat optreedt als de latente inhoud van de droom - de originele verdichte betekenis - ontdaan is van zijn manifeste betekenis = de inhoud zoals de dromer zijn droom weergeeft)

Freud's methode van droomduiding om de latente betekenis weer te geven houdt vrije associatie in. De analyticus ontkoppelt de fragmenten van de diverse elementen in de droom en vraagt aan de analysand om zijn/haar gedachten de vrije loop te laten. Aan elk fragment een betekenis toe te kennen die gekoppeld wordt aan bijvoorbeeld gebeurtenissen in het recente verleden en de connectie tussen wat deze successievelijke betekenis inhoudt.

Freud baseert het proces van droomduiding op het gegeven dat bepaalde elementen in dromen een algemeen symbool weergeeft voor vele mensen.

Bijvoorbeeld een huis heeft de betekenis van het menselijk lichaam, koningen en koninginnen staan voor ouders; water betekent over het algemeen geboorte of levenskracht en reizen symboliseren het sterven.

Elk droomsymbool, dat wil zeggen eik object, elke actie, elke kwaliteit wordt geïnterpreteerd. De droom wordt vervolgens gereconstrueerd in de termen van deze nieuwe (latente) betekenissen. Emoties zijn duidelijk niet aanwezig in de categorie van symbolen en zijn derhalve een schakel tussen de manifeste en latente inhoud en kunnen (bij zichzelf) belangrijke hints zijn bij het proces van interpretatie.



De Talmud zegt: 'Dromen die niet begrepen worden zijn als brieven die men ongeopend laat.'

*Symbol*: een bepaald item, dat een ander item representeert.

Hoe druk je nu een innerlijke ervaring uit in symbolen? Dit kan vertaald worden als een zintuiglijke waarneming, zoals zien, horen, ruiken, enz. Het symbool is weliswaar buiten onze innerlijke ervaring, doch het geeft datgene weer wat we innerlijk beleven. Symbolische taal kan datgene wat als een innerlijke ervaring beleefd wordt in een zintuiglijke waarneming uitdrukken, zodat het overkomt bij ons als een gebeurtenis of actie die wijzelf ondernemen.

Erich Fromm zegt, dat er drie soorten symbolen onderscheiden kunnen worden:

- |   |                   |                         |
|---|-------------------|-------------------------|
| a | het conventionele | -                       |
| b | accidenteale      | - innerlijke ervaringen |
| c | universele        | -                       |

De Freudiaanse betekenis van symbolen staan voor: iets in de externe wereld staat voor een emotioneel beladen, ego-dominerend, deel van het kinderlijke primaire psychologische wereldbeeld. Het universum van het lichaam en zijn verzorgers worden omgeven door vage differentiele elementen van de omgeving, waarin het kind zich bevindt (bijvoorbeeld: ring = anus). In de latere psychische ontwikkeling neemt de ring als verbaal en letterlijk symbool allerlei soorten en betekenissen aan. Vanzelfsprekend staan deze voor een volwassener beeld, poëtisch gesproken voor elk element in het reële universum, in of buiten het lichaam, concreet of abstract (bijvoorbeeld: ring = harmonieuze cirkel). Elk van deze symbolen kon als goed of kwaad waargenomen worden, echter het verbale symbool wordt al goed en kwaad gevoeld.

- \* Wat nu bedoeld Freud met verdichting? Manifeste dromen zijn korter dan latente dromen, daar elementen van de latente droom weggelaten worden, fragmenten van verschillende elementen worden samengevoegd tot een nieuw element in de manifeste droom.
- \* Freudiaanse verschuiving. Een belangrijk element van de latente droom wordt uitgedrukt door een bijkomstig element van de manifeste droom, dat ogenschijnlijk geen belangrijke functie vervuld. Gevolg is dat de manifeste droom deze werkelijk belangrijke elementen als inferieur hanteert, waardoor de werkelijke betekenis van de droom verborgen blijft.

Een droom die bij herhaling voorkomt verhuult de belangrijke themata van het leven van de dromer. Naarmate de dromer neigt om volgens het 'leitmotiv' te handelen, leidt dit naar eventuele toekomstige gebeurtenissen die voorspelbaar zijn.

### Droomarbeid

Dromen kunnen in drie categorieën worden verdeeld op basis van de relatie tussen de latente en de manifeste inhoud.

- \* Zinvol en tegelijkertijd begrijpelijk.  
Zij kunnen zonder meer in de context van ons psychisch leven geplaatst worden.
- \* Dromen die een onderliggende samenhang vertonen en een duidelijke betekenis hebben, doch verwondering oproepen, daar zij geen duidelijke betekenis voor het psychisch leven hebben.
- \* Dromen die noch zinvol, noch begrijpelijk zijn. Ze hebben een onsamenhangend karakter en maken een verwarde en zinloze indruk.

Er bestaat een wetmatige en intieme relatie tussen het onbegrijpelijke en verwarde karakter van de droom en de problemen die het oplevert de droomgedachte uit te spreken. Eveneens bestaat er een samenhang met het leven van overdag.

### Hoe werkt de droomarbeid?

Verschillende componenten worden op elkaar gelegd, vervolgens komen uit de samengestelde componenten de gemeenschappelijke droomgedachten duidelijk naar voren. Details die elkaar tegenspreken sluiten elkaar vrijwel uit.

Waar de gemeenschappelijke elementen in de droom-elementen ontbreken, zal de droomarbeid deze creëren, opdat de gedachte samen in de droom kunnen optreden.

Dit geschiedt door verandering aan te brengen van de verbale vorm van een der gedachten.

Soms verleent een andere gedachte medewerking door een overeenkomstige vormverandering. Dit proces lijkt op 'dichten', de overeenkomst in klank vervangt het gemeenschappelijke.

Bijvoorbeeld: 'ik zou ook wel eens iets voor niets willen krijgen' wordt vervangen door: 'ik zou ook wel eens willen genieten van iets dat mij niets "kost".'

Elk van de elementen van de droominhoud wordt over-gedetermineerd door het materiaal van de droomgedachten. Deze zijn niet uitsluitend afkomstig of herleid tot een enkel element van de droomgedachten. Zij zijn niet noodzakelijk een synoniem van de gedachten, doch kunnen uit de meest uiteenlopende delen van de gedachten afkomstig zijn. Een droomelement in de vertegenwoordiging van al dat ongelijksoortige materiaal in de droominhoud. De droomgedachte wordt door meer dan een element vertegenwoordigd. De associatieketens convergeren niet eenvoudig van de droomgedachten naar de droominhoud, maar kruisen elkaar en raken met elkaar verweven.

Tijdens de droomarbeid gaat de psychische intensiteit over van de gedachten en voorstellingen (waar ze thuishoort) over op andere die volgens ons oordeel geen recht hebben op een dergelijke beklemming. Dit wordt droomverschuiving genoemd. De psychische intensiteit, belangrijkheid of emotionaliteit van gedachten wordt omgezet in zintuiglijke beelden. Indien de verschuiving in de droom ongedaan gemaakt wordt door analyse komen we uit bij volkomen betrouwbaar klinkende informatie.

- C de oorzaak van de droom
- C het verband van de droom met de wakende toestand. Verdichting en verschuiving kunnen samenwerken, zodat er een gemiddeld gemeenschappelijk beeld ontstaat. Een duidelijke kern komt overeen met het gemeenschappelijke en vage indrukken met de punten waarin ze verschillen.

### De manifeste dromen

Dromers moeten er op gewezen worden dat de droom een product van henzelf is en dat de dromer zelf de verantwoordelijkheid heeft voor alles wat uitgedrukt wordt in de manifeste droom.

Vaak zie je dromers dit met verbazing aanhoren. Er bestaat ten opzichte van de droom bijvoorbeeld een droom met een openlijke gedroomde aanslag - voldoende vervorming om het wenskarakter van de droom te camoufleren. Het manifeste droomverhaal blijkt zo geconcipieerd te zijn dat de wens voor de getrainde analyticus duidelijk is, terwijl de analysand

Van het tegendeel overtuigd zegt te zijn. Sigmund Freud beschrijft dit bij herhaling in zijn 'Traumdeutung'.

Als voorbeeld de duiding van de droom met de gerookte zalm (Traumdeutung, S. 198 ff.)

Een mevrouw droomt dat zij een soupeetje wil geven, maar het mislukt, ondanks de vele pogingen die zij onderneemt om de leveranciers te bereiken. Telefonisch contact is niet mogelijk omdat de lijn gestoord is. De gerookte zalm is het lievelingsgerecht van een vriendin die graag weer eens uitgenodigd zou willen worden, maar de echtgenoot van de droomster schenkt wat veel aandacht aan deze vriendin.

Freud laat zien dat zij het soupeetje liever niet meer geeft (realiteit) terwijl de droom haar zegt dat zij het 'niet kan geven' (telefoon is kapot).

Het hoofdstuk over de typische dromen (Traumdeutung, S.300 ff.). Dit zijn dromen waarin een geliefde dode voorkomt, of de exhibitie-dromen waarin de dromer naakt of onvoldoende gekleed zich in het publiek beweegt. Deze dromen laten ons het zeer ongewone verwerkelijkt zien, namelijk dat door de verdrongen wens gevormde droomgedachten aan idee vorm van censuur ontsnapt. Aldus treden ze ongewijzigd de droom binnen (S.328 ff.). Ongewoon, omdat de manifeste droom een onherkenbare vertaling moet zijn van de latente droominhoud, zoals bij verboden wensen (doods- en exhibitie-wensen). De droom is vol met mensen die zonder censuur voor de dag komen omdat er geen vervorming is. Ieder die met een diep gevoel van verdriet droomt dat hij/zij een ramp beleeft waarbij een geliefde of familielid omkomt of dood is, beleeft het gebeuren als iets dat geheel buiten hem/haar omgaat. De dromer is wel betrokken bij het verdriet; hij/zij voelt zich het tegendeel van de verantwoordelijkheid voor wat er in het manifeste verhaal gebeurt. Vervorming is een grondige opvatting van het manifeste gebeuren als wens-vervulling (dit is een onderwerp voor duiding en een vertaling).

De manifeste droominhoud dient serieus genomen te worden en de duidingen dienen hierop betrokken te worden. De dromer zelf moet er op worden gewezen hoe hij/zij in dit droomverhaal betrokken is, ten aanzien van de belangrijkheid van zijn/haar eigen positie binnen het droomverhaal.

De manifeste droom moet als structuur die te vergelijken is met het wakend leven, 'er gebeurt iets', buiten het toedoen van de dromer om; en nu, als duiding: wat is de rol van de dromer daarin?

### *Voorbeeld*

De analysand droomt dat hij gaat vliegen, demonstratief en opschepperig, maar hij bemerkt dat het vliegtuig onvoldoende hoogte krijgt. Het vliegtuig is een DC-4. Uit de invallen blijkt dat dit toestel tevens een eigenaardig soort pomp is, die - net als een slang - en met kurkentrekker-achtige bewegingen vloeistof omhoog zuigt. De dromer wil met vriendin op vakantie; een riskante vakantie omdat hij getrouwd is. Pratend over die vriendin zegt hij: 'Ze tovert sperma uit je penis'. Het waagstuk in de droom, die meer toespelingen op de voorgenomen vakantie heeft, mislukt ondanks herhaalde pogingen.

Eerste indruk: hij wil deze vakantie (actieve daad) niet, ondanks de wens zich er vrij bij te voelen. Hij wil passief zijn, ook bij vriendin. Manifest en bewust zegt hij: 'ik kan de relatie aan, maar onbewust en latent zegt hij: 'ik kan het niet, help mij'. Zo gaat het ook in zijn dagelijks leven. Wijze vrienden worden betrokken (hulp) bij zijn voornemens om zich vervolgens van die voornemens te distantiëren en depressief naar zijn vrouw terug te keren.

Droomsensaties van remmingen en vliegen worden in verband gebracht met willen en kunnen. Zo betekent remming in de manifeste droom 'ik mag niet', een wilsconflict en dus een gewetensconflict. En vliegen betekent 'ik kan niet', dat is hulpeloosheid en afhankelijkheid.

### *Hoe kom je nu tot een formulering van de duidingstechniek in de manifeste droom?*

De associaties bij de droom dienen verkregen te worden door uit te gaan van de afzonderlijke elementen van de droom, zonder te leunen op het totaal van de manifeste droominhoud. Als alle associaties en de verbanden met de inhoud van de droom teruggevoerd worden op de manifeste droom, kan de droom geduid worden.

Zo kun je de duiding structureren. Het centrale punt is de positie van de dromer in de droom. Deze positie bepaalt hoe de dromer zich op dat moment tot de omgeving en tot de voorvallen die hij in zijn droom schept, verhoudt. Associaties hebben dan duidelijk gemaakt waar deze

droom-elementen voor staan; de vraag is waarom de dromer zo handelde, voelde en dacht tijdens de droom.

De actuele conflicten worden dus aan de orde gesteld, deze conflicten zijn zeer bruikbaar als de oppervlakkige afweermechanismen geduid worden. De willekeur van interpretaties is aldus controleerbaar. De conclusie is dan 'Wat de dromer doet, hoe hij handelt, voelt, denkt, is datgene waar hij achter staat'. Doet hij dat tegen zijn zin, dan is hij onwillig en hij geeft dan uiting aan zijn verzet tegen zijn eigen dwingend gevoel of impulsen (Erik Erikson, *The Dream Specimen of Psychoanalysis*, 1954).

### **De Paradoxe Slaap en de Heldere Droom**

Een droom wordt helder genoemd wanneer een dromer op het moment dat hij droomt, zich er van bewust is dat hij bezig is te dromen. Deze bijzondere toestand verschaft de dromer een zeker vermogen om controle uit te oefenen op het verloop van de droom zelf. Tevens verschaft de dromer zich een gevoel van vrijheid, doordat hij de mogelijkheid heeft om volgens zijn eigen fantasie zijn droomwereld te verkennen. Dit fenomeen van dromen in een droom werd voor het eerst opgemerkt door Aristoteles. Een voorbeeld van een helder droomverhaal is Frederik van Eeden's *Dromenboek*, uitgegeven bij Bert Bakker, Amsterdam 1979.

Een heldere droom treedt alleen tijdens de paradoxale slaap op. Immers, dromen vormen een subjectief verschijnsel, de werkelijkheid kan alleen bevat worden door de herinnering, die na het ontwaken overgehouden wordt. Dromen gaan gepaard met een verzameling van specifieke fysiologische activiteiten, de paradoxale slaap, dat wil zeggen: parallel aan de verslapping van de spierspanning (tonus) vindt er een verhoogde hersenactiviteit plaats. Tonische tekens worden gekenmerkt door een actief worden van de cortex, een hervatting van de corticale activering. De paradoxale slaap treedt zo'n anderhalf uur na het inslapen op. Kenmerk in dit periodieke verschijnsel is de toename van EEG-activiteit. Dit gaat gepaard met snelle oogbewegingen, posturale atonie en erectie. De duur van een paradoxale slaapfase is 20 minuten en treden om de 90 minuten op. In een nacht vier tot vijf maal. Deze paradoxale slaapperioden worden geïdentificeerd als neuro/fysiologische correlaten van het dromen. Indien een dromer tijdens de paradoxale slaap gewekt wordt, wordt de droom nauwkeurig herinnerd, tot in de kleinste bijzonderheden, zoals kleur, geluiden, smaak. Langere tijd na het

spontane einde van de paradoxale slaapperiode zijn herinneringen vaag en kleurloos.

*Voorbeeld: droom paradoxale slaap (A) en heldere droom (B)*

- C Ik droomde dat ik vloog. Ik was er zeker van, dat ik niet droomde, ik was er zeker van dat ik wakker was en ik vroeg mij verwonderd af waarom ik niet eerder had geprobeerd om te vliegen, gezien het feit dat het zo gemakkelijk was.

Type A - droom

- C Ik droomde dat ik vloog. Op dat moment wist ik zeker dat ik droomde, doch ik verroerde mij niet. Ik was vol verbazing getuige van het feit, dat ik verder vloog, niet wetende van te voren wat er zou gebeuren. Een geweldig gevoel.

Type B - droom