

VIGNET 'OP ZOEK NAAR DE DROMER'

(op basis van IRVIN YALOM's gelijknamige therapie-vertelling)

drs. Pieter Hoekstra, psychotherapist^{ER}

In het navolgende vindt u een vignet, ontleend aan hoofdstuk 10 van Yalom's 'Scherprechter van de liefde'. Verderop in dit Periodiek staan aanvullende informatie-fragmenten, verklaringen en nieuwe dromen. Deze vignet hebben drs. Eli Meijer (universitair docent Universiteit Utrecht & RINO) en ondergetekende gebruikt op de 10^e Therapiedag, georganiseerd door U.F.S.W. Alcmæon van de Universiteit Utrecht. Het thema van deze studiedag was "Sweet Dreams?"

In deze vignet-studie wordt zichtbaar gemaakt hoe droomanalyse vanuit verschillende psychotherapeutische 'scholen' tot uiteenlopende interpretaties kan leiden. In het therapeutisch proces kunnen de verschillende 'lagen' van interpretatie aanvullend werken als een werkelijk integratieve benadering. Bij Yalom, de auteur van Existential Psychotherapy, denken wij in de eerste plaats aan een existentiële benadering, dat is het niveau waar we hier beginnen. Bij droomduiding denken we daarentegen vanzelfsprekend aan de vader van de moderne droomanalyse: Sigmund Freud. Tenslotte: sinds Karen Horney is de klassieke Psychoanalyse in een neo-freudiaanse fase terechtgekomen en worden niet alleen de driften bepalend geacht voor de ontwikkeling van de individuele mens, ook de intermenselijke relaties worden daar op waarde geschat. Daarmee komen we uit in de relationeel-therapeutische sfeer. De lezer kan de vignet al lezende oefenen als droomanalyse.

VIGNET

Man, 64 jaar. Accountant van beroep.

De aanleiding tot het contact met de psychotherapeut is het feit dat hij sinds een half jaar lijdt aan ernstige migraine-aanvallen. Deze aanvallen hebben hem 'op de knieën gekregen' om in therapie te gaan. Hij heeft een duidelijke negatieve kijk op psychiaters en psychotherapie.

Naar zijn eigen zeggen zijn deze aanvallen het gevolg van 'seksuele wanprestaties'.

Patiënt is 41 jaar getrouwd met dezelfde vrouw. Zij is zijn eerste liefde vanaf zijn 15^e jaar.

Patiënt beschrijft zijn huwelijk als harmonieus en beschrijft zijn partner als nog altijd een fantastische vrouw.

Het echtpaar heeft geen kinderen.

Sinds een half jaar heeft patiënt last van periodieke impotentie. Aan de hand van een nauwkeurig bijgehouden schema toont hij aan dat er na een seksuele 'wanprestatie' onherroepelijk sprake is van een migraine-aanval.

Aanvankelijk heeft zijn vrouw begrip voor zijn impotentie-problemen, maar later begint zij zich te ergeren: 'Ik wil niet beetgenomen worden!' Waarmee zij bedoelt dat zij wel geprikkeld, maar niet bevredigd wordt.

In de eerste sessies lijkt patiënt weinig nieuwsgierig te zijn naar de oorzaak van zijn problemen. De therapeut wil gedragstherapie voorstellen, vanwege de ogenschijnlijk geringe vaardigheid tot introspectie en de gevoelde weerstand tegen therapie.

Ineens komt patiënt daarop met dromen.

Opmerkelijk in de behandeling is dat vrijwel direct na aanvang van de therapie patiënt geen last meer heeft van migraine-aanvallen.

Verderop in de behandeling komen de volgende dromen naar voren. We zijn dan acht maanden na aanvang.

DROOM I

Ik doe een examen. Ik lever mijn examenboekje in en ik herinner me dat ik de laatste vraag niet heb beantwoord. Ik raak in paniek. Ik probeer het boekje terug te krijgen, maar de deadline is voorbij. Ik maak een afspraak om mijn zoon na de deadline te ontmoeten.

DROOM II

Ik beklim een bergpad. Ik zie een paar mensen die proberen 's nachts een huis te bouwen. Ik weet dat het niet kan lukken en ik probeer hun dat te vertellen maar ze kunnen me niet horen. Dan hoor ik iemand achter me mijn naam roepen. Het is mijn moeder die me probeert in te halen. Ze zegt dat ze een boodschap voor me heeft. De boodschap is dat iemand stervende is. Ik weet dat ik het ben die stervende is. Ik word badend in het zweet wakker.



SWEET DREAMS?

HIERBOVEN VINDT U DE EERSTE DROMEN. NA OEFENING VAN DE KORTE CASUS KUNT U IN DIT VERVOLG NADERE INFORMATIE EN NIEUW MATERIAAL VINDEN. ENKELE BENADERINGEN VAN DROOMDUIDING ZIJN VOOR UITWERKING BESCHIKBAAR GEMAAKT.

EXISTENTIALISME - THEMATA:

DOOD, EENZAAMHEID, ONZEKERHEID, ZINLOOSHEID

Patiënt heeft een half jaar geleden het besluit genomen zijn accountantsbureau te verkopen en met pensioen te gaan. Existentialistisch gezien is dat één van de mijlpalen in het bestaan. Niet alleen in positieve zin, het is immers ook een belangrijk stuk van je leven afsluiten en op de dood toegaan.

Dit laatste gegeven wordt door de patiënt heftig ontkend ('Daar heb ik juist voor gewerkt!')

MEET YALOM NEMEN WIJ HIER DRIE VERSCHILLENDE PERSPECTIEVEN IN BIJ DE DROMENDUIDING:

- * het *existentiële* gezichtspunt (met de nadruk op de ontologische angst die was opgewekt door het passeren van een belangrijke mijlpaal in zijn leven);
- * het *Freudiaanse* gezichtspunt (met de nadruk op oedipale angst die tot gevolg had dat de geslachtsdaad werd verbonden met primitieve, rampzalige angst) en
- * het *communicatieve* gezichtspunt (met de nadruk op de verstoring van het dynamische huwelijksevenwicht door recente gebeurtenissen).

De dromen op pagina 8 zijn het gevolg van een (te) snelle doorbraak van inzicht in de eigen existentiële vragen. De weerstand bleek niet voor niets. Nu deze doorbraak ineens plaatsvindt betekent dat een fikse confrontatie van patiënt met zijn eigen doodsangst.

De boodschap: Het is te laat. Het is niet mogelijk je huis 's nachts te verbouwen, om de koers die je hebt uitgezet te veranderen juist nu je je voorbereidt de zee van de dood binnen te gaan. Ik heb nu de leeftijd van mijn moeder toen ze stierf, aldus patiënt. Ik haal haar in en ik beseft dat

de dood onvermijdelijk is. Ik kan de toekomst niet veranderen omdat ik door het verleden wordt ingehaald.

Patiënt was misschien te snel gegaan. In het begin was hij een man geweest zonder inzicht: hij kon en wilde zijn blik niet naar binnen richten. In de betrekkelijk korte periode van acht maanden had hij enorme ontdekkingen gedaan.

Nu zijn ogen waren geopend voor de existentiële feiten van het leven worstelde hij met de onvermijdelijkheid van de dood en zijn onvermogen zichzelf te redden. Eerst was hij verlangend om te zien, maar al spoedig maakte zijn geestdrift plaats voor een diep gevoel van spijt. Hij treurde om zijn verleden en om zijn op handen zijnde verliezen. Maar het meest van alles treurde hij om de uitgestrekte lege ruimten in zijn leven: het ongebruikte potentieel in hemzelf, de kinderen die hij nooit had gehad, de vader die hij nooit had gekend, het huis dat hij nooit had gevuld met vrienden en familie, een leven van werken dat meer betekenis had kunnen hebben dan het vergaren van te veel geld.

Hij was te ver afgedwaald. Hij was verder gegaan dan zijn toevoerlijnen konden reiken en hij werd nu van alle kanten aangevallen: het verleden was duister en niet meer terug te halen en de toekomst was afgesloten. Het was te laat: zijn huis was gebouwd, zijn laatste examenboekje ingeleverd. Hij had de sluisen van het bewustzijn opengegooid alleen om nu overspoeld te worden door doodsangst.

Soms wordt doodsangst als banaal afgedaan vanwege zijn universaliteit. Wie weet tenslotte niet dat hij zal sterven en wie is er niet bang voor de dood? Toch is het heel wat anders om te weten dat mensen nu eenmaal doodgaan, om bij de gedachte even met de tanden te knarsen en te huiveren, dan om bang te zijn voor je eigen dood en de angst tot in het diepst van je ziel te voelen. Dit bewustzijn van de dood is een gruwelijke ervaring die men maar zelden in zijn leven meemaakt, soms maar één of twee keer. Patiënt had die ervaring nu nacht na nacht.

De dromen die hier bij passen zijn:

DROOM III

Ik had nieuwe meubelen het huis binnengebracht, maar toen kon ik de voordeur niet dicht krijgen. Iemand had daar iets geplaatst om de deur open te houden. Toen zag ik tien of twaalf mensen met bagage voor de deur staan. Het waren kwaadaardige, afschrikwekkende mensen, vooral een tandenloos, oud wijf met

een gezicht dat me aan Susan Jennings (droom V) deed denken. Ze deed me ook denken aan Madame Defarge in de film Het Verhaal van Twee Steden; de vrouw die zat te breien bij de guillotine terwijl de hoofden werden afgehakt.

De boodschap: Patiënt is erg bang. Hij is zich van te veel, te snel bewust geworden. Hij weet nu dat de dood hem wacht. Hij heeft de deur van het bewustzijn opengezet, maar vreest dat er te veel naar buiten is gekomen, dat de deur klemt en dat hij hem nooit meer zal kunnen sluiten. Er volgden snel angstaanjagende dromen met soortgelijke boodschappen:

DROOM IV

Het was nacht. Ik zat hoog op een balkon van een gebouw. Ik hoorde beneden in het donker een klein kind huilen en om hulp roepen. Ik zei tegen hem dat ik zou komen omdat ik de enige was die kon helpen, maar toen ik naar beneden het duister inging, werd het trappenhuis steeds nauwer en de zwakke trap-leuning brak onder mijn handen af. Ik durfde niet verder te gaan.

De boodschap: Ik heb belangrijke delen van mezelf mijn hele leven weggedrongen: het jongetje, de vrouw, de kunstenaar, het naar betekenis zoekende deel. Ik weet dat ik mijn gevoel heb goedgeemaakt en veel van mijn leven ongeleefd heb gelaten. Maar ik kan nu niet in die gebieden afdalen. Ik ben niet opgewassen tegen de angst en de spijt. Patiënt treurt uiteindelijk om zichzelf, om de gekerkerde dromer, het kleine jongetje dat in het duister om hulp riep. Hij weet dat hij niet het leven heeft geleefd dat hij had willen leven. Misschien zou het nog kunnen. Misschien was er nog genoeg tijd om zijn leven opnieuw te schilderen op een groot, leeg doek. Hij begint de knoppen van geheime deuren om te draaien, om met een dochter te praten die hij nooit heeft gekend, om zich af te vragen waar verdwenen vaders heen gaan.

DROOM V

Ik zag Susan Jennings. Ze werkte in een boek-winkel. Ze zag er neerslachtig uit en ik liep naar haar toe om haar te laten merken dat ik met haar meevoelde. Ik zei dat ik anderen kende, zes anderen, die zich net zo voelden. Ze keek naar me op en hoor

gezicht was een afzichtelijke met slijm gevulde doodskop. Ik werd doodsbang wakker.

Patiënt ziet seksueel falen als zijn probleem. Voor hem is dat juist de oorzaak van zijn migraine-aanvallen.

Voor Freud is het libido i.c. de seksualiteit juist vermomt en komt de angst in een andere gestalte. Misschien is tegenwoordig het omgekeerde evengoed mogelijk. Wij leven seksueel gezien veel meer in een open wereld. Na 100 jaar psychotherapie 'weten' patiënten waaraan gedacht wordt in de therapieën. Dus kunnen niet-seksuele angsten ook vermomt zijn als seksuele angsten.

(Nb. naar mijn idee stelt Yalom hier en daar te stellig dat Freud over de dood als fundamentele notie spreekt. Yalom meent dat hier ontkenning van Freud zelf zit, zie de Yalom-special).

DROOM VI

De grond onder mijn huis was aan het smelten. Ik had een reusachtige drillboor en ik wist dat ik vijfenzestig meter diep zou moeten boren om het huis te redden. Ik raakte een laag harde rots en werd wakker van de trillingen.

Misschien dat niet-seksuele angst zich vermomt als seksuele angst. De droom over de reusachtige drillboor had niet duidelijker kunnen zijn. De grond onder de voeten van de patiënt smolt (een duidelijke visuele verbeelding van verlies van zekerheden) en hij probeerde dat tegen te gaan door met zijn penis vijfenzestig meter (dat wil zeggen vijfenzestig jaar) diep te boren!



Het organisatie 'dreamteam' van Alcmæon

v.l.n.r. Annemarieke, Luuk, Marloes, Lize en Iro

FREUD - PSYCHOANALYSTISCH

Freudiaans kunnen we stellen dat hier sprake is van een soort verlaat oedipus-complex. Dat wil in dit geval zeggen dat patiënt (ongewild?) de rol van de vader ten opzichte van de moeder opneemt. Deze interpretatie lijkt daarmee overigens meer op het Griekse mythologische drama dan Freud zelf benut voor zijn these. Bij Freud is het de *wens*, in de gelijknamige mythe is het 't gestelde *feit*.

Dat voor Freud dit 'verlate' feit geen verhindering zou zijn toch duidelijk te spreken van een oedipaal ver-langen mag blijken uit bijv. "Das Ich und das Es" (Wenen; GW 13/ PT3, 45-46) en "Drei Abhandlungen zur Sexualtheorie" (Wenen; GW 5/KB1,155).

Tussen de ouders van patiënt was iets misgegaan toen hij zes of acht jaar was. Vader werd verbannen uit de slaapkamer en patiënt moest in alle representatie de rol van vader overnemen. Bij zijn vader, omgeving en vrienden werd patiënt daarmee niet populair. Enige tijd later verdwijnt de vader helemaal buiten beeld. Het was duidelijk dat de basis was gelegd voor grote oedipale problemen in patiënt relaties met vrouwen. Zijn relatie met zijn moeder was exclusief en overdreven vertrouwelijk geweest en had langdurig een intiem karakter gehouden. De gevolgen ervan waren desastreus geweest voor zijn relaties met mannen, zelfs zo, dat hij zich nu verbeeldde dat hij in belangrijke mate aan zijn vaders vertrek had bijgedragen. Het was dus niet verrassend dat patiënt op zijn hoede voor de rivaliteit van mannen en buitengewoon verlegen voor vrouwen was geweest. Zijn eerste echte vriendin was zijn laatste.

Er is sprake van belangrijke, zich herhalende levenspatronen, bijvoorbeeld de manier waarop hij een deel van het patroon van zijn ouders in zijn eigen huwelijk had herschapen. Zijn vrouw oefent macht uit door net als zijn vaders vrouw haar seksuele gunsten te weigeren.

RELATIONEEL-COMMUNICATIEF

Als patiënt zijn vrouw per ongeluk huilend ziet bidden - terwijl ze nooit in zijn aanwezigheid huilt - 'heilige moeder Gods', gaat hij verward naar zijn eigen bed en droomt:

DROOM VII

Er stond een beeld van een godin op een voetstuk in een grote, drukke zaal. Ze leek op Christus, maar droeg een pasteloranje jurk. Aan de andere kant van de zaal stond een actrice met een lange, witte jurk. De actrice en het beeld ruilden van plaats. Op een of andere manier wisselden ze van jurken; het beeld kwam naar beneden en de actrice klom op het voetstuk.

Wat Yalom overigens hier volledig buiten beschouwing laat is de duiding van deze vrouwen. opgemerkt moet ook zeker worden dat de witte kleur voor de onschuld of reinheid staat (Maria? Wit en blauw) en dat de oranje kleur in de Oosterse tradities in ieder geval vaak met seksualiteit wordt verbonden. Voor ons Nederlanders is de kleurgevoeligheid voor oranje op z'n minst enigszins verschoven.

Laten we eerst nog eens kijken waarmee Yalom en zijn patiënt als achtergrondinformatie en interpretatie van deze droom komen.

De droom betekent volgens de patiënt nu dat hij van vrouwen godinnen had gemaakt en daarna had gelooft dat hij veilig zou zijn als hij hen tevreden kon stellen. Daarom was hij altijd bang geweest van de woede van zijn vrouw en daarom kon ze hem als hij angstig was zo'n verlichting geven door hem met seks te kalmeren.

'Vooral met orale seks. Ik geloof dat ik je heb verteld dat ze mijn penis in haar mond neemt als ik in paniek ben en mijn nare gevoelens smelten dan gewoon weg. Het is niet de seks, dat heb je al die tijd gezegd en nu weet ik dat je gelijk hebt, en mijn penis kan helemaal zacht zijn. Het is gewoon dat ze me volkomen accepteert en me in zich neemt. Het is net alsof ik een deel van haar ben geworden.'

Yalom reageert: 'Je kent haar inderdaad magische krachten toe, als aan een godin. Ze kan je genezen door alleen maar een glimlach, een omhelzing of door je in zich te nemen. Geen wonder dat je je veel moeite getroost om niet onaangenaam tegen haar te zijn. Maar het probleem in dat seks in iets medicinaals is veranderd... nee, dat is niet sterk genoeg; het is een zaak van leven en dood geworden en je overleving hangt af van je eenwording met deze vrouw. Geen wonder dat seks moeilijk is geworden. Het zou een liefhebbende, vreugdevolle daad moeten zijn, geen bescherming tegen gevaar. Met zo'n beeld van seks zou iedereen, en ik zeker, potentie-problemen hebben gekregen.'

EEN NIEUWE KANS...

DROOM VIII

De onderwijzer van een kostschool zocht kinderen die zin hadden om op een groot leeg doek te schilderen. Later vertelde ik dat aan een kleine, dikke jongen, duidelijk ik zelf en hij raakte zo opgewonden dat hij begon te huilen.

Patiënt voelt dat iemand, ongetwijfeld de therapeut, hem de gelegenheid biedt opnieuw te beginnen. Wat opwindend om een nieuwe kans te krijgen, om zijn leven opnieuw te schilderen op een leeg doek.

DROOM IX

Ik ben op een trouwfeest en er komt een vrouw naar me toe die zegt dat ze mijn al lang vergeten dochter is. Ik ben verbaasd want ik wist niet dat ik een dochter had. Ze is van middelbare leeftijd en draagt kleren met diepbruine kleuren. We konden maar een paar uur met elkaar praten. Ik vroeg haar naar haar levensomstandigheden, maar daar kon ze niet over praten. Ik vond het jammer dat ze wegging, maar we spraken af dat we elkaar zouden schrijven.

De boodschap: Patiënt ontdekt voor het eerst zijn dochter, de vrouwelijke, zachtere, gevoeliger kant van zichzelf. Hij is erdoor gefascineerd. De mogelijkheden zijn onbeperkt. Hij overweegt contact te houden.

Irvin D. Yalom schreef onder meer de volgende werken

Existential Psychotherapy. New York: Basic Books, 1980.

Inpatient Group Psychotherapy. New York: Basic Books, 1983.

The Theory and Practice of Group Psychotherapy, 1970 Fourth Edition. New York: Basic Books, 1995.

Nederlandse vertalingen:

Groepspsychotherapie in Theorie en Praktijk, Bohn Stafleu Van Loghum, 1978, 19812, 20003

Scherprechter van de Liefde, Uitgeverij Contact/Pandora, 1989/1995

Nietzsche's Tranen, Uitgeverij Balans, 1995

De Therapeut, Uitgeverij Balans, 1997

Mamma en de lessen van de ziel, 2000

Therapie als geschenk, 2001