



Wanneer dromen met dromen spreken...

Een verslag van de workshop over *social dreaming* die op het NVGP-congres werd gegeven door Maria van Noort.

Door Monique Leferink op Reinink

In deze materialistische eeuw, met technologie als opperwezen, lijkt de droom in de vergeethoek geraakt. Terwijl we juist in en door de droom in contact komen met wezenlijke aspecten van het leven dat we leiden. Dat geldt niet alleen voor het individu; dromen kunnen ons ook veel vertellen over wat er leeft in grote groepen, over het sociaal onbewuste.

Maria van Noort introduceerde tijdens haar workshop op het afgelopen NVGP-congres de 'Social Dreaming Matrix' in Nederland. Ik was al geboeid geraakt door dit fenomeen op eerdere internationale congressen, waar een ochtendlijke *social dreaming*-sessie een gangbaar onderdeel vormt. Van Noort heeft inmiddels ruim tien jaar ervaring met social dreaming, als deelnemer en als (daartoe opgeleide) *host*, de term die wordt gebruikt voor degene die social dreaming-groepen begeleidt.

Lawrence en de Tavistock-kliniek

Prof.dr. W. Gordon Lawrence, organisatieadviseur en sociaal wetenschapper, hield de eerste 'Social Dreaming Matrix' in 1982 in de Tavistock-kliniek in Londen. Hij sloot hiermee aan bij het gedachtegoed van Freud, Jung, Bion en Fromm. Lawrence onderzocht er zijn hypothese dat er een on-eindige mentale ruimte is die alle gedachten

bevat die ooit zijn gedacht en nog gedacht zullen worden. Het begrip 'gedachte' strekt bij hem veel verder dan louter het cognitieve, evenals dit bij Bion het geval is. Lawrence zag dromen ook als gedachten: iets wat vorm heeft gekregen vanuit de chaos van het onbewuste.

Toen hij in de vroege jaren '80 in de Tavistock-kliniek werkte, raakte hij ervan overtuigd dat er een sociaalpolitieke context was voor dromen. Hij werd sterk beïnvloed door het boek *The Third Reich of Dreams* (1968) van de Duitse journaliste Charlotte Beradt. In dat boek beschreef Beradt de dromen van Joden in de jaren dertig in Berlijn. Deze dromen, die ze grotendeels liet optekenen door bevriende artsen voordat ze in 1939 naar New York vluchtte met het materiaal, voorspellen op een dramatische manier de afschuwelijke toekomst in nazi-Duitsland.

*Charlotte Beradt beschreef
de dromen van Joden in
de jaren dertig in Berlijn,
die de afschuwelijke
toekomst in nazi-Duitsland
voorspelden*

Lawrence nodigde in Tavistock een groep mensen uit hun dromen wekelijks te delen. Deze groep noemde hij een 'matrix', een plek waar iets kan ontstaan en zich verder kan ontwikkelen. De bedoeling was dat iemand begon met het vertellen van een droom, waarna andere deelnemers met

eigen dromen of associaties konden reageren. Niet de dromer stond centraal, maar de inhoud van de dromen. Niet de cognitie, maar intuïtieve associatie.

Het bleek dat het sociale onbewuste van een groep beetje bij beetje kon worden blootgelegd door het ontdekken van de verbindende thema's tussen de dromen.

Deze innovatieve manier van werken werd in veel landen enthousiast ontvangen. In Nederland heeft social dreaming nog weinig bekendheid, mogelijk ook omdat wij geen traditie hebben wat betreft de groepsanalytische manier van werken, waar dit in de meeste andere landen wel het geval is.

Sociale betekenis

De introductie in social dreaming door Maria van Noort op het recente NVGP-congres vond plaats in een sfeervolle kleine zaal. Een levensechte reuze-chrysocolla sluimerde tijdens de workshop in een kozijn. Samen met de half geloken lamellen gaf dit al een wat droomachtige sfeer. De stoelen stonden, zoals voor social dreaming betaamt, in een stervorm, met de voorkant naar het middelpunt. Dit geeft de gelegenheid de aandacht naar binnen te richten en niet zozeer op de overige deelnemers.

Grappig vond ik dat de deelnemers, zodra zij binnenkwamen, als vanzelf de stoelen naast elkaar begonnen te plaatsen, maar dat was nou net niét de bedoeling.

Van Noort hield een korte inleiding waarin zij uitleg gaf over de structuur, werkwijze en betekenis van social dreaming. Zij vertelde dat het delen van dromen al eeuwenoud is. Met name in 'primitieve' gemeenschappen zoals bij de Indianen, was het een traditie dromen met elkaar te delen. Het herinnerde

me eraan dat dit nog steeds het geval lijkt: een aantal jaren geleden in New Mexico vertelde een Pueblo Indiaan mij dat hij zo nodig een dier doodt, maar ervoor zorgt dat het zo min mogelijk lijdt. Hoe dan? Hij vertelde te wachten tot hij in een droom zijn prooi zag en hoe hij het dier doodde. Deze droom deelde hij met de andere jagers. Doorgaans hechten de meesten van ons een persoonlijke betekenis aan dromen. Het toekennen van een niet persoonlijke, maar sociale betekenis aan een reeks onderling verbonden dromen en associaties in een groep mensen (van zes tot meer dan honderd) was vóór Lawrences experiment nog nooit gedaan. Wel heeft Jung al gewezen op een vaak verscholen universele wijsheid in onze dromen. Van Noort benadrukte ook in onze groep dat het ging om de inhoud van de dromen, niet om de persoon die de droom inbracht.

Indringend

We hoefden niet zo lang te wachten op de eerste droom. Iemand vertelde hoe zij in een droom in de tuin van een vriendin bezig was met het zagen van hout om een kast te maken. Zij zaagde en zaagde, tot zij een stukje van haar duim af zaagde. Ze voelde geen pijn. Ze zag het stukje duim op de grond liggen en dacht terwijl ze doorzaagde dat zij snel naar het ziekenhuis moest gaan, anders kon het stukje er niet meer worden aangezet. In de hierop volgende dromen en associaties bleken ogenschijnlijk onschuldige situaties te leiden tot noodlottige gebeurtenissen, niets was wat het leek. Hierna vormden verlies (van een koffer, van een identiteitsbewijs, van de weg, van een dierbare), ouders en de dood verbindende

thema's. De dromen waren vaak indringend. Geleidelijk aan kwam er een kentering: het ging over verlangen naar samen eten, maar ook nog over gebrek aan houvast, een kind dat opsteeg met ballonnen, lichtheid, zelfs een ondraaglijke lichtheid. Het slotakkoord bleek hoopvol: een deelnemer dacht aan de groep paarden die bewegingsloos in het

Door vrij te associëren, zonder cognitieve 'rem', worden existentiële thema's mogelijk toegankelijker

water stond tijdens een overstroming en hoe een jong meisje het eerste paard vastpakte en naar de oever leidde, waarna de andere paarden als vanzelf volgden. De associatie hierop was 'Jeanne d'Arc'. Met de dichtregels van Tjitske Jansen: 'Wakker worden in de tijd als in de fijnste zijde/Een ochtendvogel doet een ijzerzaagje na' werd uiteindelijk onverwacht de verbinding naar de aller-eerste droom gelegd. We eindigden met een droom die gevaarlijk leek, maar hoopvol bleek te zijn.

Tegenwicht

Maria van Noort was een sensitieve host, legde verbanden door zo nu en dan een thema te noemen en benadrukte dat zij niet zozeer richting gaf als wel de facilitator was van het proces. Hierdoor konden we vrij associëren en afdalen naar voorheen verborgen dimensies in onze groep. Mooi vond ik hoe we als het ware door een

cyclus van leven en dood waren gegaan, met vaak diep rakende, soms ook zeer schrijnende beelden. Uiteindelijk kwamen we bij de (onbewust verlangde) redding: ditmaal door een jonge, krachtig handelende vrouw, die (onze) paarden weer vaste grond onder de voeten gaf en hoop in plaats van gevaar. Na afloop waren er veel positieve reacties. Iemand merkte op dat er in de groep al heel snel een reflectieve sfeer was en veel rust; een ander zei dat het prettig was dat het om de inhoud van de dromen ging en niet om de dromer; een derde was verrast door de snelle cohesie in de groep. Ook stonden we stil bij hoe verrassend het is dat belangwekkende thema's zoals de dood zo weinig naar voren komen in onze reguliere psychotherapiegroepen, terwijl dit thema juist sterk naar voren kwam in deze social dreaming. De werkwijze lijkt dit ook mogelijk te maken: door vrij te associëren,

zonder cognitieve 'rem', worden existentiële thema's mogelijk toegankelijker.

Een andere vraag richtte zich op de toepassingen van social dreaming. Van Noort vertelde dat een Social Dreaming Matrix in heel verschillende groepen kan worden gehouden. Bijvoorbeeld in teams, om zo zicht te krijgen op wat er onbewust leeft. Of op scholen (wat houdt leerkrachten of leerlingen bezig), bij kunstenaars, of in landen waar veel onderdrukking is. Dan is social dreaming een veilige methode om zicht te krijgen op wat er leeft.

Volgens mij was ik niet de enige die enthousiast was over deze introductie in social dreaming. Ik hoop dan ook van harte dat deze start ook hier een vervolg zal krijgen, als broodnodig tegenwicht tegen een steeds legeraandoende cultuur van regels en protocollen.

Met dank aan Maria van Noort