

## WERKEN MET DROMEN

*door Karin Rekveld*

*een droomworkshop in Oxford o.l.v. Peter Haworth, 21/22 september 1996*

Op uitnodiging van iemand uit de psychodramagroep in Oxford heb ik in september 1996 een droomworkshop gevolgd. Hieronder volgt een korte impressie van deze workshop, m.n. gericht op de verschillen met de klassieke psychodrama werkwijze.

De workshop bestond uit vier dagdelen. De groep telde zes deelnemers onder leiding van Peter Haworth. Hij is een ervaren psychodramaregisseur en geregistreerd bij de British Association of Psychodrama. Hij leidt de vier jaar durende opleiding tot psychodrama-regisseur van de Oxford groep. De locatie is een groot klaslokaal met een groot tapijt op de vloer welke dient om de droom op uit te werken. Naast het tapijt waren grote kussens gelegd welke als bed dienst deden. De scene setting naast het tapijt was altijd gericht op de slaapkamer, op het tapijt werd hetgeen zich in de droom afspeelde, neergezet. Op het moment van werken met dromen werden de ramen geblindeerd. Het werd schemerdonker.

Peter startte met de warming up door ons in tweetallen uit te laten wisselen over recente dromen die we hebben gehad. Vervolgens liet hij ons kort een 'image' neerzetten uit onze eigen dromen. Doel was om zo te kunnen bepalen wie voldoende opgewarmd was om een droom te gaan onderzoeken. Kenmerkend was dat Peter dit in een hoog tempo van ons vroeg. Ieder kwam zo voldoende aan bod. Daarna begon het echte werk.

De procedure was als volgt:

1. Scene setting van een belangrijk moment op de dag van de droom en van de eigen slaapkamer: slaapritueel en in bed gaan liggen.
2. Op het tapijt de 'images' van de droom neerzetten en werken met rolwisselingen.
3. Stop: niet tot actie overgaan.
4. Terug naar het bed: denk aan de veranderingen door de rolwisselingen die je in de gespeelde droom hebt ervaren.
5. Sharing.



Bij het kiezen van de eerste protagonist bleek dat er vier van de zes mensen protagonist wilden zijn. Peter ging hiermee om op een voor mij nog onbekende werkwijze. Hij liet de deelnemers zelf de voorkeur voor een bepaalde protagonist uitspreken. Zo bleven er nog twee mogelijke protagonisten over. Peter koos toen zelf als regisseur degene als protagonist met wie hij zich op dat moment het meest verbonden voelde.

Het contract, of wat wij in Nederland de beginvraag noemen, dat wordt afgesloten is bij het werken met dromen elke keer hetzelfde, namelijk het kijken naar de droom. Er worden dus niet zoals in het klassieke psychodrama, verbanden met het verleden gelegd. Het is de bedoeling om gewoon bij de droom zelf te blijven en niet te gaan analyseren. De protagonist werkt delen van de droom uit. De regisseur kiest bepaalde momenten die belangrijk lijken voor de protagonist om deze actief te laten rolwisselen met elementen die in de droom voorkomen. Een voorbeeld uit mijn eigen droom was dat ik mijn rugzakje moest zijn en het gezicht dat op een auto was geschilderd. De protagonist doet zelf de rolwisselingen. De regisseur vraagt op sommige momenten aan de koorleden of zij een bepaalde rol willen vervullen zonder dat ze er woorden bij gaan geven. Zij vertegenwoordigen slechts de rol maar leven deze niet uit. En hiermee komen we op een belangrijk gegeven: de koorleden gaan niet actief uit zichzelf dubbelen want er kan niet ingeleefd worden.

Het blijft de droom van de protagonist en het is geen werkelijkheid. Dit betekent dat de koorleden wel kunnen kijken, maar zich niet moeten gaan inleven. Zij kunnen slechts op verzoek van de regisseur auxiliary worden zonder dat ze een eigen invulling gaan geven aan deze rol. Dit geeft ook aan dat bij een droom-

workshop de groep zelf minder betrokken is dan bij een psychodrama-workshop. Daarnaast vindt er geen analyse plaats. Het blijft een experimenteel exploreren. De regisseur werkt met de symbolen of met de emoties in de droom. Hij gaat de protagonist dus niet vooruit en zorgt ervoor dat deze ook niet in actie gaat. Dan zou het namelijk een psychodrama worden van de werkelijkheid en dat is niet in het contract afgesproken.

Het is aan de protagonist wat hij zelf met de ervaringen doet. Door de rolwisselingen komt hij vaak tot inzichten, zoals ik ook zelf heb kunnen ervaren. Deze worden in de sharing ge-uit en kunnen weer wel op de werkelijkheid betrekking hebben. De koorleden uiten zelf tijdens de sharing hun herkenning op elementen uit de droom. Gewaakt moet worden voor het geven van interpretaties. Het gaat niet om het analyseren van de droomgegevens.

Ik werd het meest geraakt tijdens het werken met mijn eigen droom. Daar zit ook de waarde. Als koorlid bij de droomuitwerkingen van de andere protagonisten kon ik slechts toeschouwer zijn en werd niet geraakt. Het werd vaak toch tijdens de sharing filosoferen aan de hand van herkenning op elementen uit de andere dromen.

Geleerd heb ik van de regisseur die erg sterk was in het doorvragen aan de protagonist wat betreft waarom hij voor bepaalde momenten koos, zo van: 'You said: this is important, why is this important for you?' en bij voortdurende vragen: 'What is the point?'

Ook de verschillen met het klassieke psychodrama vind ik boeiend. Het op deze wijze leren onderscheiden van verschillende werkvormen maakt dat ik de methodieken scherper zal kunnen hantieren.