

Kinderdromen

Wakker worden voor wie je bent

Tekst Steven Dijkstra

Onze kinderen hebben vaak mooie dromen. Maar er zijn ook periodes waarin ze vooral last hebben van hun nachtelijke belevenissen, door nachtmerries of andere schrikervaringen. Soms ontstaan hierdoor ook slaapproblemen – voor je kind, maar vervolgens ook voor jou als ouder. Je kan je dan afvragen: waarvoor maken deze dromen je kind wakker? Welke samenhang bestaat er met zijn leven overdag? En vooral: wat vraagt deze situatie van jou? Wat gaat er goed, waarmee worstelt hij? Hierbij kunnen ook je eigen dromen over je kind een rol spelen. Dromen geven niet alleen een waarheidsgetrouw beeld van onszelf - ook de invloeden die we op elkaar uitoefenen komen via de nacht op mysterieuze wijze tot uitdrukking.

Toekomstideaal en de 'eigen droom'

Ieder kind zou zich in vrijheid moeten kunnen ontwikkelen tot wie hij is. Vrijescholen onderschrijven dit streven met het motto 'worden wie je bent'. Via veelzijdig onderwijs dagen zij je kind uit een mens te worden die in staat is zijn levensopdracht te herkennen en er verantwoordelijkheid voor te nemen. Dit gaat natuurlijk niet zonder vallen en weer opstaan. Als ouder ben je de meest directe begeleider van dit proces. Je kind draagt een eigen toekomstideaal in zich - ook wel *de eigen droom* genoemd – en wil dit ideaal concreet vorm geven. Om te kijken of het met je kind de goede kant opgaat, dus volgens zijn eigen plan, zijn onder andere zijn nachtelijke dromen van onschatbare waarde. Als een kompas wijzen ze de weg naar de toekomst en roepen je eventueel op tot een koerswijziging.

Theatervoorstellingen van de ziel

Dromen ontstaan op de rand van ons bewustzijn. Als we dromen zijn we niet meer geheel verzonken in de onbewuste diepten van de slaap, maar wakker worden we ook nog niet. In onze dromen zijn we dus halfbewust aanwezig: we zijn er bij, maar ook niet helemaal. In veel dromen wordt iets zichtbaar van wat we overdag blijkbaar 'verslapen' hebben. We zijn het ons nog niet bewust, maar het wil blijkbaar wel bewust in ons worden. Dromen fungeren daarmee als spiegel voor onszelf. Zij maken ons innerlijke leven zichtbaar. Het droombewustzijn gebruikt hiervoor een rijke beeldentaal, waarbij de volgorde vaak niet logisch lijkt. Onze dromen zijn een soort theatervoorstellingen van de eigen ziel, waarvan de betekenis niet meteen helder is. Sommigen ervaren hun dromen daarom wel als een soort moeras waarin ze kunnen wegzinken. De ervaring leert echter dat ze kunnen worden omgevormd tot bronnen van inzicht en zelfkennis. De truc is dat je *door de letterlijke beelden* heen moet leren kijken, om *de innerlijke dramatiek ervan* te zien. Dromen blijken dan een waarheidsgetrouw beeld te geven van hoe we overdag zijn en handelen - en vermomde aanwijzingen te kunnen geven over wensen en angsten voor de toekomst.

Vrienden worden met je angsten

Zo zullen veel mensen het volgende droomvoorbeeld uit hun jeugd in een of andere variant herkennen. *'Ik wandel van huis naar het schoolplein. Als ik daar aangekomen ben, blij ik opeens geen kleren meer aan te hebben. Iedereen kijkt naar me. Ik voel me enorm onzeker en weet niet wat ik moet doen. Dan schrik ik wakker. In bed voel ik nog steeds de spanning en schaamte van dat moment.'* Nu moet je voor

de precieze duiding van een droom altijd de biografische situatie van de dromer erbij nemen, maar dit is een archetypisch geval. Het dromende kind voelt zich overdag in de buitenwereld – *niet meer thuis waar hij nog aangekleed was* - in de omgang met anderen onbeschermd – *naakt, zonder kleding* - en bekeken, mogelijk ook beoordeeld en weet of durft daar niet mee om te gaan – *hij schrikt wakker en droomt de droom dus niet af*. Zo'n droom kan een aanleiding zijn met je kind in gesprek te gaan over zijn veiligheidsgevoel.

Dat het ook anders kan, blijkt uit deze droom die een vijfjarig meisje aan de ontbijttafel uit zichzelf aan haar ouders vertelde. *'Er zat een spook achter me aan. Ik was bang en rende eerst hard weg. Maar toen stopte ik en ging ik bloemen plukken. Die gaf ik aan het spook. Toen gingen we met elkaar spelen.'* Uit deze droom komt naar voren dat dit meisje weliswaar in situaties komt die angsten in haar oproepen – *het spook* – zoals de overgang naar een nieuwe klas of een nieuwe juf of meester, maar ook dat ze uit eigen beweging met deze angsten weet om te gaan – *ze wordt er zelfs vrienden mee*. Bij een vijfjarig kind gaat dit natuurlijk allemaal nog vrij onbewust, maar het droombeeld toont dat in dit kind momenteel een bepaald innerlijk evenwicht aanwezig is. Ze wordt dan ook niet wakker uit de droom, maar droomt gewoon door.

In die zin kan je kinderdromen zien als graadmeter voor hun ontwikkeling. Ze bieden je steeds opnieuw de kans om je kind echt te *zien*. Eventueel kan je naar aanleiding van een beeld in actie komen – in ieder geval bij terugkerende nachtmerries, waarin de droom het kind letterlijk wakker schreeuwt voor iets waar hij overdag, om welke reden dan ook, blijkbaar niet voldoende mee om kan gaan.

Dromen over je kind

Soms hebben we zélf dromen over onze kinderen. Die kunnen ons wakker maken voor iets wat we tot dat moment versliepen in de relatie met ons kind. Een vader van bijna veertig vertelt: *'Ik had een tijdlang verschillende dromen waarin mijn zoontje steeds dreigde te verdrinken. Het waren telkens andere dromen, maar elke keer belandde hij weer in het water en moest ik hem redden.'* Veel ouders beschrijven ook de een of andere variant van de volgende droom: *'Ik ben op het strand met mijn dochttertje. Dan kom ik iemand tegen die zegt dat er verderop ook iets te doen is. Ik loop mee. Daar eenmaal aangekomen drinken we koffie tot ik er opeens achter kom dat ik helemaal vergeten ben mijn dochter mee te nemen! Snel ren ik terug. Gelukkig is ze er nog en is haar niets overkomen. Ze heeft er zelfs helemaal niets van gemerkt.'* Misschien is het leuk als je, in plaats van nu verder te lezen, eerst zelf probeert na te gaan wat bovenstaande dromen de dromer wilden vertellen. Dus let op: spoiler alert!

In het eerste voorbeeld ging het er niet om dat de vader zich letterlijk zorgen moest maken voor een mogelijke verdrinking van zijn zoontje - uiteraard moet hij daar altijd al voor waken. Hij moest zich ervan bewust worden dat het leven, zoals hij dat met zijn vrouw organiseerde, letterlijk te veel werd voor hun kind. Het 'verzoop' in de hoeveelheid activiteiten die ze maar achter elkaar bleven ondernemen. De droom gaf bovendien al aan in welke richting de oplossing gezocht kon worden, aangezien het de vader zelf was die het jongentje telkens redde. In plaats van steeds de consequenties van het 'laten verdrinken' te dragen in de vorm van 'redden', kon hij beter vanaf het begin rekening houden met de behoeften van zijn kind. Hij moest zijn eigen gedrag veranderen en deed dat ook. Vervolgens verdwenen deze dromen.

Bij het tweede droomvoorbeeld moeten we nog dieper door de beelden heen kijken. Dan zien we hoe deze dromers overdag een bepaalde *concentratie* missen. Ze zijn snel afgeleid – *ergens verderop koffie drinken, weglopen* - waarna ze de draad kwijtraken. Ze kunnen het geheel van hun verantwoordelijkheden niet meer overzien – *het dochttertje blijft alleen achter op het strand* - met mogelijk nadelige gevolgen voor hun kind.

Wakker worden of ver(der) slapen?

Duidelijk moet zijn dat je je dromen wel 'in gesprek' moet willen brengen met je leven, door de beeldboodschap eruit te halen. De droom is weliswaar als een vriend die je de waarheid wil vertellen, maar je moet het geschenk dat hij je wil geven wel zelf uitpakken. De kans is steeds aanwezig dat we het moment van bewustwording weer verslapen - zelfs *nadat* we een inzicht uit de droom hebben verkregen - en dat gebeurt dan ook regelmatig. De ervaring leert echter dat je dit soort *wake up calls*, of ze nu via de nachtroute of op andere wijze tot je komen, weliswaar een tijd kan negeren, maar dat ze zich vervolgens *nóg* meer aan je opdringen. De droom heeft een boodschap voor je - en wil dat jij die serieus neemt.

Streamer

'De droom is weliswaar als een vriend die je de waarheid wil vertellen, maar je moet het geschenk dat hij je wil geven wel zelf uitpakken'