

Bedankt voor het downloaden van dit artikel. De artikelen uit de (online)tijdschriften van Uitgeverij Boom zijn auteursrechtelijk beschermd. U kunt er natuurlijk uit citeren (voorzien van een bronvermelding) maar voor reproductie in welke vorm dan ook moet toestemming aan de uitgever worden gevraagd.

Boom

Behoudens de in of krachtens de Auteurswet van 1912 gestelde uitzonderingen mag niets uit deze uitgave worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand, of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch door fotokopieën, opnamen of enig andere manier, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

Voor zover het maken van kopieën uit deze uitgave is toegestaan op grond van artikelen 16h t/m 16m Auteurswet 1912 jo. Besluit van 27 november 2002, Stb 575, dient men de daarvoor wettelijk verschuldigde vergoeding te voldoen aan de Stichting Reprorecht te Hoofddorp (postbus 3060, 2130 KB, www.reprorecht.nl) of contact op te nemen met de uitgever voor het treffen van een rechtstreekse regeling in de zin van art. 16l, vijfde lid, Auteurswet 1912.

Voor het overnemen van gedeelte(n) uit deze uitgave in bloemlezingen, readers en andere compilatiewerken (artikel 16, Auteurswet 1912) kan men zich wenden tot de Stichting PRO (Stichting Publicatie- en Reproductierechten, postbus 3060, 2130 KB Hoofddorp, www.cedar.nl/pro).

No part of this book may be reproduced in any way whatsoever without the written permission of the publisher.

info@boomamsterdam.nl
www.boomuitgeversamsterdam.nl



Nachtmerries

Bas Schreuder

Er bestaan verschillende soorten nachtmerries, afhankelijk van de verhouding tussen de hoeveelheid primaire- en secundaire-procesdenken tijdens de droom. Ook is van belang of de droominhoud berust op een 'bewerkt' of op een 'rigide scenario'.

Inleiding

Nachtmerries zijn raadselachtige verschijnselen die enerzijds tot de verbeelding spreken, maar anderzijds ook aanleiding zijn voor onaangename associaties en angst. Nachtmerries werden en worden in verband gebracht met uiteenlopende fenomenen. Nachtmerries zijn ook van alle tijden. Zo werden nachtmerries in de Middeleeuwen in verband gebracht met apoplexie, epilepsie en waanzin (Beek 1969). Ook het verband tussen de incubus, het duiveltje dat op de borst van de slaper kwam zitten, en de nachtmerrie gaat terug tot de Middeleeuwen.

Vaak wordt ter illustratie van de nachtmerrie het gelijknamige schilderij van Füsseli (1782) gebruikt. We zien daarop een vrouw afgebeeld in een houding die veel weg heeft van een hysterisch acces (*arc de cercle*). De motorische verlamming die hiermee wordt uitgebeeld, verwijst naar de vaak optredende sensatie van verlamming tijdens de nachtmerrie. Op haar borst zit een duivelachtig beestje dat de incubus moet verbeelden, de demon die op de slaper gaat zitten en deze vaak verkracht. Vanachter een gordijn komt het hoofd van een wit paard te voorschijn, hetgeen een verwijzing is naar één van de etymologische betekenissen van het woord nachtmerrie. Het schilderij is exemplarisch voor de uiteenlopende opvattingen rond nachtmerries en voor de verwarring over de begrippen incubus

Prof. dr. B.J.N. Schreuder, psychiater en psychoanalyticus, is directeur van Centrum '45 te Oegstgeest. Hij is bijzonder hoogleraar 'Trans-generatiele oorlogsgevolgen' aan de Katholieke Universiteit Nijmegen en tevens bijzonder hoogleraar 'Psychotraumatologie van Oorlog en Geweld' aan de Universiteit Leiden.

Correspondentieadres: Centrum '45, Rijnzichtweg 35, 2342 AX Oegstgeest; e-mail: j.n.schreuder@pobox.leidenuniv.nl.

en nachtmerrie. Jones (1949) noemde drie kenmerken van de nachtmerrie: hevige schrik, verlamming van de willekeurige spieren en druk op de borstkas. Van de hevige schrik is bij de vrouw op het schilderij van Füsseli niets terug te vinden. Van de verlamming van de willekeurige spieren wel. De hevige schrik kan gezien worden als een reactie van het autonome zenuwstelsel, de verlamming als de atonie van de spieren zoals die later als kenmerk van de REM-slaap werd gevonden en de druk op de borst is wellicht van respiratoire herkomst. Deze verschijnselen komen voor een deel bij de nachtmerrie en voor een deel bij de pavor nocturnus voor. Dit geeft al aan hoe groot de terminologische verwarring is.

In dit artikel wordt in de eerste plaats getracht helderheid te scheppen in het wezen van de nachtmerrie en de daarmee verwante verschijnselen. Eerst worden dan ook deze verschijnselen in hun klinische verschijningsvorm beschreven. Kort wordt stilgestaan bij enkele slaapfysiologische bevindingen.

In de tweede plaats wordt aan de hand van enkele vignetten het belang van de samenhang tussen droominhoud en vorm van nachtmerries besproken. Er wordt een onderscheid gemaakt tussen droominhoud volgens een rigide en volgens een bewerkt scenario. Hierdoor ontstaat een beter begrip van deze verschijnselen, waarna uitvoerig op de theoretische en praktische implicaties van dit onderscheid wordt ingegaan.

Begrippen

De angstdroom Het begrip angstdroom verwijst naar de inhoud van de droom. De droominhoud brengt als hij herinnerd wordt angst teweeg dan wel wordt met angst geassocieerd. De angstdroom is een gewone droom met alle bekende onlogische sequenties, verschuivingen en vertekeningen.

De nachtmerrie De term nachtmerrie heeft enerzijds betrekking op de inhoud van de droom, die overeenkomt met die van de angstdroom, en anderzijds op het plotseling ontwaken uit de droom. Het onderscheid tussen angstdroom en nachtmerrie is dus het moment van ontwaken. De termen worden veel door elkaar gebruikt. Zo heette de slaapstoornis die in de DSM-IV met Nightmare Disorder wordt aangegeven, in de DSM-III-r nog Dream Anxiety Disorder. Het wakker worden bij de nachtmerrie berust volgens Hobson (1989) op een ongecoördineerde activering van verschillende hersenfuncties. Dissociatie treedt volgens hem op als tijdens de slaap de activering van delen van het cerebrum incompleet of ongecoördineerd is. Het wakker worden bij nachtmerries zou ook zo'n vorm van dissociatie zijn. Het zijn volgens hem uitingen van fysiologische onbestendigheid tijdens de overgang van de ene naar de andere bewustzijnstoestand. Deze fysiologische onbestendigheid is eigen aan de biologische rijping van het

individu. Vandaar dat het voorkomen ervan bij kinderen in het algemeen wordt gezien als rijpingsfenomeen en het persisteren ervan bij volwassenen als een aanwijzing voor pathologie.

De posttraumatische nachtmerrie Van de posttraumatische nachtmerrie verwijst de inhoud naar een psychotraumatische ervaring. Er zijn posttraumatische nachtmerries die zich niet onderscheiden van gewone nachtmerries omdat de droominhoud wordt gekenmerkt door de normale vertekeningen van de droom. Daarentegen zijn er de posttraumatische nachtmerries waarvan de inhoud een nauwkeurige gelijkenis vertoont met de oorspronkelijke psychotraumatische ervaring. De vertekeningen die eigen zijn aan de normale droom, lijken hier afwezig te zijn. Op dit onderscheid wordt verderop in dit artikel ingegaan.

De pavor nocturnus De pavor nocturnus die in de DSM-IV nu Sleep Terror Disorder heet, werd vroeger Night Terror genoemd. Ook de naam incubus werd gebruikt. Soms werd de term incubus uitsluitend gebruikt bij volwassenen en de term pavor nocturnus bij kinderen. Al deze termen werden en worden nog steeds gebruikt om zowel normale verschijnselen mee aan te duiden alsook stoornissen. In de Nederlandse vertaling van de DSM-IV spreekt men van Pavor nocturnus.

Het beeld van de pavor nocturnus is een plotseling ontwaken, ingeluid door een luide gil en gevolgd door verwardheid, desoriëntatie en complexe motorische activiteit. Tegelijkertijd is er een sterke activering van het autonome zenuwstelsel die bestaat uit een enorme verhoging van de hartfrequentie, een toename van de respiratoire amplitude en een verlaging van de huidweerstand. Deze autonome verschijnselen horen bij hyperarousal en angst. Van belang is dan ook dat de pavor nocturnus zich van de nachtmerrie onderscheidt doordat deze autonome verschijnselen veel sterker aanwezig zijn. De overeenkomst met de nachtmerrie is het plotseling angstig ontwaken. Er werd lange tijd aangenomen dat er bij de pavor nocturnus, in tegenstelling tot bij de nachtmerrie, geen droomherinnering was (zie bv. Carlson, White en Turkat, 1982). Fisher e.a. (1973) en Kahn e.a. (1991) hebben aangetoond dat dit niet juist is.

De pavor nocturnus treedt op tijdens ontwaken (arousal) uit Slow Wave Sleep (SWS), stadium 3 en 4 van de NonREM-slaap, en is vergelijkbaar met bedplassen en slaapwandelen. De pavor nocturnus komt veel meer voor bij kinderen dan bij volwassenen en wordt dan ook als een rijpingsfenomeen opgevat. Pathofysiologisch is sprake van een gedissocierde activering van autonome en motorische systemen in de hersenen tijdens NonREM-slaap waarbij geen cognitief/corticaal ontwaken optreedt (Van Sweden e.a., 1993). Dit is eenzelfde soort mechanisme als Hobson (1989) aanwijst als oorzaak van de nachtmerrie. Sommige verschijnselen die tot voor kort met de nachtmerrie in verband werden gebracht, zoals de druk op de borst (zie

bijvoorbeeld het schilderij van Füsseli en het boek van Jones), horen dus bij de pavor nocturnus.

Slaapfysiologie en dromen

Dromen kunnen worden herinnerd of men kan zich herinneren te hebben gedroomd. Er is ook mentale activiteit 's nachts die niet kan worden herinnerd, maar waarvan wel indirect bewijs bestaat dat die heeft plaatsgevonden. Cognitieve activiteit vindt gedurende de slaap waarschijnlijk voortdurend plaats. Onder bepaalde condities kunnen dromen ontstaan. Hetzelfde geldt voor de mogelijkheid een droomherinnering te hebben. Die condities verschillen gedurende de verschillende slaapfasen. Nog altijd bestaat het misverstand (zoals dat bijvoorbeeld blijkt uit Wilson, 1997) dat dromen uitsluitend in REM-slaap voorkomen. Deze opvatting paste natuurlijk goed bij de hoge corticale activiteit die tijdens REM-slaap werd gemeten. Cavallero en Cicogna (1993) hebben echter aangetoond dat dromen tijdens alle slaapfasen optreden. Zelfs de dromen van de diepe slaap (SWS-slaap), die in tegenstelling tot de REM-slaap gekenmerkt wordt door een zeer lage activiteit van de hersenschors, verschillen niet wezenlijk van de REM-slaapdromen. Het verschil is voor beoordelaars die de herkomst van de droom niet kennen, niet of nauwelijks aan te geven. De SWS-dromen zijn vaak iets korter. Mentale activiteit en dromen zijn dus relatief onafhankelijk van de activering van de hersenschors. De hoge activiteit van de hersenschors tijdens REM-slaap is verantwoordelijk voor een meer uitgewerkte plot, inhoudelijke elementen die minder afhankelijk zijn van gebeurtenissen bij waken en een bredere activering van herinneringen die als verbindend element in de droom kunnen dienen (Cavallero en Cicogna 1993). Het gevolg van de activering van de hersenschors is dat er bij het totstandkomen van de droom veel van associaties gebruik gemaakt wordt. In de dromen van de REM-slaap spelen daarom uiteenlopende herinneringen een rol. Daartegenover staat dat tijdens NonREM-slaap door de geringe tot ontbrekende activering van de hersenschors, de mogelijkheid tot fantasievolle plots ontbreekt en de droom dus een realistischer en rationeler karakter zal hebben (Cavallero en Cicogna 1993). De hoge activering van hersenschors tijdens REM-slaap duidt op waakzaamheid ('arousal'). De hersenschors is echter alleen gevoelig voor prikkels vanuit het eigen lichaam en niet voor prikkels van buiten (McCormick en Bal 1994). Deze interne informatie wordt vaak geïncorporeerd in de droom. Zo kan de atonie van de willekeurige spieren die gedurende de REM-slaap optreedt, vertaald worden in een nachtmerrie waarbij de slaper niet kan wegrekken voor dreigend gevaar.

Het zich herinneren van dromen is afhankelijk van het ontstaan van een geheugenspoor tijdens of direct na de droom. Hiervoor is ontwaken niet nodig, maar de hersenschors moet wel 'wakker' zijn. Deze zogenaamde

'corticale arousal' is op het EEG als alfaritme terug te vinden (Empson 1993, p. 68-70, 86 e.v.). Daarnaast spelen nog enkele andere factoren een rol bij het zich herinneren van droominhoud. In de eerste plaats wordt een markante droominhoud beter herinnerd. Vooral als het om meer dromen per nacht gaat, wordt duidelijk dat de meest markante dromen 's morgens veel beter worden herinnerd (Cohen 1974; Goodenough 1978). Een andere factor is de mate van interferentie direct na het ontwaken. Het herinneren van de droominhoud wordt zeer bemoeilijkt als tussen ontwaken en herinneren de aandacht door externe stimuli wordt afgeleid (Cohen and Wolfe 1973).

Enkele voorbeelden van nachtmerries

Nu volgen drie voorbeelden van nachtmerries met verschillende droominhoud en droomvorm. Het eerste voorbeeld is een 'gewone' nachtmerrie, het tweede en derde voorbeeld betreffen posttraumatische nachtmerries.

Voorbeeld 1 Een vierenzestigjarige man vertelt dat hij de volgende nachtmerrie heeft gehad: 'Ik loop in een winkelcentrum en wordt achternagezeten door iets of iemand. Ik weet niet wat het precies is, maar ik voel me bedreigd en heel klein. Ik moet ook wel klein zijn geweest, want ik ben op zoek naar mijn moeder, die toch al heel wat jaartjes dood is. Ik verdwaal in het winkelcentrum en ik weet de uitgang niet meer te vinden. Ik kom er niet meer uit. Ik probeer me aan mensen vast te klampen, maar ik kan mijn handen niet uitstrekken. Nu pas merk ik dat ik ook niet kan lopen. Ik sta stil terwijl de mensen en de winkels bewegen. Ik probeer me om te draaien om te zien wat er achter me is en wat me bedreigt, maar ik kan me niet omdraaien. Ik word heel bang. Dan sta ik bovenaan een roltrap die plotseling verdwijnt. Ik dreig in een afgrond te vallen, nee geduwd te worden, maar dan word ik wakker.'

Het is de eerste keer dat de man deze nachtmerrie heeft. Er zijn vele associaties. Verschillende dingen komen hem bekend voor, zoals de herinnering dat hij als kind zoekraakte tijdens het boodschappen doen met moeder. Hij vertelt dat hij zich daarna heel schuldig had gevoeld omdat moeder zo bang was geweest. Maar het meest gaat hij in op zijn eigen dood, waarmee hij de laatste tijd veel bezig is. Op de vraag of dat ook in verband staat met moeder, antwoordt hij dat moeder op vijfenzestigjarige leeftijd is overleden en dat hij zelf volgend jaar vijfenzestig wordt. Het verband was hem tot op heden ontgaan.

Voorbeeld 2 Dit is de nachtmerrie van een zestigjarige vrouw die met haar moeder in het Jappenkamp heeft gezeten.

'We worden in de rij gezet. We moeten mee. We zijn onze vrijheid kwijt, dat voel ik. We lopen in rijen en groepen bij elkaar. Dan moet je een kaartje

halen. Dat geeft me het gevoel dat we bij elkaar zullen blijven, maar dan opeens zie ik dat een groep een andere kant op gaat dan mijn groep. En degenen die me dierbaar zijn, die zitten in die andere groep. Die zitten daar. Ik zie ze nog wel even maar ik kan er niet bij komen. Ik kom in een ander kamp terecht dan zij. Ik ben met een tante in deze groep overgebleven, maar in die andere groep zit mijn moeder. Ik word heel erg bang. Ik zal mijn moeder nooit meer zien. Ik word ongelooflijk angstig. En dan word ik huilend wakker. Het duurt heel lang voor ik me realiseer dat het zo niet gebeurd is. Mijn moeder heeft immers de oorlog overleefd en ik ben steeds bij haar geweest. Toch kan ik de hevigheid van die angst niet onder woorden brengen.'

De vader van de vrouw die deze nachtmerrie vertelt, is in 1942 door de Japanners weggehaald, toen zij vijf jaar oud was. Ze heeft haar vader nooit meer teruggezien. Ze weet niet hoe dat precies gebeurd is, maar van haar moeder weet ze dat ze daarbij is geweest. De droom gaat over scheiding en verlies. Het is een typische posttraumatische nachtmerrie. Als haar moeder hier de plaats van haar weggevoerde en overleden vader heeft ingenomen, dan vormt de droom een verhulling van het verlies van vader.

Voorbeeld 3 Een man van eenenzestig jaar vertelt dat hij enkele keren per week 's nachts wakker wordt uit een nachtmerrie. Hij wordt midden in de nacht heel angstig wakker en bevindt zich dan in een situatie die hij in het voormalige Nederlands-Indië heeft meegemaakt. Eén van zijn nachtmerries is deze.

'Ik bestuur een jeep en wordt beschoten vanuit een hinderlaag. In de jeep zitten nog drie anderen. Naast mij zit een soldaat met wie ik goed bevriend ben geraakt en die mij als zijn maatje beschouwt. Als we worden beschoten, spring ik uit de jeep en kruip eronder.'

Als hij wakker wordt, bevindt hij zich naast zijn bed, badend in het zweet en angstig. Zijn hart bonkt in zijn keel. Zijn vrouw staat over hem heen gebogen en spreekt hem zachtjes toe. Hij gaat dan naar beneden en zijn vrouw maakt een beker warme melk. Hij komt tot zichzelf. Zijn vrouw probeert hem nu af te leiden door over andere dingen te praten. De gebeurtenis heeft hij precies zo meegemaakt als hij hem nu droomt. Hij heeft een nacht onder de jeep gelegen en werd de volgende dag door een patrouille aangetroffen. Toen bleek dat zijn maatje en de andere twee inzittenden waren gedood.

In de psychotherapie is het heel moeilijk met hem over deze en soortgelijke nachtmerries te praten. Hij wordt dan vrijwel altijd direct overspoeld door angst en krijgt de daarbij horende lichamelijke verschijnselen.

De eerste twee voorbeelden komen qua vorm overeen. De derde droomvorm wijkt van de andere twee af, omdat het scenario van de droom voorzover te beoordelen weinig vertekeningen vertoont ten opzichte van wat er ooit daadwerkelijk gebeurd is. In elk geval ontbreken de onlogische ver-

bindingen die we van de droom kennen. Op grond hiervan wil ik een onderscheid maken tussen twee vormen van nachtmerries. Een vorm waarbij sprake is van bewerking van de inhoud en een vorm waarbij die bewerking (vrijwel) afwezig lijkt.

Nachtmerries met een bewerkt scenario

Er zijn nachtmerries die opgebouwd zijn uit elementen die bij verschillende herinneringen of herinneringsgebieden horen. Die elementen worden tot één scenario gesmeed gedurende het ontstaan van de droom en ook nog daarna wanneer de droom wordt herinnerd. Kenmerkend is dat deze elementen tezamen wel een verhaal vormen, maar een onlogisch verhaal, dat vertekeningen, verschuivingen en veranderingen bevat. Hierdoor blijkt dat het een 'bewerkt scenario' van herinneringen is. De verschillende elementen zullen meestal dan ook nauwelijks meer als een herinnering worden herkend. Aan de basis van de herinneringen ligt enerzijds externe informatie die in het geheugen is vastgelegd en anderzijds informatie uit de representerende wereld van het individu. Voor posttraumatische nachtmerries geldt hetzelfde. Nachtmerries die een bewerkt scenario vormen van de oorspronkelijke schokkende gebeurtenis, zijn in één of andere vorm een herhaling van de gebeurtenis. Maar ten opzichte van de oorspronkelijke gebeurtenis is de herinnering op essentiële plaatsen gewijzigd. Er kunnen nieuwe elementen aan toegevoegd zijn. De loop van de oorspronkelijke gebeurtenis kan gewijzigd zijn. De herinnering wordt erdoor gekenmerkt dat er een of andere bewerking van de ervaringen heeft plaatsgevonden. We zien dit bij de angstdroom van de vrouw in het tweede voorbeeld. Net zoals in dit voorbeeld kan de cliënt meestal ook aangeven dat het zo niet daadwerkelijk is gebeurd, maar dat er een grote gelijkenis is met de oorspronkelijke traumatische ervaring. Zoals het proces van herinneren de ervaringen verandert, zo gebeurt dit natuurlijk ook bij het vertellen van het traumatische scenario. Al deze veranderingen wijzen op een bewerking van de psychische inhoud en vormen dus een getuigenis van het dynamische proces dat kan duiden op verdringing of verwerking.

Nachtmerries met een rigide scenario

Bij de tweede groep nachtmerries gaat het om een 'rigide scenario' van de oorspronkelijke interne of externe gebeurtenis. Het scenario is rigide omdat het een herhaling is die de kenmerken lijkt te hebben van een replicatie van de oorspronkelijke gebeurtenis. Omdat we weten hoe het geheugen werkt kunnen we niet zeggen dat er sprake is van een replicatie. Het geheugen werkt immers associatief, zodat elke herinnering in zekere mate is aangepast aan de innerlijke en uiterlijke psychische werkelijkheid van degene die de herinnering heeft, op het moment van de herinnering. Maar bij het rigide scenario lijkt nauwelijks

bewerking te hebben plaatsgevonden. Ten eerste omdat er geen nieuwe elementen aan toegevoegd lijken te zijn. Er lijken geen veranderingen van het scenario van de oorspronkelijke gebeurtenis in de herinnering te zijn geïncorporeerd, noch werden deze er gedurende het droomproces aan toegevoegd. Een tweede teken dat er nauwelijks bewerking lijkt te hebben plaatsgevonden, heeft te maken met de wijze waarop het verhaal wordt verteld en beleefd. Telkens weer hetzelfde. De wijzigingen zijn minimaal en niet essentieel. En de beleving is die van een gesloten verhaal dat zich te pas en te onpas presenteert. De posttraumatische nachtmerrie uit het derde voorbeeld verloopt volgens een rigide scenario.

Anders dan bij het bewerkte scenario is er bij het rigide scenario geen sprake van symbolische herhaling, maar van een herhaling die een feitelijk karakter heeft. De nachtmerrie volgens het rigide scenario treedt geïsoleerd op en de context van een betekenisvol geheel lijkt te ontbreken. De 'psychische gebeurtenis' is geïsoleerd. De situatie van het oorspronkelijke psychotrauma heeft geen andere plaats gekregen in de representerende wereld dan alleen als geïsoleerd en afgekapseld betekenisgeheel. De ervaring werd als een rigide scenario opgeslagen waardoor deze ook geen symbolische betekenis heeft voor angsten en conflicten van de latere leeftijd. Het is zeer wel denkbaar dat het aan de waakherinnering ontleende rigide scenario in de droom de arousal- en autonome verschijnselen die kunnen optreden, uitlokt. De combinatie van het zich herinneren of het dromen van een rigide scenario en hyperarousal maakt de ervaring tot een herbeleving.

De werking van het geheugen verschilt niet voor nachtmerries met een bewerkt of een rigide scenario, noch voor de herinneringen die eraan ten grondslag liggen. Wel kan men zeggen dat het associatieve netwerk dat bij het op gang komen van de herinnering in werking wordt gezet bij het rigide scenario een veel beperkter omvang heeft dan bij het bewerkte scenario. Hoewel nachtmerries tenderen tot herhaling is er bij het rigide scenario sprake van een meer feitelijke herhaling, terwijl er bij het bewerkte scenario sprake is van een thematische herhaling, die vaak ook door de cliënten niet als een herhaling wordt beleefd.

Theoretische en praktische implicaties

Volgens Freud (1900) verhuult de manifeste droominhoud een latente droominhoud die gekoppeld is aan conflictueuze onvervulde en onbewuste wensen uit de kindertijd. Als de onbewuste conflictueuze wensen onverhuld in de droom tot uiting zouden komen, zou de slaper erdoor ontwaken. Dit nu wordt voorkomen door vervorming van de latente inhoud. Deze vervorming draagt het karakter van het eraan ten grondslag liggende primaire proces waardoor de inhoud ervan wordt verdragen zonder dat de slaper ontwaakt. In deze zin vatte Freud de droom op als de hoeder van de slaap. De nachtmerrie, en de post-

traumatische nachtmerrie in het bijzonder, lijkt een uitzondering op Freuds droomtheorie. Het leek nauwelijks voor te stellen dat de gruwelijke inhoud van de droom kon worden gezien als een herhaling van een situatie waaraan een wens ten grondslag lag. Tevens was het ontwaken bij de nachtmerrie niet verenigbaar met de functie 'hoeder van de slaap'. Freud (1920 en 1933) concludeerde dat er bij de traumatische neurose die berustte op gruwelijke ervaringen sprake moest zijn van een ontwrichting van de droomfunctie.

Het lijkt mij dat er enkele kanttekeningen bij dit uitgangspunt kunnen worden geplaatst als we proberen dit psychodynamische concept in één kader te plaatsen met de biologische concepten.

Ten eerste hangen de twee functies, de verhulling van de conflictueuze wens en het hoeden van de slaap, met elkaar samen. De dromer kan blijven slapen omdat de wens in verholde vorm in vervulling gaat. Het intrapsychische conflict wordt draagbaar omdat het in een ander jasje aan het Ik wordt gepresenteerd. De oorspronkelijke wens die aan het intrapsychische conflict ten grondslag ligt is vervat in een verhullend scenario dat de primaire-proceskenmerken heeft van de droom. In tegenstelling tot het secundaire-procesdenken vormt het primaire proces geen prikkel om tot gecoördineerd en gepland handelen te komen.

Zoals we hebben gezien is tijdens het primaire-procesdenken zoals dit tijdens REM-slaap plaatsvindt, de hersenschors in staat van activering maar tegelijkertijd ongevoelig voor externe prikkels. Als de hersenschors in de NonREM-slaap minder actief is, treedt er aanzienlijk minder bewerking op van de droom. Aangezien in de droomtheorie van Freud het primaire-procesdenken een cruciale plaats inneemt, zou kunnen worden verondersteld dat deze eigenlijk bij uitstek betrekking heeft op de REM-slaap. De droom fungeert dan alleen tijdens de REM-slaap als hoeder van de slaap door de conflictueuze wensen te verhullen middels een associatief bewerkt scenario. Tijdens NonREM-slaap zou de droom deze functie dus niet vervullen, in elk geval niet in de vorm van een verhulling van de conflictueuze wens. Hiervoor zijn twee argumenten die nauw met elkaar samenhangen. Ten eerste is de kans dat de droom leidt tot een geheugenspoor gedurende de REM-slaap veel groter dan gedurende de NonREM-slaap, omdat er gedurende de REM-slaap meer kans is op corticaal ontwaken en op bewust ontwaken. In de tweede plaats zal de behoefte om het Ik te beschermen voor conflictueuze wensen gedurende de NonREM-slaap niet groot zijn, omdat de NonREM-slaap wordt overheerst door cognitieve processen die horen bij het secundaire-procesdenken. Men mag aannemen dat dezelfde psychische afweerfuncties die overdag meedoen in het secundaire proces dit ook 's nachts doen. Conflictueuze wensen zullen dus ook 's nachts tijdens de NonREM-slaap worden afgeweerd. Het ontwaken hangt dus vermoedelijk samen met de invloed van het secundaire proces en met het herstel van de externe realiteit. De slaap kan ongestoord plaatsvinden als er

geen reden is om de externe realiteit te herstellen. Dreiging is wel een reden om de slaper te laten ontwaken middels het secundaire proces. Als de REM-droom een dreiging bevat, infiltreert het secundaire proces het primaire-procesdenken. Daardoor ontwaakt de slaper. Dit is wat er bij de nachtmerrie gebeurt. Tijdens NonREM-slaap verloopt de mentale activiteit al volgens het secundaire proces dat ook hier verantwoordelijk is voor het ontwaken als de droom een dreiging bevat.

Het is interessant om te zien dat Freud zonder over de recente neurofysiologische kennis te kunnen beschikken het belang van de twee vormen van denken gedurende de slaap onderkende (1900, p. 686): 'Zo kunnen we dus niet de ogen sluiten voor het inzicht dat bij de droomvorming twee wezenlijk verschillende psychische processen betrokken zijn; het ene schept volkomen correcte, aan het normale denken gelijkwaardige droomgedachten; het andere gaat op een hoogst wonderlijke, incorrecte wijze met ze om. Dit laatste hebben wij al in hoofdstuk VI als de eigenlijke droomarbeid afgezonderd.' Het lijkt erop dat Freud hier al de dromen van de REM-slaap afzondert van die van de NonREM-slaap.

Nu wordt vervolgens ingegaan op de mate waarin en de wijze waarop de infiltratie van secundaire-procesdenken in het primaire-procesdenken en vice versa een rol speelt bij de angstdroom, de nachtmerrie, de posttraumatische nachtmerrie met een bewerkt of een rigide scenario, de posttraumatische nachtelijke herbeleving, de pavor nocturnus en de nachtmerrie bij de psychose. Hierbij worden steeds de praktische implicaties besproken.

De angstdroom: de verholde wens beschermt het slapen De angstdroom onderscheidt zich niet wezenlijk van de gewone droom die door het primaire-procesdenken wordt gekenmerkt. Er zijn voorbeelden te over (zie bijvoorbeeld Alston e.a. 1993 en Lansky en Bleij 1995). Loewenstein (1949) beschrijft hoe het herhalen van de traumatische gebeurtenis in de posttraumatische angstdroom ertoe dient geleidelijk de invloed van die gebeurtenis te boven te komen. Hij wijst erop dat de droom die hij beschrijft de structuur heeft van een gewone droom. De traumatische gebeurtenis wordt er niet zonder meer in gereproduceerd en de verschuivingen en condensaties wijzen duidelijk op de vervulling van wensen. Hier, aldus Loewenstein, gaat wensvervulling samen met het onder controle krijgen van de traumatische gebeurtenis. De traumatische gebeurtenis wordt herhaald op een manier die tegemoetkomt aan het wensvervullende karakter van de droom, waarmee de slaper in staat wordt gesteld de bedreigende realiteit meester te worden. Een voorbeeld hiervan is de angstdroom waarin een levensgevaarlijke situatie zich afspeelt en waarin de slaper uiteindelijk zonder kleeerscheuren overleeft. Bij veel oorlogsgetroffenen komen dromen voor waarin schokkende ervaringen in de droom een andere afloop hebben dan ze in werkelijkheid hadden. Een afloop die beter is en het soms mogelijk maakt de schokkende ervaring onder ogen te zien. Zo droomde een veteraan die

zijn maatje tijdens een patrouille had verloren, dat deze de hinderlaag had overleefd. Aanvankelijk durfde hij over het verlies van zijn maatje niet te praten. Toen hij dertig jaar na dato begon te dromen over zijn maatje, liet hij hem in zijn dromen voortleven. De schokkende ervaring was in de droom verdraaid en had een wensvervullend karakter gekregen. Het afgeweerde intrapsychische conflict dat door de overlevingsschuld was ontstaan, kon via deze verhulling in de behandeling aan de oppervlakte worden gebracht.

Ook volgens Lidz (1946) kan er bij de posttraumatische angstdroom wel degelijk sprake zijn van een wensvervullend karakter. Als voorbeeld noemt hij het optreden van posttraumatische angstdromen en nachtmerries bij ouderen. Volgens hem luxeert het naderende levenseinde een herhaling in de droom van levensbedreigende situaties waarin de slaper uiteindelijk wist te overleven. De droom vormt de wensvervulling (niet dood te gaan) en stelt tevens de persoon in staat tot een zekere verwerking van het naderende levenseinde.

De nachtmerrie: het secundaire proces infiltreert het primaire proces
Het wakker worden bij de nachtmerrie is in verband gebracht met het herstellen van de externe realiteit teneinde de droomwerkelijkheid die hevige angst teweegbrengt te stoppen (Mack 1970). De aard van de inhoud van de angstdroom waaruit de slaper ontwaakt lijkt dan bepalend. De angst die zo slecht te rijmen leek met de verholde wens of de wensbevrediging zelf, werd daarom eerder beschouwd als een gevolg van een intrapsychisch conflict. Dit conflict kan berusten op verdrongen seksuele wensen (Jones 1949), op conflicten tussen het Ik en het Es enerzijds en tussen het Ik en het Boven-Ik anderzijds (Kellerman 1987; Lansky en Bley 1995), en op agressieve wensen (Klein 1932; Lindsay 1954; Mack 1970; Kellerman 1987). Ook worden verklaringen meer en meer gezocht in conflictieuze wensen en impulsen die horen bij preoedipale fasen (Kellerman 1987). In *Nightmares and Human Conflict* geeft Mack (1970) talloze voorbeelden van nachtmerries bij kinderen. Al eerder (Mack 1965) wijst hij erop dat de intensiteit van de angst in de nachtmerrie niet alleen voortkomt uit de voor het kind op dat moment actuele conflicten, maar ook uit geassocieerde angsten die verwijzen naar een vroegere periode uit de ontwikkeling en die onder de regressie en geïsoleerde condities van de slaap worden gereactiveerd. De regressieve condities van de slaap vormen volgens hem een herhaling van de toestand waarin het Ik nog onrijp, kwetsbaar en hulpeloos was. Vroegkinderlijke angsten lijken samen te hangen met een Ik dat in een overgang verkeert van een eerdere naar een latere ontwikkelingsfase; ofwel met een Ik dat in een emotionele crisis verkeert. Deze crisis bevat elementen die terugvoeren tot de vroege ontwikkeling en de belangrijke stappen daarin, zoals bijvoorbeeld separatie en narcistische frustratie en krenking. De reactivering van vroegkinderlijke angsten wordt dus bevorderd door de

regressieve toestand tijdens de slaap, maar de prikkel ertoe lijkt mij een perceptie met een hoog werkelijkheidskarakter zoals bijvoorbeeld de perceptie van sensaties die direct verbonden zijn met de lichamelijke toestand van de slaper of met prikkels die nauw verbonden zijn met de emotionele crisis waarin de slaper zich bevindt. Het meest bekende voorbeeld is de nachtmerrie waarin men niet kan wegrekken voor een dreiging. Hier is de tijdelijke atonie van de willekeurige spieren die hoort bij de REM-slaap, geïncorporeerd in de nachtmerrie. Hoewel de perceptie gedurende de REM-slaap verminderd is, worden lichamelijke sensaties tijdens de angstdroom die een nachtmerrie wordt, dus wel gepercipieerd. Het hoge realiteitsgehalte, gepaard aan grote angst, zou kunnen leiden tot het activeren van het secundaire proces. Door de hoge intensiteit van de angst wordt de stimulusdrempel overschreden en wordt de symbolische werkelijkheid van de droom vervangen door de werkelijkheid die bij het waken hoort. Illusoir gevaar krijgt een reële dimensie en de symbolisch gebonden angst wordt tot signaalangst. Signaalangst hoort bij reëel gevaar en is een sterke prikkel om tot handelen over te gaan. Daardoor schakelen de hersenen over van primaire-procesdenken naar secundaire-procesdenken ten gevolge waarvan de slaper ontwaakt. Het ontwaken bij de nachtmerrie zou kunnen worden verklaard op grond van een infiltratie van de ene vorm van denken in de andere in een toestand van angst. Bij de REM-nachtmerrie is dan sprake van een infiltratie van secundaire-procesdenken (dat dus eigenlijk bij NonREM-slaap hoort) in het primaire proces denken van de REM-slaap.

De posttraumatische nachtmerrie: het secundaire proces domineert het primaire proces Freud (1920) kon zich moeilijk voorstellen dat de zich herhalende nachtmerries van soldaten waarmee hij na de Eerste Wereldoorlog werd geconfronteerd, uitingen waren van verdrongen wensen. Hij onderscheidde deze posttraumatische nachtmerries dan ook van de normale droom en beschouwde ze als een ontwrichting van het normale droomproces (Freud 1933).

In de posttraumatische nachtmerrie is het reëel doorgemaakte psychotrauma aanwezig in de vorm van een bewerkt scenario of in de vorm van een rigide scenario. Het is niet moeilijk om in de eerste vorm de symbolische weergave te onderkennen van de vroegste en diepst gewortelde angsten en conflicten rond ernstige bedreigingen: levensbedreiging, verlating, narcistische krenking, en identiteitsverlies. De daarmee verbonden existentiële angsten zijn basaal en vaak preverbaal van karakter, zoals de angst vernietigd te worden, angst voor desintegratie, angst voor verlies van het object, en fusieangst (Schreuder 1996).

In de posttraumatische nachtmerrie met een bewerkt scenario treedt een associatie op tussen deze vroege angsten en het reëel doorstane psychotrauma. Het laatste krijgt hierdoor een symbolische betekenis. Alleen de

kracht ervan is veel groter omdat de moeilijk te binden angsten uit de vroege Ik-ontwikkeling een reële basis hebben gekregen doordat het gevreesde daadwerkelijk plaatsvond. Daarmee krijgen de externe realiteit en het daarop betrekking hebbende secundaire proces een dominerende plaats in de droomactiviteit. Het maakt echter verschil of er sprake is van een bewerkt of van een rigide scenario.

Bij het bewerkte scenario wordt een innerlijk conflict gesymboliseerd op de wijze zoals dat in de normale droom gebeurt. Dit betekent dat in de behandeling de posttraumatische nachtmerrie met een bewerkt scenario in principe bespreekbaar en bewerkbaar is. Nachtmerries kunnen zich herhalen. Deze herhaling is thematisch van aard. Elke volgende herhaling is opnieuw een versie die beter past in de psychodynamische werkelijkheid van dat moment. Er treden dus wijzigingen op. Als het thema van de nachtmerrie onderwerp van de behandeling is, lijken deze wijzigingen samen te hangen met het werk dat in de therapie verricht wordt. Zoals bij de normale droom thema's kunnen verdwijnen na bewerkt te zijn, zo kan de frequentie van de posttraumatische nachtmerries afnemen. Ook kan het optreden van een posttraumatische nachtmerrie een uiting zijn van een aan de gang zijnde integratie van vroegere schokkende ervaringen.

Het is onbegrijpelijk dat er eigenlijk nooit een poging werd ondernomen tot een nadere analyse van het feit dat de verschijningsvorm en structuur van posttraumatische nachtmerries niet een en dezelfde is. Zoals Loewenstein (1949) reeds nadrukkelijk opmerkte, hadden de posttraumatische dromen die hij beschreef de structuur van een normale droom. Er was kennelijk ook nog een ander soort posttraumatische dromen. Een soort waarvan iedereen het bestaan leek te kennen. Getuige bijvoorbeeld Bonaparte (1947) die naar aanleiding van enkele droombeschrijvingen opmerkt: *'They no doubt are recurrent dreams inspired by the traumatic event, but they are not typical traumatic dreams. In them the traumatic event is not reproduced monotonously unchanged as is generally the case.'* 'The typical traumatic dreams' kunnen worden beschouwd als posttraumatische nachtmerries met een rigide scenario. De herhaling van de inhoud zonder wijzigingen wijst op geringe bewerking. De traumatische gebeurtenis neemt in de representerende wereld een geïsoleerde plaats in en komt in de droom eveneens als een op zichzelf staand scenario terug. Omdat het rigide scenario zonder de vervormingen van de normale droom verloopt, hoort het thuis in het secundaire proces. Vermoedelijk kunnen ervaringen dan ook alleen op deze wijze worden geïsoleerd als de mogelijkheid voor gestructureerde herinneringen aanwezig is (Schreuder 1998). De secundaire-proceseigenschappen van het rigide scenario maken dat het goed past in de NonREM-slaap. Een andere mogelijkheid is dat het de REM-slaap infiltreert en verantwoordelijk is voor het ontwaken.

In de behandeling vormt het rigide scenario een groot probleem. Het heeft enorme kracht omdat het een afweer vormt tegen de angst die verbonden is

met de traumatische situatie. De inkapseling van het scenario betekent ook dat de symbolische associatie met vroege angsten geblokkeerd is, terwijl we ervan uit mogen gaan dat vroege angsten in het onderhouden van het rigide scenario een rol spelen. Dit maakt de bewerking van het rigide scenario zo moeilijk.

Soms kan het rigide scenario van een bepaalde traumatische ervaring de afweer vormen voor een andere (eerdere of ingrijpendere) traumatische ervaring. Soms lukt het om de inkapseling van het rigide scenario te doorbreken. Daarvoor zijn wel zeer veilige condities vereist, die verder gaan dan een goede therapeutische alliantie. Het is bijvoorbeeld niet ondenkbaar (in de behandelingen die ik zelf heb gedaan eerder regel dan uitzondering) dat de posttraumatische nachtmerries toenemen. Ook kunnen er posttraumatische nachtelijke herbelevingen optreden. Dit risico moet met de cliënt, en als dit enigszins mogelijk is ook met de partner, van tevoren worden besproken.

Een bijzondere vorm van de posttraumatische nachtmerrie met een rigide scenario is de nachtelijke herbeleving.

De nachtelijke herbeleving: het primaire proces ontbreekt De combinatie van de posttraumatische nachtmerrie met een rigide scenario, de verschijnselen van hyperarousal, en meestal een of andere vorm van gerichte motorische actie maakt de ervaring tot een herbeleving. Het is zeer wel denkbaar dat het aan de waakherinnering ontleende rigide scenario de arousal en autonome verschijnselen uitlokt. Een herbeleving is door de hyperarousal een uiterst onaangename en voor de omgeving afschuwelijke ervaring. Het optreden van hyperarousal is tevens een kortstondige extreme belasting van het cardiovasculaire systeem, vergelijkbaar met het doen van topsport door een ongetraind iemand. De koppeling van het rigide scenario en de lichamelijke verschijnselen berust vermoedelijk op conditionering. De angst die wordt gevoeld, wordt binnen de herbeleefde situatie gevoeld en direct verbonden met de elementen waaruit de herbeleving bestaat. Je zou kunnen zeggen dat hier dus sprake is van signaalangst. Volgens Freuds tweede angsttheorie (1926) wordt angst geproduceerd door het Ik wanneer het gevaar opmerkt, de signaalangst. Dit doet het Ik op grond van de herinnering aan vroege traumatische angsten waarin het Ik hulpeloos is tegen intern en extern gevaar. Hier geldt dat de angst die in de reële psychotraumatische situatie optrad, adequaat was ter bescherming tegen bedreiging van buiten af. Deze signaalangst is dus gefixeerd op een zeer specifieke situatie die een reële, maar natuurlijk ook een symbolische, betekenis heeft. Bij het rigide scenario is de kern niet de associatie met vroege angsten of met reële conflicten uit het actuele leven. Als de vroegkinderlijke angsten hier worden geactualiseerd is dat secundair. Natuurlijk kan er een verband zijn met actuele stimuli, maar ook dit is secundair. Bij de posttraumatische nachtmerrie wordt het secundaire proces geacti-

veerd door de angst die optreedt bij de droominhoud (primair proces) en die niet te vergelijken is met de hyperarousal bij de herbeleving. Door de infiltratie van het secundaire proces ontwaakt de slaper. Bij de posttraumatische nachtelijke herbeleving is het secundaire proces (dat normaal tijdens NonREM-slaap niet tot ontwaken leidt) middels conditionering verbonden met hyperarousal die tot ontwaken leidt. Het theoretische verschil tussen beide is dus dat het secundaire proces in het eerste geval een reactie vormt op gesymboliseerde vroege angsten en in het tweede geval aan de basis staat van signaalangst.

De gelijkenis van de herbeleving 's nachts met die van overdag is groot. Ook overdag is het een geïsoleerde gebeurtenis die zich los van de context van het moment lijkt te voltrekken. Dat dit niet helemaal het geval zal zijn, kan worden afgeleid uit het optreden ervan in psychotherapie. Maar ook binnen een psychotherapie is een herbeleving vooral een geïsoleerd optredend verschijnsel waarover communicatie vrijwel niet mogelijk is.

Een klassiek voorbeeld van de herbeleving overdag vormt de beschrijving van Póltawska (1967). Zij spreekt van 'paroxysmale hypermnésie'. Zij geeft een nauwkeurige beschrijving van de indringende herbelevingen bij joodse kinderen, die Auschwitz overleefden: 'Paroxysmale hypermnésie betekent een plotseling onstuimig op de voorgrond treden van herinneringen, die niet de vorm aannemen van gedachten, maar van voorstellingen, scènes, soms een opeenvolging van scènes die deze mensen hebben doorgemaakt. Hierbij treedt een reproductie in het geheugen op van tevoren gevoelde mentale indrukken, zoals de gehele atmosfeer van de scène, die zij in het verleden hebben meegemaakt; de geluiden die ze toen hoorden; de geuren van toen en ook de tactiele sensaties. Deze herinneringen zijn zo realistisch, dat de voormalige gevangene de indruk heeft dit alles opnieuw te beleven. Deze indruk gaat vergezeld van vegetatieve symptomen: plotseling bleek worden van het gelaat, tachycardie, beven, zweten.'

Het moge duidelijk zijn dat herbelevingen zeer storend zijn gedurende een psychotherapeutische behandeling. Vandaar dat Shalev e.a. (1993) een multimodale therapie voor trauma adviseren waarin herbelevingen, voorzover aanwezig, eerst gedragstherapeutisch worden behandeld teneinde inzichtgevende psychotherapie mogelijk te maken. Ook met gedragstherapie zijn herbelevingen overigens zeer moeilijk beïnvloedbaar.

Zowel posttraumatische nachtmerries met een rigide scenario als posttraumatische nachtelijke herbelevingen vragen om een zorgvuldige indicatiestelling waarbij terughoudendheid met vormen van inzichtgevende psychotherapie geboden is.

De pavor nocturnus: primair proces infiltreert de NonREM-slaap bij een onrijp secundair proces De pavor nocturnus treedt op in de NonREM-slaap; vooral bij kinderen en zonder of met heel weinig herinnering aan droominhoud. Het gaat om een rijpingsfenomeen. Op grond van boven-

staande kan worden aangenomen dat het hier gaat om infiltratie van primaire-procesinhoud in de NonREM-slaap. Het secundaire proces is nog niet ver genoeg ontwikkeld om de percepties die volgens het primaire proces worden geassocieerd te structureren tot een gedachte (droom)inhoud volgens het secundaire proces. Daarom ontbreekt de droomherinnering. De vroege (preverbale) percepties die volgens het principe van het primaire proces totstandkwamen en die op dezelfde manier in de NonREM-slaap tot een verontrustende stimulus worden, zorgen voor hyperarousal die ontwaken met een enorme schrik teweegbrengt. Opvallend is dat het nog ontbreken van het secundaire proces hier bijvoorbeeld ook tot uitdrukking komt in het feit dat het kind zich 's ochtends niet meer kan herinneren dat het 's nachts zeer angstig is ontwaakt.

De nachtmerrie bij de psychose: het primaire proces infiltreert het secundaire proces Hartmann (1984) bracht de nachtmerrie in verband met processen waarin het primaire-procesdenken op de voorgrond staat, zoals de psychose. In de psychose neemt in het waakdenken primaire-procesdenken de overhand in de vorm van wanen en hallucinaties. Er kan worden verondersteld dat de primitieve en falende afweerfuncties tijdens de slaap op dezelfde manier actief zijn als gedurende het waken. Dit zou betekenen dat bij psychotici het primaire-procesdenken juist het secundaire-procesdenken van de NonREM-slaap infiltreert. Dit wordt echter nog niet door neurofysiologische bevindingen ondersteund.

Conclusies

De term 'nachtmerrie' omvat een groep uiteenlopende fenomenen die een lichte tot zeer ernstige verstoring van de slaap tot gevolg kunnen hebben. Deze fenomenen kunnen niet worden begrepen op grond van de wensvervullingshypothese van de droom. Het is zinvol om theoretisch en praktisch onderscheid te maken tussen de volgende fenomenen: angst-droom, nachtmerrie, posttraumatische nachtmerrie met een bewerkt scenario, posttraumatische nachtmerrie met een rigide scenario, posttraumatische nachtelijke herbeleving, pavor nocturnus, en nachtmerrie bij de psychose. In al deze vormen gaat het erom dat de normale verhouding tussen de hoeveelheid primaire- en secundaire-procesdenken niet correspondeert met de betreffende slaapfase. REM-slaap wordt gedomineerd door mentale processen die gekenmerkt worden door het primaire proces, dat onder andere verbonden is met vroege (preverbale) angsten en percepties; de mentale activiteit van NonREM-slaap daarentegen wordt gekenmerkt door het secundaire proces. Droombewerking die correspondeert met de wensvervullingshypothese treedt op tijdens REM-slaap, terwijl tijdens NonREM-slaap de mentale activiteit volgens dezelfde processen als het denken overdag plaatsvindt. Gedurende NonREM-slaap spelen dus bijvoorbeeld dezelfde psychische afweerfuncties een rol als gedurende mentale activi-

teit in waaktoestand. Het droomscenario kan al of niet worden bewerkt. Een bewerkt scenario past bij de normale droom. Een onbewerkt of rigide scenario past bij het secundaire proces en dus niet bij de normale droom, omdat voor de inkapseling ervan functies nodig zijn die horen bij het secundaire proces. Het rigide scenario is een manier waarop een psycho-traumatische ervaring kan worden geïsoleerd in de representerende wereld. Door de inkapseling is er geen sprake van bijvoorbeeld symbolisering of metaforisering. Het verwerkingsproces stagneert dan. Alle droomvormen waarbij sprake is van een bewerkt scenario lenen zich in principe voor therapeutische interventies. Wanneer sprake is van een rigide scenario zijn de therapeutische mogelijkheden beperkt. Zeker als het rigide scenario middels conditionering verbonden is met hyperarousal. Dan is er sprake van een herbeleving. Het rigide scenario vormt dan de stimulus voor een ontlading van zeer sterke angst die een extreme fysieke belasting met zich meebrengt en vrijwel altijd tot een motorische ontlading leidt. De posttraumatische (nachtelijke) herbeleving vormt een bedreiging voor een inzichtgevende behandeling. Op zijn minst dient bij de indicatiestelling te worden overwogen eerst de herbelevingen gedragstherapeutisch te behandelen. Tijdens een behandeling van nachtmerries met een rigide scenario kunnen herbelevingen optreden. Behandeling van herbelevingen kan overigens, als de betrokkene op de hoogte is van de risico's en zelf uitdrukkelijk wil en als er voldoende condities ter beveiliging zijn afgesproken, tot positief resultaat leiden, waarbij soms een overgang van herbelevingen naar nachtmerries en angstdromen met een bewerkt scenario wordt gezien.

Literatuur

- Alston, T.M., R.C. Calogeras, H. Deserno (Eds.) (1993), *Dream Reader. Psychoanalytic articles on dreams*. International Universities Press, Madison.
- Beek, H.H. (1969), *Waanzin in de middeleeuwen*. De Toorts, Haarlem.
- Bonaparte, M. (1947), A lion hunter's dream. *Psychoanalytic Quarterly* 16, p. 1-10.
- Carlson, R., D.K. White, I.D. Turkat (1982), Night Terrors: A clinical and empirical review. *Clinical Psychology Review* 2, p. 455-468.
- Cavallero, C. en P. Cicogna (1993), Memory and dreaming. In: C. Cavallero en D. Foulkes (Eds.), *Dreaming as cognition*. Harvester Wheatsheaf, New York.
- Cohen, D.B. (1974), Toward a theory of dream recall. *Psychological Bulletin* 81, p. 138-154.
- Cohen, D.B., en G. Wolfe (1973), Dream recall and repression: evidence for an alternative hypothesis. *Journal of Consulting and Clinical Psychology* 41, p. 349-355.
- Empson, J. (1993), *Sleep and dreaming*. Harvester Wheatsheaf, New York.
- Fisher C., E. Kahn, A. Edwards e.a. (1973), A psychophysiological study of nightmares and night terrors. In: Psychological aspects of the stage 4 night terror. *Journal of Nervous and Mental Disease* 157, p. 75-98.
- Freud S. (1900), De droomduiding. Nederlandse Editie, *Psychoanalytische duiding* 2/3 (hoofdstuk 7: Over de psychologie der droomprocessen). Boom, Amsterdam/Meppel.
- Freud S. (1920), Aan gene zijde van het lust-principe. Nederlandse Editie, *Psychoanalytische Theorie I*. Boom, Amsterdam/Meppel, p. 95-163.
- Freud S. (1926), Remming, symptoom en angst. Nederlandse Editie, *Psychoanalytische Theorie*

3. Boom, Amsterdam/Meppel, p. 125-231.

Freud S. (1933), *Colleges inleiding tot de psychoanalyse – nieuwe reeks. Nederlandse Editie, Inleiding tot de Psychoanalyse 3, college 29: Herziening van de droomleer*. Boom, Amsterdam/Meppel.

Goodenough, D.R. (1978), *Dream recall: history and current status*. In: A.M. Arkin, J.S. Antrobus, S.J. Ellman (Eds.), *The Mind in Sleep*. Lawrence Erlbaum Associates, New Jersey.

Hartmann, E. (1984), *The nightmare. The psychology and biology of terrifying dreams*. Basic Books, New York.

Hobson, J.A. (1989), *Slapen en dromen*. Natuur en Techniek, p. 185-187.

Jones E. (1949), *On the nightmare*. Hogarth Press, London.

Kahn, E., C. Fisher, A. Edwards (1991), *Night terrors and anxiety dreams*. In: A.M. Arkin, J.S. Antrobus, S.J. Ellman. *The Mind in Sleep: Psychology and psychophysiology*. John Wiley and sons, New York.

Kellerman, H. (Ed.) (1987), *The Nightmare. Psychological and biological foundations*. Columbia University Press, New York.

Klein, M. (1932), *The Psycho-analysis of children*. Hogarth, Londen.

Lansky, M.R. en C.R. Bley (1995), *Post-traumatic nightmares. Psychodynamic explorations*. The Analytic Press, Hillsdale, NJ/Londen.

Lidz, Th. (1946), *Nightmares and the combat*

neuroses. *Psychiatry* 9, p. 37-49.

Lindsay, J.S.B. (1954), *Nightmares*. *British Journal of Medical Psychology* 27, p. 224-234.

Loewenstein, R.M. (1949), *A posttraumatic dream*. *Psychoanalytic Quarterly* 18, p. 449-454.

Mack, J. (1965), *Nightmares. Conflict and ego development in childhood*. *International Journal of Psycho-analysis* 46, p. 403-428.

Mack, J. (1970), *Nightmares and Human Conflict*. Little and Brown, Boston.

McCormick, D.A. en T. Bal (1994), *Current Opinion. Neurobiology* 4, p. 550-556.

Póltawska, W. (1967), *States of paroxysmal Hypermnnesia*. *Przegląd Lekarski* 1, p. 190-218.

Schreuder, J.N. (1996), *Post-traumatic re-experiencing in older people: working through or covering up?* *American Journal of Psychotherapy* 50, p. 231-242.

Schreuder, J.N. (1998), *The Phenomenology and Psychodynamics of Posttraumatic Re-Experiencing*. Lezing gehouden tijdens de conferentie 'Traum, Affekt und Selbst', Sigmund-Freud-Institut, Frankfurt am Main, Duitsland.

Shalev, A.Y., T. Galai, S. Eth (1993), *Levels of trauma: A multidimensional approach to the treatment of PTSD*. *Psychiatry* 56, p. 166-177.

Sweden, B. van, J. Bollen, B. Leroy, e.a. (1993), *Incubus*. *Acta Neuropsychiatrica* 5, p. 88-91.

Wilson J., (1997), *The Meaning of Dreams*. *Scientific American*, Special Issue, p. 58.

Summary

In this article an attempt is made, first, to define the characteristics of the nightmare and related phenomena. The anxiety dream, the nightmare, the post-traumatic nightmare, the post-traumatic nocturnal re-enactment, the *pavor nocturnus*, and the psychotic nightmare are discussed. In all these manifestations, the issue is whether and to what extent the amount of primary process and secondary process thinking is out of normal proportion in a given sleep phase. The secondary process becomes activated by the threat during the dream, which accomplishes waking. Secondly, by means of some vignettes a differentiation is made between dream contents according to a rigid and an elaborated scenario. Finally, the theoretical and practical implications of this difference in connection with the process of waking are discussed.

Manuscript ontvangen: 3 september 1997

Definitieve versie: 6 oktober 1998