



Å tolke en drøm og komme frem til en god forståelse som kan hjelpe deg videre i livet, er ikke bare enkelt. Drømmer er ofte oppstykket, surrealistiske, rare og ufattelige, og det kan ofte virke nærmest umulig å finne noen mening i dem. Da kan kreativt drømmearbeid være til hjelp - enten hos en terapeut, i gruppe eller med en du tør å åpne deg for.

Et verktøy i selvutvikling og terapi:

Drømmenes kreative språk

:: Tekst og foto: Elisabeth Hægeland, elisabeth.haegeland@mediumforlag.no

