

2014. M150



**Coimisiún na Scrúduithe Stáit  
State Examinations Commission**

**LEAVING CERTIFICATE EXAMINATION, 2014**

**SWEDISH**

**HIGHER LEVEL**

**Wednesday, 18 June**

**09:30 - 12.30**

**Läs texten noga och svara på frågorna i alla tre delarna. Svara med egna ord. Alla svar måste vara skrivna på svenska.**

**(Totalt 100 poäng)**

Varje natt händer det. Vi ligger där och **snusar**... och plötsligt börjar våra hjärnor spela upp inre skådespel som är så realistiska och känslomässigt engagerande att vi där i sängen är helt övertygade om att det sker på riktigt.

Nattlig terapi? Stöd för minnet? Eller träning inför hotfulla situationer? Vi tillbringar årtal i drömmarnas värld. Ny medicinsk teknik har gett drömforskarna flera heta ledtrådar till varför vi drömmer.

Tidiga civilisationer trodde att drömmen var en kommunikationskanal mellan vår dimension och gudarnas. I början av 1900-talet argumenterade psykoanalysens fader Sigmund Freud för att drömmen var budbärare från vårt undermedvetna.

I takt med den medicinska teknikens utveckling har forskare dock börjat se på drömmar på nya sätt. Den första stora upptäckten gjordes för 60 år sedan då REM-sömnen – den mest intensiva drömfasen – observerades genom att mäta hjärnans elektriska aktivitet. Genom att väcka människor just under detta sömnstadium, kunde forskare samla in hyllmeter med drömrappporter.

De senaste decennierna har ny hjärnavbildningsteknik gjort det möjligt att **öppna ytterligare fönster till** den sovande hjärnan. På sömnlaboratorier runt om i världen pågår nu studier för att försöka lösa den stora gåtan: Varför drömmer vi?

–Även om vi fortfarande inte har något entydigt svar, finns det numera flera intressanta hypoteser, säger Jerker Hetta, professor i psykiatri vid Karolinska Institutet, som **sysslat med** sömnforskning sedan 1970-talet.

Vid den tiden lanserades den första teorin som på allvar utmanade Freuds drömsyn. Den amerikanske psykiatrikern Allan Hobson hävdade då att det inte finns några dolda psykologiska budskap i drömmar, utan att de bara är ett slumpmässigt hopplock av bilder, känslor och händelser ur hjärnans minnesbank. I ett försök att skapa sammanhang fogar vi sedan ihop dessa till begripliga drömsekvenser när vi vaknat.

Katja Valli, drömforskare vid Åbo Universitet, förklarar denna teori:

–När vi är vakna försöker hjärnan hela tiden skapa en sammanhängande bild av omvärlden utifrån de sinnesintryck som vi exponeras för. Eftersom hjärnan är aktiv även under sömnen, fortsätter den att försöka skapa sammanhang. I brist på yttre intryck tar den fram inre material som finns lagrat i vårt minne. Enligt det här synsättet skulle drömmar bara vara en sidoeffekt av hjärnans neurologiska aktivitet under sömnen och innehållet vore helt ointressant.

Själv är Katja Valli dock ingen anhängare av den här teorin. Hon och flera andra forskare tror istället att drömmarna kan ha haft en avgörande funktion under människans utveckling. I början av 2000-talet presenterades till exempel den så kallade Hot-teorin. Enligt den är drömmar hjärnans sätt att träna oss inför hotfulla situationer. När vi jagas av rytande lejon i drömmen, förbereder vi oss helt enkelt inför ett verkligt möte med djurens konung.

–Att drömma kan jämföras med piloter som tränar nödlandning i en flygsimulator. De övar sig i en säker miljö för att klara av en hotfull situation **i skarpt läge**. Kanske är det också naturens tanke med drömmar, säger Antti Revonsuo, professor i kognitiv neurovetenskap vid Högskolan i Skövde och den som presenterat hot-teorin.

–Varför skulle vår hjärna **utsätta oss för** så obehagliga saker om det inte fanns någon mening? Under människans historia har hotdrömmar troligtvis haft en evolutionär fördel. De som kunnat träna i drömmens värld har varit lite mer förberedda när ett verkligt hot dykt upp och har därför överlevt i högre grad. På så sätt har drömanlagen förts vidare, säger han.

Men kanske tränas vi i drömmen inte bara på att fly från rovdjur eller otäcka främlingar. Under senare tid har det även kommit studier som pekar på drömmarnas roll vid inläring.

–En av sömnens huvudfunktioner är sannolikt att bearbeta ny information och att skapa nya minnesstrukturer av den. Det finns gott om experiment som visar att om det går ett antal timmar mellan ett första och ett andra testtillfälle, så minns man mer om man får sova mellan tillfällena, säger Jerker Hetta vid Karolinska Institutet.

En annan funktion kan vara att hålla vårt känsloliv i balans. Lite förenklat skulle drömmar kunna ses som ett slags nattlig terapi som läker de själsliga **skrubbsår** vi dragit på oss i vaket tillstånd.

När vi sover bearbetar hjärnan dagens upprivande händelser och gör om dem till minnen som placeras in i vår tidigare erfarenhetsbank. Under den här processen försvinner mycket av den känslomässiga laddningen och vi slipper bli lika arga varje gång vi påminns om till exempel ett gräl. En förklaring till detta antas vara att bearbetningen sker under relativt ”rofyllda” förhållanden i hjärnan, nämligen under REM-sömnen då stresshormonet noradrenalin är rejält nedtryckt.

Samtidigt som forskare lanserar nya vetenskapliga teorier om varför vi drömmar, fortsätter människor världen över att tro att drömmar förmedlar dolda budskap och sanningar. Det visar flera studier som granskats av Amerikanska psykologförbundet (APA). Fler människor uppger till exempel att det är mer sannolikt att de skulle ändra sina resplaner om de drömt om en flygkrasch natten före en avresa, än om de fått höra att säkerhetsministeriet höjt risknivån för terrorattentat till ”hög”.

*Ur artikeln ”Forskningen ger nya ledtrådar till drömmens gåta” av Anna Lagerblad i Svenska Dagbladet den 15 april 2013*

## **Del I**

**(30 poäng)**

**1. Ersätt följande ord och uttryck, som de används i texten, med andra som betyder samma sak:**

**(1 × 5 poäng)**

- (a) snusar
- (b) syssla med
- (c) i skarpt läge
- (d) utsätta oss för
- (e) skrubbsår

2. **Ersätt följande uttryck med ett annat som betyder samma sak:** (5 poäng)  
öppna (ytterligare) fönster till
3. **Vad kännetecknar REM-sömnen?** (5 poäng)
4. **På vilket sätt fungerar sömnen som både minnesbearbetning och känsloreglering, enligt artikeln?** (5 poäng)
5. **På vilket sätt har drömmar haft en avgörande inverkan för att göra mänskligheten till vad den är i dag?** (5 poäng)
6. **Vilken förklaring till drömmens gåta förespråkar du? Argumentera tydligt för din ståndpunkt.** (5 poäng)

**Del II** (30 poäng)

**Trots alla vetenskapliga teorier tror människor fortfarande att drömmar förmedlar dolda budskap och sanningar. Varför tror du att det är så? Skriv en uppsats på minst 100 ord där du diskuterar denna fråga med stöd från egna erfarenheter och kanske även egna drömmar.**

**Del III** (40 poäng)

**Skriv en uppsats på minst 300 ord där du redogör för dina tankar om ett av de två ämnena nedan.**

1. "Hoppet är en vakendröm."

*Aristoteles*

**Eller**

2. "Fastän vi reser jorden runt för att finna skönhet, måste vi bära den med oss, annars hittar vi den ej."

*Ralph Waldo Emerson*