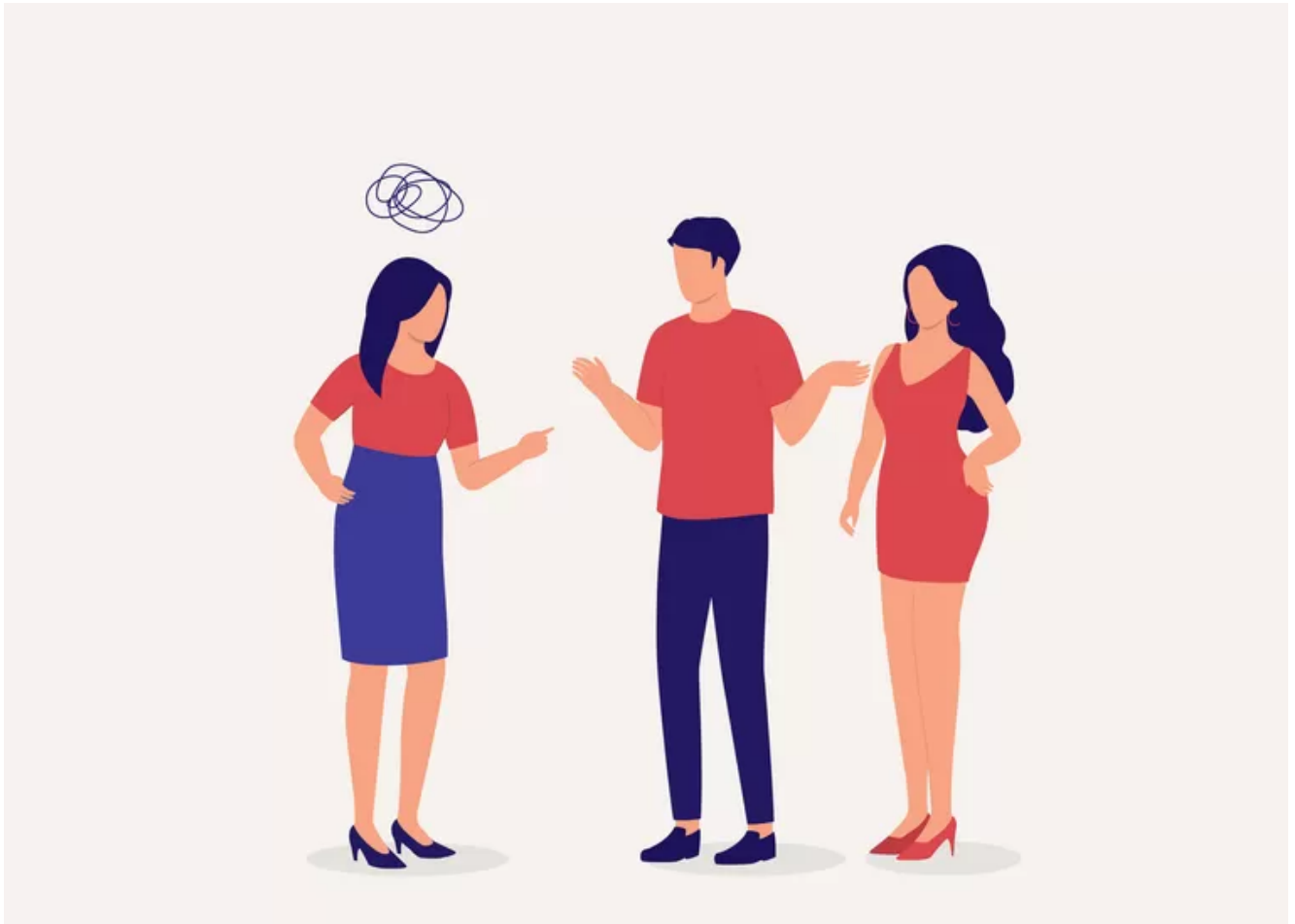


Dit betekent het volgens een expert als je vreemdgaat in je droom

21 februari 2023



PREMIUM

Zwetend wakker worden in de nacht, omdat je een droom had waarin je met iemand anders het bed deelde. En dat terwijl je partner naast je ligt te slapen. Herkenbaar?

Droomexpert Ilse van der Jagt legt uit wat deze droom betekent.

“Alles wat je droomt, gaat vaak over je eigen persoonlijke

ontwikkeling of bepaalde uitdagingen in je leven. Het kan zijn dat je overdag bepaalde situaties niet aangaat, maar die onbewust wel blijven hangen.. Als je dan slaapt, vallen alle filters weg. Je onderbewustzijn gaat dan spreken en dan kan het zijn dat je gaat dromen over vreemdgaan," legt Van der Jagt uit.

Als je zelf vreemdgaat in je droom, kan het betekenen dat je een bepaalde spanning mist in je leven of dat je je niet gewaardeerd voelt. "Deze leegte die je voelt, probeer je in je droom op te vullen door vreemd te gaan. Ga daarom bij jezelf na: ben je gelukkig samen met je partner? Wat vraagt dit van jou? Is er iets wat jou onzeker maakt in jullie relatie? Maak verbinding met je droom en vertaal de situatie naar je dagelijks leven. Alleen op die manier kun je erachter komen wat je kunt doen om verandering te brengen in je eigen situatie."

Wat is vreemdgaan?

Verder kun je bij jezelf nagaan wat vreemdgaan in je droom inhoudt. Van der Jagt: "Zit je in een relatie en droom je over vreemdgaan, kijk dan met wie je vreemdgaat. Vraag jezelf af: welke eigenschappen heeft deze persoon? Mis ik deze eigenschappen bij mijn eigen partner? Wat spreekt mij aan bij deze persoon? En mag je hier wellicht zelf meer aandacht voor vragen in jullie relatie? Als je dit voor jezelf op een rijtje kunt zetten, kun je de betekenis van je droom sneller oplossen."

Vreemdgaan met een onbekende

Ken je de persoon niet met wie je vreemdgaat? Of ben je single, maar droom je toch over vreemdgaan? Dat kan volgens Van der Jagt ook voorkomen. "In dit geval kan de persoon met wie je vreemdgaat een aspect van jezelf vertegenwoordigen dat je eerder verstoppen hebt, maar weer toe moet staan in je leven. Is diegene bijvoorbeeld heel georganiseerd en mis je dat de laatste tijd? Dan kan het zijn dat je daar meer aan moet werken. Neem dit nachtelijke avontuurtje dus niet letterlijk, maar zie het als een boodschap om eens goed onder de loep te nemen hoe je momenteel in het leven staat."

Meer weten over de betekenis van je dromen? Neem dan eens een kijkje op het Instagram-account van Ilse van der Jagt: [@dromencoach](#). Droom je weleens dat je naakt bent? In dit artikel lees je welke betekenis deze droom heeft: [Dit betekent het volgens een expert als je naakt bent in je droom](#)