

# Prekognisjon – fra livet til lab'en

Av professor Caroline Watt

Koestler Chair of Parapsychology, University of Edinburgh, Skottland

Oversatt av Erlend Bruer

**English summary:** Precognition is the apparent ability to predict unexpected future events, and precognitive dreams are amongst the most commonly reported seemingly paranormal experiences. First the research into the phenomenology of seemingly precognitive experiences is presented, stressing the importance of differences between retrospective and prospective experiences.

Secondly the research into psychological factors are described, factors that may inflate the likelihood of people having such experiences. The results point to difficulties in defining what should count as a precognitive match between dream and event.

Therefore researchers prefer to do controlled studies in the laboratory. The first studies in the Maimonides dream laboratory were statistically highly significant, using a selected participant Malcolm Bessent. However, later dream studies show almost no effect, using non-selected participants.

Lastly the numerous precognitive studies of people in a waking state are discussed. They have been forced-choice experiments, with a limited number of alternatives from which the participants should try to get precognitive impressions of the future selected target. This method allows fast testing and automated recording and score calculations. A meta-analysis by Honorton and Ferrari (1989) concludes that there is a small but very robust effect, and also provided information on factors which could improve the scoring in future studies.

Future research on precognition with controlled methods which resemble natural conditions are encouraged.

Prekognisjon vil si evnen til å tilsynelatende forutse uforventede fremtidige hendelser. Prekognitive drømmer er blant de hyppigst rapporterte paranormale opplevelsene (Gurney, Myers & Podmore, 1886; Green, 1960; Moore, 2005; Rhine, 1954; van de Castle, 1977). Typisk for en prekognitiv opplevelse er at en person har et inntrykk som senere følges av en hendelse som later til å bekrefte eller passe med det tidligere inntrykket. For eksempel kan du drømme om at broren din skades, og et par dager senere kræsjer han med bilen og sendes på sykehus. Jeg skal se på tre forskjellige måter å forstå disse opplevelsene.



Foto: Olav Fossbakken

## Fenomenologi

Først vil jeg se på forskning på fenomenologi eller karakteristikken til det som tilsynelatende er prekognitive opplevelser i hverdagen. Det er viktig å påpeke at metoden vi bruker for å undersøke prekognisjon har mye å si for hva vi finner. Det er derfor viktig å skille mellom prospektive og retrospektive prekognitive opplevelser. Retrospektive opplevelser rapporteres typisk etter at den bekreftende hendelsen har inntruffet. For eksempel er det kun etter at du opplever en hendelse som sammenfaller med en drøm du har hatt at du tolker drømmen som prekognitiv. Dersom man undersøker prekognitive drømmer gjennom å samle inn enkelttilfeller og gjennom spørreundersøkelser så samler man inn kunnskap om retrospektive opplevelser. Forskere som L.E. Rhine (1954) og Ian Stevenson (1960) har, på grunnlag av enkelttilfeller og spørreundersøkelser, konkludert med at prekognitive drømmer er spesielt intense og livaktige, og at de ofte dreier seg om negative hendelser som sykdom, skade eller krig. For eksempel forteller Stevenson om en prekognisjon som dreide seg om Titanic-ulykken. En kvinne fra New York hadde en livaktig drøm den natten Titanic sank, så kraftig at hun vekket mannen sin for å fortelle ham følgende: «Jeg så akkurat mor i en stappfull livbåt mens hun vugget fram og tilbake på havet» (Stevenson, 1960, s. 157). Kvinnen visste ikke at moren hennes var på Titanic. Moren hadde gått om bord i Southampton og hadde tenkt å overraske datteren. Heldigvis hadde hun blitt reddet av en livbåt og hun klarte seg trygt til New York.

Prospektive prekognitive hendelser, på den andre siden, kan undersøkes gjennom brevstudier, dagbokstudier og drømmeregistre. Her skriver personer

ned drømmene sine *før* det har inntruffet noen bekreftende hendelser. Senere, dersom det skjer noe som later til å bekrefte drømmen, registrerer personene hva som skjer. Det er interessant at forskere som Schriever (1987) og Watt et al. (2015) med denne metoden har funnet at tilsynelatende prekognitive drømmer *ikke* er mer livaktige enn vanlige drømmer, og at de ofte dreier seg om hverdagslige hendelser. Ulike måter å samle inn drømmer på fører dermed til ulike funn. Dette bekreftes av forskere som studerer vanlige (heller enn prekognitive) drømmer (Schredl & Doll, 1998). Kanskje det er fordi livaktige drømmer er lettere å huske enn hverdagslige drømmer at innsamling av enkelttilfeller fører til en overrepresentasjon av livaktige prekognitive drømmer (Watt et al, 2015).

## Psykologiske faktorer

Opplevelsen av prekognitive drømmer er ganske vanlig, men det er mulig at mange av opplevelsene kan forklares gjennom normale heller enn paranormale faktorer. Det er verdt å ta i betraktning forskning på hva slags psykologiske faktorer som kan øke sannsynligheten for å oppleve drømmer som prekognitive. Studier tyder på at det å ha lett for å se sammenhenger henger sammen med større antall prekognitive drømmer (Watt et al., 2014). Dette kan kanskje skyldes at mer kreative personer er mer parapsykologisk begavet, eller at folk som tror på det paranormale er mer motivert til å se fellestrekk mellom en drøm og senere hendelser, og dermed teller mer «uklare» drømmer som prekognitive. Vårt arbeide viser også at drømmer som bekreftes av senere hendelser er mye mer minneverdige enn drømmer som ikke bekreftes senere. Dette betyr at vi lettere glemmer drømmer som ikke bekreftes. De fleste

drømmer flere ganger hver natt, selv om de kanskje glemmer de fleste drømmene sine om de ikke er vant til å holde en drømmedagbok.

### **Utfordringer med forskning på naturlig forekommende hendelser**

Selv om opplevelsen av å ha prekognitive drømmer kan være kraftig og minneverdig, er det vanskelig å trekke klare konklusjoner om hvorvidt drømmene er paranormale. En utfordring er at det er vanskelig å beregne sannsynligheten for en tilfeldig forbindelse mellom en drøm og senere hendelser, særlig om man tillater tolkningsrom for hva som skal telle som en forbindelse mellom drøm og virkelig hendelse. I tillegg er mange mennesker ikke alltid klar over at atferden deres påvirkes av prekognisjon, så tilfeller av dette slaget er kanskje underreportert. Jeg vil se på en viktig observasjonsstudie som prøvde å kvantifisere effekten av ubevisst prekognisjon på personers atferd.

På 1950-tallet prøvde W. E. Cox å observere om det var variasjoner i passasjerantallet på tog de dagene det skjedde togulykker og de dagene det ikke var ulykker. Cox (1956) fant faktisk at det var en tendens til at passasjerantallet var lavere på dager hvor togene hadde ulykker – noe Cox mente skyldtes 'subliminal prekognisjon', selv om noen passasjerer riktignok kunne ha hatt livaktige drømmer om en togulykke og fattet bevisst valg om å unngå togreisen. Imidlertid er det vanskelig å være sikker på at fallet i passasjerantall skyldtes bevisst eller ubevisst prekognisjon. For eksempel kan en tredje faktor som dårlig vær forårsake både lavere passasjerantall og ulykker.

### **Kontrollerte laboratoriestudier**

Det er altså gode grunner til at forskere som ønsker å teste hypotesen at prekognitive drømmer er paranormale, har måttet gjøre eksperimenter i laboratoriet. I laboratoriestudier kan man fjerne eller kontrollere for mange normale faktorer som kan skape støy i studier av hendelser ute i det virkelige liv, inkludert psykologiske faktorer og muligheten for tilfeldig sammenfall av drøm og hendelse. Forskere kan også kvantifisere utfallet av studien, noe som gjør det mulig å sammenlikne resultatene på tvers av ulike studier som bruker liknende metoder.

Til sist vil jeg nå se på slike laboratoriestudier. Først vil jeg se på metoden som brukes for å gjennomføre eksperimenter på prekognitive drømmer. Kanskje er det overraskende, gitt at opplevelsen av prekognitive drømmer er såpass vanlig, at det er relativt få kontrollerte laboratoriestudier om emnet. Den første og mest kjente studien ble gjennomført av Stanley Krippner og Montague Ullman ved Maimonides søvnlaboratoriet i New York, mens de jobbet med den spesielle forsøksdeltakeren Malcolm Bessent (Ullman, Krippner & Vaughan, 1973). Bessent sov med elektroder for å finne ut når han drømte, og ble vekket for å gi rapport om hva han drømte gjennom natten. Påfølgende morgen ble Bessent vist det tilfeldig valgte målet, for eksempel som et lysbildeshow med lydspor. Oppgaven hans var å drømme om den opplevelsen han kom til å ha når han våknet. En uavhengig dommer sammenliknet så drømmerapporten med målet og andre tilfeldig valgte bilder. Krippner og Ullman fant sterke positive effekter i sine studier.

En nylig oppsummering som sammenlikner Maimonides-studiene med

senere studier har vist at de senere studiene i gjennomsnitt viser nesten ingen effekt (Storm et al., under vurdering; Watt, 2014; Watt & Valášek, 2015; Watt, Wiseman & Vuillaume, 2015). Det er flere forskjeller mellom Maimonides-studiene og de senere. Maimonides-forsøkene brukte en spesiell deltaker, et drømmelaboratorium hvor deltakere ble vekket for å avgi drømmerapporter om natta, og metodikken hadde dårligere kvalitet (Storm et al., under review).

De fleste studiene gjort etter Maimonides-studiene ble gjennomført med uselekterte deltakere som sov i sine egne hjem, og som derfor husket drømmene sine om morgenen heller enn underveis i natten. De nyere studiene fikk også høyere kvalitetskarakter (Storm et al., under gjennomgang). Kontrollerte studier som direkte sammenlikner mulige moderatorvariable er nødvendige for at forskere skal kunne finne den beste metoden for å studere drømmeprekognisjon i laboratoriet. Maimonides-forskerne gjorde også forskning på drømmetelepati, og du kan lese om arbeidet deres i populærformat (Ullman, Krippner, & Vaughan, 1973).

Studier av drømme-ESP er tidkrevende ettersom det tar en hel natt per enkeltforsøk. Fra 1970-tallet har forskere generelt prøvd mindre krevende metoder for å skape drømmeliknende tilstander, slik som Ganzfeld. Dette arbeidet presenteres i artikkelen til Adrian Parker.

Selv om relativt få studier har blitt gjennomført med drømme-prekognisjon, har det blitt gjort et stort antall studier på prekognisjon i våken tilstand. Disse har

brukt såkalte 'tvunget valg'-metoder, hvor deltakerne bes om å forutse hvilket av et lite antall fremtidige hendelser som kommer til å skje. For eksempel kan deltakerne bes om å velge hvilket av fire lys som kommer til å lyse opp. Disse metodene er ganske ulike fra opplevelser av prekognisjon i hverdagen, men de har fordelen at de er raske og tillater automatisk testing og skåring. Dette gjør at man kan gjennomføre et stort antall forsøk, noe som gir større statistisk kraft og muligheten til å finne selv små effekter. Forskingen på prekognisjon i våken tilstand ble gjennomgått av Charles Honorton og Diane Ferrari (1989). Honorton og Ferrari kombinerte resultatene fra studier som brukte veldig ulike mål på utfallet, for eksempel dyreforsøk hvor man måler om dyr beveger seg vekk fra et framtidig negativt stimulus. Oppsummeringen konkluderte at det er en liten men robust effekt i disse studiene, hvor deltakerne kan forutse fremtiden litt bedre enn tilfeldighetene skulle tilsi. Honorton og Ferrari fant også forhold som hang sammen med bedre skåring som kan tjene som en 'oppskrift' for fremtidige studier.

Små effekter kan fortsatt være viktige effekter, og vi oppmuntrer til mer forskning på denne fascinerende opplevelsen, særlig med bruk av kontrollerte metoder som minner om forholdene i virkelige prekognitive opplevelser.

<https://koestlerunit.wordpress.com/>

Twitter @KPUNews

## Litteratur:

Cox, W. E. (1956) Precognition: An analysis, II. *Journal of the American Society for Psychical Research*, 50, 99-109.

- Green, C. E. (1960). Report on enquiry into spontaneous cases. *Proceedings of the Society for Psychological Research*, 53, 97–161.
- Honorton, C. & Ferrari, D. C. (1989). 'Future-telling'. A meta-analysis of forced-choice precognition experiments 1935-1987. *Journal of Parapsychology*, 53, 281-308. Available from Dean Radin's website.
- Moore, D. (2005) Three in four Americans believe in paranormal. WWW Gallup news report accessed 18th Feb 2013: <http://www.gallup.com/poll/16915/three-four-americans-believe-paranormal.aspx>.
- Rhine, L. E. (1954) Frequency of types of experience in spontaneous precognition. *JP* 18, 93-123.
- Schredl, M. and Doll, E. (1998) Emotions in diary dreams. *Consciousness and Cognition*, 7, 634-646.
- Schriever, F. (1987) A 30-year 'experiment with time': evaluation of an individual case study of precognitive dreams. *EJP* 7, 49-72.
- Stevenson, I. (1960). A review and analysis of paranormal experiences connected with the sinking of the Titanic. *Journal of American Society for Psychological Research*, 54, 153–171
- Storm, Sherwood, Roe, Tressoldi, Rock & di Risio (under review). On the Correspondence between Dream Content and Target Material under Laboratory Conditions: A Meta-Analysis of Dream-ESP Studies, 1966-2016.
- Ullman, M., Krippner, S., with Vaughan, A. (1973). *Dream telepathy: Experiments in nocturnal ESP*. Jefferson, NC: McFarland.
- Van de Castle, R. L. (1977). Sleep and dreams. In B. B. Wolman (Ed.), *Handbook of parapsychology* (pp. 473-499). Jefferson, NC: McFarland.
- Watt, C. (2014). Precognitive dreaming: Investigating anomalous cognition and psychological factors. *Journal of Parapsychology*, 78, 115-125.
- Watt, C., Ashley, N., Gillett, J., Halewood, M. & Hanson, R. (2014). Psychological factors in precognitive dream experiences: The role of paranormal belief, selective recall and propensity to find correspondences. *International Journal of Dream Research*, 7, 1-8.
- Watt, C., & Valášek, M. (2015). Postscript to Watt (2014) on precognitive dreaming: Investigating anomalous cognition and psychological factors. *Journal of Parapsychology*, 79, 105-107.
- Watt, C., Valášek, M., Cawthron, S. & Almanza, A. (2015). In the eye of the beholder: Uncovering the characteristics of prospectively reported spontaneous precognitive dreams. *Journal of the Society for Psychological Research*, 79, 18-33.
- Watt, C., Wiseman, R. & Vuillaume, L. (2015) Dream precognition and sensory incorporation: A controlled sleep laboratory study. *Journal of Consciousness Studies*, 22, 172-190.