

Traumdeutung 2.0

Lahr 23.7.2022

Prof. Dr. C.E Scheidt
Universitätsklinikum Freiburg



International Association for the Study of Dreams

Founded 1983

[Conference / Events](#) [Products / Publications](#) [Membership](#) [Education](#) [Research / Projects](#) [About IASD](#)

[Donate | Annual Pledge Drive](#) Welcome to IASD, the world's premier dream organization.

Journal: Dreaming

Dreaming

Journal of the Association for the Study of Dreams

Dreaming is a peer-reviewed multidisciplinary journal devoted specifically to dreaming.

The journal publishes scholarly articles related to dreams from any discipline and viewpoint. This includes biological aspects of dreaming and sleep/dream laboratory research; psychological articles of any kind related to dreaming; clinical



LANGUAGE



Translate to:

English

Translate

Powered by [Google Translate](#).

[Click here to become a Member](#)

[Privacy & Cookies Policy](#)

Themen

- Vorbemerkung: Was ist überhaupt ein Traum ?
- Umgang mit Träumen in der hausärztlichen Praxis
- Umgang mit Träumen in der Psychotherapie
- Aktuelles aus der Traumforschung

Was ist überhaupt ein Traum ?

Den Traum erzählen

S. Freud Vorlesungen zur Einführung in die Psychoanalyse 1916 (S.102)

„Man ist ja in der Traumforschung nicht einmal des Objekts sicher. Eine Wahnidee z.B. tritt einem klar und bestimmt umrissen entgegen. Ich bin der Kaiser von China, sagt der Kranke laut. Aber der Traum ? Er ist meist überhaupt nicht zu erzählen. Wenn jemand einen Traum erzählt, hat er eine Garantie, dass er ihn richtig erzählt hat, und nicht vielmehr während der Erzählung verändert, etwas dazu erfindet, durch die Unbestimmtheit seiner Erinnerung gezwungen ?“

Traumerzählungen

Dem Schaden der unsicheren Erinnerung an den Traum können wir abhelfen, wenn wir festsetzen, eben das was der Träumer erzählt, habe als ein Traum zu gelten, *ohne Rücksicht auf alles, was er vergessen oder in der Erinnerung verändert haben mag.* (S. Freud, 1916 S. 103)

Typen der Thematisierung von Traumerzählungen

(Gülich & Hausendorf 2012)

- Traumerwähnung: Tatsache des Träumens wird erwähnt
- Traummitteilung: Summarische Mitteilung des Trauminhaltes
- Traumrekonstruktion (Minimalform, interaktive Rekonstruktion, ausgebaute Rekonstruktion)

Technischer Umgang mit den verschiedenen Formen der Thematisierung von Träumen im psa Kontext ?

Funktionen der Traumerzählung

1. Leistungen der Versprachlichung (manifeste Traum)

Transformation von protosymbolischen (visuell, haptisch, transmodale Repräsentation) in symbolische Formate (Sprache)(referentielle Aktivität)

Integration: Verknüpfung mit anderen autobiographischen Gedächtnisinhalten. Verknüpfung von Affekten und anderen sensorischen Eindrücken mit Bildern und einer Verknüpfung von Affekten mit sozialen Erfahrungen.

Funktionen der Traumerzählung

2. Leistungen der Erzählung (latenter Trauminhalt)

Segmentierung und chronologische Ordnung

Differenzierung zwischen Traum-Ich und Erzählendem Ich
(Distanzierung)

Arbeit an der Selbst-Akzeptanz (Scham- und Schuldthematiken)

Integration in ein lebensgeschichtliches Narrativ (narrative Identität)

Funktionen des Traumes – Funktionen der Traumerzählung ?

Funktionen des Traumes:

Emotionsregulation (Nielsen und Lara-Carrasco 2007)

Gedächtniskonsolidierung (Hallschmidt & Born 2006)

Coping und Problemlösung (Wagner et al. 2004)

Integration psychischer Prozesse (Fosshage 1987)

Funktionen der Traumerzählung ?

Umgang mit Träumen in der hausärztlichen Praxis I

- Träume sind als Erzählungen sehr unterschiedlich ausgestaltet
- Ausführlichere Traumerzählungen sind „Vertrauensbeweise“: Es wird etwas erzählt, was man selbst nicht oder noch nicht versteht verbunden mit der Hoffnung, dass der Zuhörer für dieses Unverstandene ein offenes Ohr hat.
- Als Zuhörer einer Traumerzählung sollte man sich nicht unter dem Druck fühlen, den Inhalt des Traumes „verstehen“ zu wollen. Träume haben nicht eine oder DIE Bedeutung. Sie können unterschiedlich interpretiert werden.
- Man sollte zunächst darauf achten, welche emotionale Bedeutung der Erzählende selbst dem Traum beimisst: War der Traum mit Angst verbunden ? mit Befremden ? mit Beschämung ? oder emotional neutral ?

Umgang mit Träumen in der hausärztlichen Praxis II

- Die Einfälle, die berichtet werden, muss man nicht unbedingt weiter kommentieren. Wenn der Traum mit starken Emotionen verbunden ist sollten diese benannt werden.
- Das wichtigste am Traum ist, dass er geträumt worden ist, nicht dass er gedeutet wird. Träume zeigen eine kreative Leistung der Seele an, die darauf hindeutet, dass die Psyche lebendig ist und arbeitet
- Es reicht beim Umgang mit Träumen in der medizinischen Praxis normalerweise sich für die Traumerzählung zu interessieren und zu zuhören.

Wiederkehrende Alpträume -Angsträume

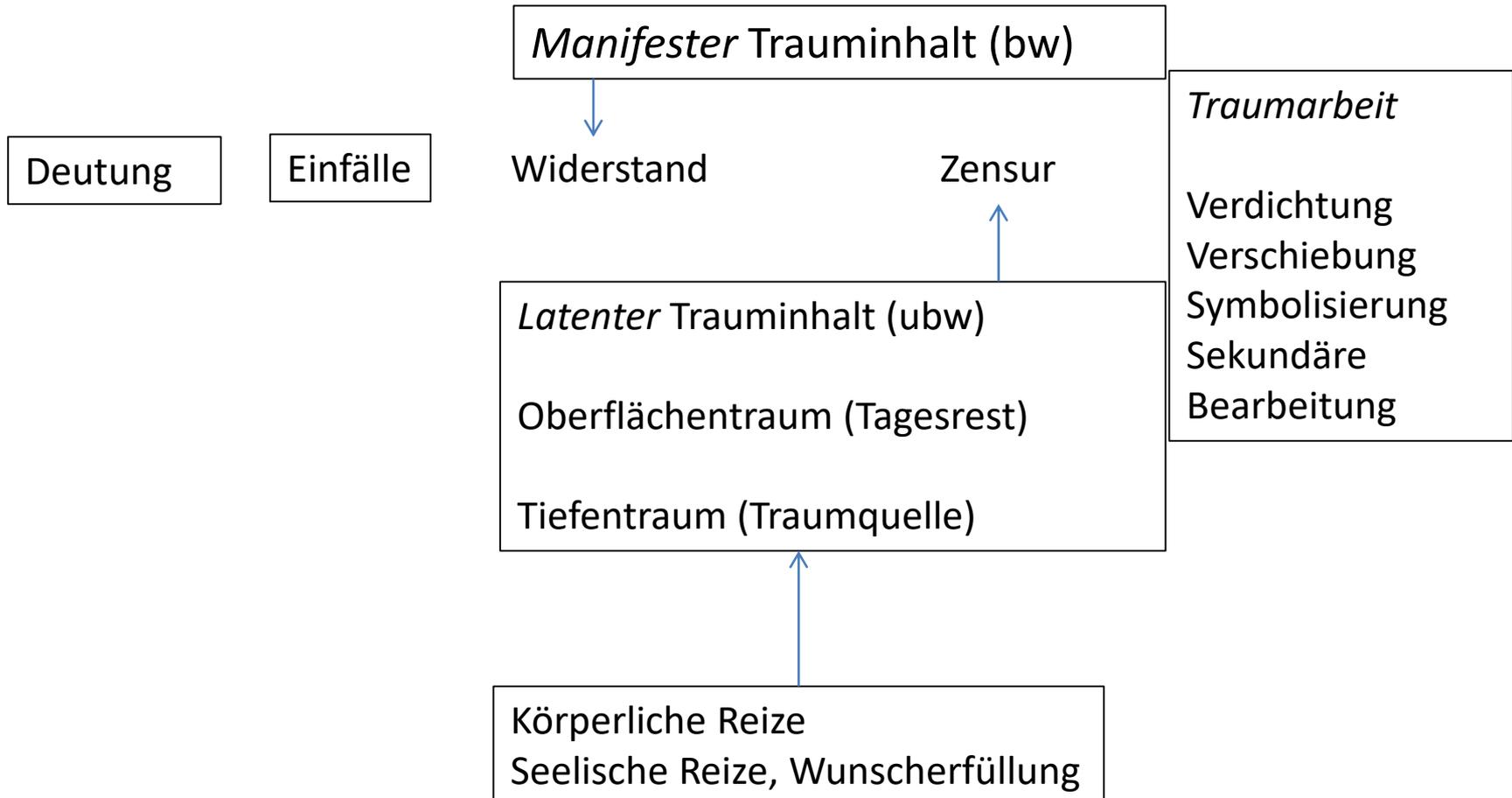
Das Träumen ist bei verschiedenen psychischen Erkrankungen verändert. So ist gut belegt, dass Patienten mit Angststörungen (einschließlich der generalisierten Angststörung und der Panikstörung) häufiger unter wiederkehrenden Angst- und Alpträumen leiden als nicht-klinische Probandinnen (Rimsh & Pietrowsky 2022). Angstpatienten erinnern sich mehr an die Angsträume, die von einer niedergeschlagenen und bedrückten Stimmung begleitet sind. Auch chronische Schmerzpatienten berichten über eine höhere Frequenz von Angst- und Alpträumen (Mathes et al 2022).

Bei Patienten die über wiederkehrende Alpträume berichten und dadurch stark beeinträchtigt sind, sollte abgeklärt werden, ob eine psychische Störung vorliegt, z.B. eine Angststörung, eine PTBS, eine Depression oder eine andere psychische Störung (Borderline Störung).

Umgang mit Träumen in der Psychotherapie

- Hier gilt zunächst das gleiche wie in der hausärztlichen Praxis: Träume sind immer Traumerzählungen, sie sind kreative Leistungen des Träumers, die Erzählung von Träumen ist ein Vertrauensbeweis und deutet häufig auf eine Öffnung in der Beziehung hin.
- Daneben sind Traumerzählungen „Fenster“, die einen Einblick in tiefere Schichten des Erlebens gestatten.
- Auch Therapeuten können aber die Bedeutung von Träumen nicht ohne das Gespräch und die Mitarbeit des Patienten verstehen. Sie sind dabei auf die Einfälle der Patienten angewiesen.

Der Traum



Traumzensur

- Auslassung (152)
- Modifikation und Umgruppierung des Materials (Verschiebung) (S. 152)
- Teil vom Ganzen (S.160)
- Anspielung (160)
- Verbildlichung (160)
- Symbolik: Konstante Beziehung zwischen einem Traumelement und seiner Übersetzung (S.160)

(Fall-)Beispiel einer Traumerzählung

Umgang mit Traumerzählungen

- Nicht direkt den Sinn des Traumes aus dem manifesten Inhalt verstehen wollen !
- Andererseits ist der manifeste Trauminhalt und die „Atmosphäre“ der Traumbilder natürlich auch wichtig !
- Abwarten was dem Träumer selbst zu seinem Traum einfällt.
- Träume sind überdeterminiert

Aktuelles aus der Traumforschung

5 Muster von Träumen

(Roesler 2019)

1. Kein Traum-Ich vorhanden
2. Das Traum-Ich wird bedroht (Verfolgung, Angriff)
3. Das Traum-Ich wird herausgefordert (Prüfung etc.)
4. Träume von Mobilität-Immobilität
5. Soziale Interaktions-Träume

Veränderung des Trauminhaltes im Verlauf des Psychotherapie-Prozesses – SDA

(Roesler 2019)

Analyse-Dimension : Die Rolle des (Traum)-Erzählers im erzählten Traum im Hinblick auf Aktivität – Passivität (Agency)

Grundannahme: Die Bedeutung der Trauminhalte kann in einer Serie von Träumen unmittelbar aus dem Traum OHNE Hinzunahme zusätzlicher Informationen über den Träumer, seine Psychodynamik oder den Prozess der Therapie entnommen werden. (Die Unterscheidung von latentem und manifestem Traum ist dieser Auffassung entbehrlich).

Experimentelle und neurophysiologische Traumforschung I

- Enge Bindung von Träumen und REM Phasen relativiert. Träume können in allen Schlafphasen auftreten (Scarpelli et al 2022)
- Eine Reihe von strukturellen und zustandsabhängigen Faktoren (Elektrophysiologie, Volumen bestimmter Hirnregionen, Arousalniveau etc.) beeinflussendie Traum – Aktivität und die Traumerinnerung
- Kontinuität zwischen Affektverarbeitung und Träumen (Tag und Nacht) gut belegt.
- Methodische Probleme des Zugangs zu Träumen (retrospektiv, prospektiv, aufwecken)

Experimentelle und neurophysiologische Traumforschung II

- Alpträume Dysfunktion im Zusammenspiel zwischen Hippocampus, präfrontalem Cortex und Amygdala.

Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit