

Der Traum in Geschichte und Gegenwart

C. Tögel

*Jede Wissenschaft fußt auf einer Tradition,
auch dann, wenn sie diese ablehnt.*

Wolf von Siebenthal

*Einfallsreiche und fortschrittliche Wissenschaftler
haben immer aus antiken und vorsintflutlichen Theorien
hervorragenden Nutzen zu ziehen vermocht.*

Paul Feyerabend

Vorbemerkung

Der Traum ist eine Realität, die jeder schon an sich erfahren hat. Die Möglichkeiten, dieser Realität zu begegnen, sind nun allerdings vielfältig. Es seien hier nur die beiden Extreme angedeutet.

Das eine Extrem ist die tatsächlich hemmungslose Auslegung von Träumen. Allein die Zahl der in westlichen Ländern unter dem Vorzeichen „wissenschaftlich“ erschienenen Publikationen ist unübersehbar geworden. Ein durchaus repräsentatives Beispiel ist das Buch „Die Deutung erotischer Träume“ von LINTENER-FABIAN (54). Da erfährt man, daß das Träumen von „Fingernägeln mit schwarzem Rand“ auf „Hemmungen im sexuellen Bereich“ hinweise, daß der wieder ins Wasser geworfene Fisch (weil er zu klein war) „auf unbefriedigte sexuelle Erlebnisse schließen“ lasse usw. Aber auch in Fachzeitschriften finden sich Beispiele solcher hemmungslosen Deuterei. Die Auslegung von Träumen auf ausschließlich sexuellem Hintergrund ist typisch für diese Art des extremen Umgangs mit ihnen. Daß das auch der Standpunkt Sigmund FREUDs gewesen sei, ist ein weit verbreitetes Vorurteil. Er schrieb im Jahre 1932 über seine Traumtheorie: „Einige Formeln sind allgemein bekannt geworden, darunter solche, *die wir nie vertreten haben*, wie der Satz, alle Träume seien sexueller Natur...“ (30, S.7 Hervorhebung von mir, C. T.)

Das andere Extrem ist die Ignorierung des Phänomens Traum als Forschungsgegenstand. Trotz der Tatsache, daß es auf diesem Gebiet mehr ungelöste als gelöste Probleme gibt, tritt der Traum als Forschungsgegenstand nicht in Erscheinung. Dieses Phänomen ist auch in der DDR zu beobachten. Seit 1958 also seit 25 Jahren sind zum Thema Traum in der DDR nur vier Arbeiten erschienen (55, 64, 78, 79). Die Zahl der außerhalb der DDR in ernstzunehmenden Zeitschriften erscheinenden Arbeiten beträgt durchschnittlich 4 *pro Woche!* nun sagt diese Zahl nichts über die Qualität dieser Arbeiten aus, wohl aber über die Intensität, mit der über den Traum gearbeitet wird. Einige andere Zahlen sollen die Entwicklung der Traumforschung deutlich machen: Im Jahre 1953 erschien

- 12 -

das Buch „Die Wissenschaft vom Traum“ von Wolf von SIEBENTHAL. Er hat versucht, die seit dem Altertum existierende Traumliteratur zu verarbeiten. Das Literaturverzeichnis seines Buches umfaßt einen Zeitraum von 3000 Jahren und enthält 1309 Titel. In den seit Erscheinen dieses Buches vergangenen 30 Jahren - also in einem Hundertstel der Zeit! - erschienen rund 5000 Veröffentlichungen auf dem Gebiet der Traumforschung, physiologische Untersuchungen *nicht* eingerechnet! Diese Tendenz äußert sich auch in einer zunehmenden Praxisrelevanz der Ergebnisse der Traumforschung; in der Sowjetunion benutzt man sie auf einem solch außerordentlich wichtigem Gebiet wie der Auswahl der Kosmonauten (62).

Auf dem Hintergrund der Vernachlässigung der Traumforschung bekommt eine Bemerkung von ENGELS besondere Bedeutung: „Was man kennt, ist interessant, was man nicht kennt, ist gleichgültig, kann vernachlässigt werden. Damit hört alle Wissenschaft auf, *denn sie soll gerade das erforschen, was wir nicht kennen.*“ (25, S.487 Hervorhebung von mir, C. T.) Viele Aspekte des Traums hat die Wissenschaft noch nicht untersucht. Das bisher Geleistete soll hier in groben Zügen dargestellt werden.

Hypothesen über den Traum vom Altertum bis zum 19. Jahrhundert

Wohl zu keiner Zeit waren den Menschen ihre Träume gleichgültig. Jedoch gab es zu verschiedenen Zeiten

verschiedene Auffassungen über Wesen und Herkunft und damit über die Bedeutung von Träumen. Die ältesten Zeugnisse kommen aus *Sumer*: „Es ruht Enkidu' Traumbilder schaut er. Es erhob sich Enkidu' erzählt seine Träume und spricht zu Gilgamesch also (35, S. 35). Das ist eine der wohl schönsten Stellen des Gilgamesch-Epos, das die Heldentaten des Stadtkönigs von Uruk' Gilgamesch, erzählt. Es ist der älteste uns bekannte Bericht über eine historische Figur (Gilgamesch lebte ca. 2700 v. u. Z.) und gleichzeitig der älteste Bericht von Träumen. Die ersten sieben der insgesamt zwölf Tafeln berichten zu einem Drittel von Träumen und deren Deutungen. Die im Epos vorkommenden Träume haben die Funktion, die Pläne des Gottes den Menschen mitzuteilen, damit sie sich nach ihnen richten können. Auf der fünften Tafel wird z. B. berichtet, wie Enkidu und Gilgamesch unterwegs sind, um Chumbaba, den „Schrecken des Landes" zu erschlagen. Um zu erfahren, ob ihr Vorhaben glücklich enden werde, bitten sie den Sonnengott um einen Traum:

„Vor denn Sonnengott gruben sie eine Grube, zu Schamasch erhoben sie ihre Hände, Gilgamesch stieg hinauf und trat auf den Hügel der aufgeworfenen Erde, warf Körner hinein in die Grube und sprach: ‚Berg, bring ein Traumbild! Laß den Gilgamesch Träume schauen, hoher Schamasch!'“ (ebenda, S. 26). In der folgenden Nacht hatte Gilgamesch dann einen Traum, über den Enkidu sagt:

„Gilgamesch, gut ist dein Traum, freudvoll ist seine Deutung. Hart wird der Streit, doch wir werden Chumbaba erschlagen“ (ebenda, S.27)

Dieses Beispiel ist nicht nur für Sumer typisch, sondern auch für *Babylon, Assyr-*

- 13 -

ien und *Ägypten*. Der Traum ist göttlichen Ursprungs und hat im wesentlichen prophetische Funktion. Diese Auffassung ist im Denken des Alten Orients so tief verwurzelt, daß sie wissenschaftliche Erklärungsansätze überhaupt nicht zuläßt. Letzter Ausdruck dieser Haltung ist die Tatsache, daß Xerxes sich durch Träume bestimmen ließ, die Eroberungskriege seines Vaters Darius gegen Griechenland fortzusetzen (40, VII)

Eben in diesem *Griechenland* der Perserkriege wird durch XENOPHANES (580-488) eine „Revolution" gegen religiös-transzendente Auffassungen eingeleitet. Seine Kritik war besonders gegen HOMER und HESIOD gerichtet, für die Träume noch „Boten der Götter" (42,1,63,43,14,495 und „in der Unterwelt hausende Kinder der Nacht)" (67) sind. Die göttliche Herkunft und prophetische Kraft der Träume wird nun in Frage gestellt und schließlich durch ANTIPHON (480-411) prinzipiell abgelehnt. Die Beschäftigung mit dem Traum - sieht man von der Schlaftherapie in den Tempeln des Asklepios ab - konzentriert sich auf Hypothesen über sein *natürliches* Zustandekommen. HERAKLIT (550-480) erkannte die Bedeutung des individuellen Gedächtnisses für den Traum (23, 22 B 89), DEMOKRIT (460-370) die Abhängigkeit der Träume von der Wahrnehmung und ihrer Reproduktion (23, 68 A 136) und PLATO (427-347) nimmt die Gedanken von AUGUSTINUS, NIETZSCHE und FREUD vorweg, wenn er behauptet, daß im Traum sich Triebe kundtun, die im Wachleben unterdrückt werden (59, IX, 1).

Die umfassendste und in mancher Hinsicht bis heute unübertroffene „Traumtheorie" stammt von ARISTOTELES (384-322). Er versteht den Traum als das Seelenleben während des Schlafs und erklärt ihn damit als Gegenstand der Psychologie. Für die häufige Beobachtung, „daß der Träumende sich treffsicherer als krank erlebt, als der Wachende" (78, S. 94) gibt ARISTOTELES eine Erklärung, die zwar schwer beweisbar ist, bis heute jedoch von keiner stichhaltigeren abgelöst werden konnte: Er meint, daß schwache Reize, die von einem kranken Organ ausgehen, im Traum in voller Wirkung erscheinen, weil sie sich im Wachen wegen der stärkeren Tageseindrücke nicht bemerkbar machen können (3, 458 b-464 b). ARISTOTELES legte sich auch als erster die Frage vor, „ob die Schlafenden immer träumen und sich nur nicht immer erinnern, und wenn ja, warum dies" (ebenda). Und schließlich war es auch ARISTOTELES, der zuerst Beobachtungen über rasche Augenbewegungen während des Schlafs niederschrieb. Ihm war aufgefallen, daß schlafende Jagdhunde schnelle Augenbewegungen haben. Daraufhin nahm er an, daß Tiere höherer Species träumen (vgl. 47). Heute werden diese Augenbewegungen „Rapid eye movements" (REM) genannt und sind zur Grundlage der physiologischen Schlafforschung geworden. Zum Abschluß der Bemerkungen über die Antike seien noch - gleichsam als Kuriosum - zwei Römer erwähnt: CICERO (106-43) steht dem Sinn der Träume skeptisch gegenüber; die Götter würden sich eher an einen „Wachenden und Hellhörigen" als an einen „Schnarchenden" wenden. AUGUSTUS (63-12) dagegen nahm Träume so ernst, daß er ein Gesetz erließ, jeder, der etwas über den Staat träume, habe dies auf dem Marktplatz öffentlich bekannt zu machen (57, S. 50). Trotz Ausnahmen (HOMER, HESIOD, SOPHOKLES, AISCHYLOS, EURIPIDES, CICERO u. a.) ist für die gesamte antike Beschäftigung mit dem Traum wissenschaftliches Erklärungs Bemühen charakteristisch. Die im Unterschied zum Alten Orient differenzierte Auseinandersetzung mit dem Traum ist u. a. die

- 14 -

Folge des hohen Entwicklungsstandes einer Philosophie, in der das Leib-Seele-Problem einen breiten Raum einnimmt. Aber auch die Entdeckung des „Allgemeinen" durch SOKRATES ist eine wichtige Voraussetzung,

um den Traum theoretisch behandeln zu können.

Das *Mittelalter* beschränkte sich dann auf symbolische Traumdeutungen, in der Regel auf Analogieebene. Es entstanden lexikonartig angelegte Traumbücher nach dem Vorbild des Artemidoros. Sie hatten vorwiegend unterhaltenden Charakter; in ihnen konnte man z.B. lesen, daß, wenn man von einem Neger träumt, man am nächsten Tag Kohlen bekommt (65).

Nach der Autoritätsgläubigkeit des Mittelalters war der Rationalismus der *Renaissance* und der *Aufklärung* vorwiegend methodisch und nicht gegenständlich orientiert. So verwundert es nicht, daß die Beschäftigung mit dem Traum eine untergeordnete Rolle spielte. Trotzdem sollen einige Namen erwähnt werden ALBERTUS MAGNUS (1200-1260) beschäftigte sich mit telepathischen Träumen (65), SAFADI (14. Jahrhundert) untersuchte den Unterschied von Träumen bei angeborener und erworbener Blindheit (ebenda), Arnold von VILLANOVA (16. Jahrhundert) versuchte Träume zu Diagnosezwecken zu verwenden (ebenda), George BERKELEY (1685-1735) stellte einen Unterschied zwischen den Zeitverhältnissen im Traum und im Wachen fest (11, S.6), Immanuel KANT (1724-1804) betrachtete Träume als „Heilmittel“ (51, § 67).

Im 19. *Jahrhundert* schließlich - sieht man von den romantischen Schriftstellern ab - verschwindet der Traum fast völlig aus dem Bewußtsein der Gesellschaft. Am allerwenigsten interessierte sich die Medizin für den Traum. Nach einem Wort von FREUD betrachtete sie den Traum als eine Art Zuckung des sonst schlafenden Seelenlebens (31, S.72). Diese Einstellung erklärt sich aus dem Programm der Medizin des 19. Jahrhunderts: Ihrer ausschließlichen Gründung auf Physik und Chemie. Für dieses Programm stehen die Namen von Johannes MÜLLER, Hermann von HELMHOLTZ, Emil du BOIS-REYMOND, Ernst BRÜCKE und Carl LUDWIG.

Sigmund FREUD (1856-1939) selbst stand in dieser Tradition, war doch Ernst BRÜCKE sein Lehrer. Es spricht für die innere Unabhängigkeit FREUDs und seine Unvoreingenommenheit, daß er sich in dieser geistigen Situation für die Träume seiner Patienten zu interessieren beginnt.

Die Traumtheorie Sigmund Freuds

Im Jahre 1894 erklärt FREUD seinem Kollegen Josef BREUER, daß er jetzt Träume zu übersetzen versteht und 1895 analysiert er einen ersten eigenen Traum. Als „Traum von Irmas Injektion“ ging dieser in FREUDs Buch „Die Traumdeutung“ ein und stellt das Paradigma einer Traumanalyse dar. Damit wurde der Traum nach reichlich 2000 Jahren wieder zum Bestandteil der Therapie, allerdings unter ganz anderen Voraussetzungen: War für die Priester des Asklepios der Traum die Hülle, in die sie das, was für die Patienten rational zum Vorteil schien, verpackten, so ist er für FREUD entscheidendes diagnostisches und therapeutisches Instrument. Für ihn war „die Traumdeutung der

- 15 -

Grundstein der psychoanalytischen Arbeit“ und stellte „den wichtigsten Beitrag der Psychoanalyse zur Psychologie“ dar (32 S.107).

FREUD leitet sein Buch mit den folgenden Sätzen ein: „Auf den folgenden Blättern werde ich den Nachweis erbringen, daß es eine psychologische Technik gibt, welche gestattet, Träume zu deuten, und daß bei Anwendung dieses Verfahrens jeder Traum sich als ein sinnvolles Gebilde herausstellt, welches an angebbarer Stelle in das seelische Treiben des Wachens einzureihen ist. Ich werde ferner versuchen, die Vorgänge klarzulegen, von denen die Fremdartigkeit und Unkenntlichkeit des Traums herrührt, und aus ihnen einen Rückschluß auf die Natur der psychischen Kräfte ziehen, aus deren Zusammen- oder Gegeneinanderwirken der Traum hervorgeht.“ (33, S.13)

Das Ergebnis des angekündigten Nachweises faßt FREUD vierzehn Jahre später so zusammen: „Jeder Traum ist sinnvoll, seine Fremdartigkeit rührt von Entstellungen her, die an dem Ausdruck seines Sinnes vorgenommen worden sind, ... Der Traum wie wir ihn nach dem Erwachen erinnern, soll manifester Trauminhalt genannt werden. Durch die Deutungsarbeit an diesem wird man zu latenten Traumgedanken geführt, welche sich hinter dem manifesten Inhalt verbergen und durch ihn vertreten lassen... Den Prozeß, welcher die latenten Traumgedanken in den manifesten Trauminhalt verwandelt hat, heißen wir *Traumarbeit*; er bringt die Entstellung zustande, in deren Folge wir die Traumgedanken im Trauminhalt nicht mehr erkennen.

Die Traumarbeit... nimmt unser Interesse nach zwei Haupttrichtungen in Anspruch. Erstens indem sie neuartige Vorgänge wie die *Verdichtung* (von Vorstellungen) oder die *Verschiebung* (des psychischen Akzents von einer Vorstellung zur anderen) aufweist, die wir im Wachdenken überhaupt nicht oder nur als Grundlage sogenannter Denkfehler aufgefunden haben. Zweitens, indem sie uns gestattet, ein Kräftespiel im Seelenleben zu erraten, dessen Wirksamkeit unserer bewußten Wahrnehmung verborgen war. Wir erfahren, daß es eine *Zensur*, eine prüfende Instanz in uns gibt, welche darüber entscheidet, ob eine auftauchende Vorstellung zum Bewußtsein gelangen darf, und unerbittlich ausschließt, soweit ihre Macht reicht, was Unlust erzeugen oder wiedererwecken könnte...

Die Funktion der Traumarbeit ist immer nur die, den Schlaf zu erhalten. ‚Der Traum ist der Hüter des Schlafes.‘ Die Traumgedanken selbst mögen im Dienste der verschiedensten seelischen Funktionen stehen. Die

Traumarbeit erfüllt ihre Aufgabe, indem sie einen aus den Traumgedanken sich erhebenden *Wunsch* auf halluzinatorischem Wege als erfüllt darstellt." (32, S. 108/109); Hervorhebung von FREUD.

Berücksichtigt man alle Äußerungen FREUDs über den Traum bis Ende 1919 (in seinem 1920 erschienenen Buch „Jenseits des Lustprinzips“ revidiert FREUD seine Traumtheorie etwas), so läßt sich seine Auffassung so veranschaulichen: *Erstens*: FREUD interessiert sich *nicht* für den Traum, wie wir ihn träumen, d.h. für den „realen Traum“, sondern für den Traum, wie wir ihn *nach dem Erwachen* erinnern. Viele Kritiken an seiner Traumtheorie gründen sich auf die Ignorierung dieser Tatsache. Es wird häufig die Frage gestellt, ob die Erinnerung mit dem tatsächlich geträumten Traum übereinstimmt. Wie eben gesehen hat FREUD dieses Problem eliminiert, indem er den realen Traum überhaupt nicht berücksichtigt und sich nur für die Umsetzung der latenten Traumgedanken in die

- 16 -

Traumerinnerung, also den manifesten Trauminhalt interessiert. Er hat aber auch begründet, warum es völlig unerheblich ist, ob die Erinnerung richtig ist und ob der Patient (bewußt oder unbewußt) verzerrt, etwas ganz anderes erfindet oder gar etwas erzählt, von dem er meint, der Therapeut freue sich darüber. Diese Begründung findet sich in der knapp hundert Seiten starken Schrift „Der Wahn und die Träume in W. Jensens ‚Gradiva‘“ (29). WILHELM JENSEN war ein norddeutscher Dichter, 1837 geboren, mit WILHELM RAABE befreundet und auch von ihm beeinflusst. Seine kleine Novelle „Gradiva“ (erschienen 1903) erzählt die Geschichte eines jungen Archäologen, der sich während eines Besuchs im Vatikanischen Museum in das Porträt eines hübschen griechischen Mädchens verliebt.

Anhand dieser Novelle zeigt FREUD, daß von Dichtern erfundene Träume - in diesem Falle die des jungen Archäologen vom hübschen griechischen Mädchen genauso wie „richtige“ Träume gedeutet werden können. Das gleiche gilt selbstverständlich auch für von Patienten erfundene Träume. FREUD hatte nämlich geschrieben: „Man kann zweifeln, ob unsere Erinnerung, die soviel vom Traum wegläßt, das, was sie erhalten hat, nicht verfälscht. Da wir nun eine andere als eine objektive Kontrolle für die Treue unserer Erinnerung nicht besitzen, diese aber beim Traum, der unser eigenes Erlebnis ist, und für den wir nur die Erinnerung als Quelle kennen, nicht möglich ist, welcher Wert bleibt da unserer Erinnerung an den Traum noch übrig?“ (33, S.48/49). Dieses Zitat läßt vermuten, daß FREUD eben wegen der hohen Wahrscheinlichkeit einer verzerrten Traumwiedergabe den tatsächlichen geträumten Traum in seiner Theorie unberücksichtigt läßt. Mit der Akzeptierung der FREUDschen Auffassung von erfundenen Träumen werden auch sämtliche Einwände, die sich auf die Beobachtung gründen, daß Patienten von FREUD Freudsche Träume haben, die von JUNG Jungsche usw., gegenstandslos: Gefälligkeitsträume können ebenso behandelt werden wie alle anderen, erlauben sogar zusätzlich noch die Bearbeitung einer positiven Übertragung.

Zweitens: Sowohl manifester Trauminhalt als auch realer Traum sind *keine unbewußten* Phänomene. Der reale Traum könnte (falls dies überhaupt nötig ist) im Vorbewußten lokalisiert werden, obwohl FREUD selbst sich zu diesem Problem nie geäußert hat. Seiner Meinung nach sind allein die Wünsche unbewußt, die die latenten Traumgedanken bilden.

Drittens. Die Traumdeutung ist ein der Traumarbeit entgegengesetzter Prozeß. Kennt man also die Mechanismen der Traumarbeit, so ist jeder Traum deutbar. Aber gerade diese von FREUD behaupteten Mechanismen sind stark kritisiert worden, weil sie willkürlicher Auslegung Tür und Tor öffnen. Und es sind eben diese Methoden der Interpretation, durch die die Psychoanalyse von der Naturwissenschaft zur ahistorisch-idealistischen Weltanschauung wurde. Die Festlegung der Grenzlinie zwischen beiden Formen der Psychoanalyse ist ein von der marxistischen Kritik erst noch zu leistendes Unternehmen. Für FREUD selbst stand der naturwissenschaftliche Charakter seiner Lehre außer Zweifel. „Naturwissenschaft“ bedeutete für ihn „Materialismus“. Das läßt sich anhand vieler Zitate belegen (vgl. z.B. 28, s.282). Hier sei nur die für die Traumtheorie wichtigste Aussage in dieser Hinsicht erwähnt: „Ich hatte wenig Anlaß, mich mit dem Problem des Schlafes zu beschäftigen, denn dies ist ein wesentlich physiologisches Problem, wengleich in der Charakteristik des Schlafzustandes die Ver-

- 17 -

änderung der Funktionsbedingungen für den psychischen Apparat mitgehalten sein muß“ (33, S.17).

FREUD ist sich also durchaus im klaren, daß seine Trennung eine künstliche ist und der Traum in Wirklichkeit untrennbar mit physiologischen Erscheinungen verbunden ist.

Die Entwicklung der Traumforschung nach Freud

Im Gefolge der Diskussion um FREUDs Theorie differenzierten sich allmählich zwei Lager heraus: Auf der einen Seite vorwiegend Psychotherapeuten, die FREUDs Lehre verteidigten, auf der anderen hauptsächlich

Physiologen und Psychiater, die ihr kritisch gegenüberstand (die experimentellen Versuche Otto PÖTZLS, die FREUDs Theorie unterstützten, sind eine Ausnahme). Die Unterschiede zwischen beiden Gruppen vertieften sich immer mehr und heute spricht man von physiologischer und psychologischer Traumforschung (richtiger müßte es heißen: physiologische Schlafforschung).

Die Auseinandersetzung zwischen beiden Richtungen ist teilweise recht hart, und man beschuldigt sich gegenseitig unzulänglicher Methodik und inadäquater Vorgehensweisen. Die Tatsache, daß trotzdem *beide* Richtungen wichtige Beiträge zur Erforschung des Phänomens geliefert haben, erklärt sich aus dem Umstand, daß der Gegensatz zwischen beiden Lagern nur die Erscheinungsweise des immanenten Widerspruchs zwischen physiologischen (REM u. a.) und psychologischen Komponenten (Traum) ist.

Bei der Darstellung der Ergebnisse werden wir mit der empirisch-experimentellen Forschung beginnen und dann zu den eher theoretischen Vorstellungen übergehen.

Häufigkeit und Dauer des Auftretens. ASERINSKY und KLEITMANN (4) stellten fest, daß es während des Nachtschlafs etwa vier bis sechs Perioden schneller Augenbewegungen (REM) von 10 bis 50 Minuten Dauer gibt. Aufgrund weiterer Forschungen hat sich gezeigt, daß während dieser Perioden außer den schnellen Augenbewegungen noch zahlreiche andere physiologische Vorgänge ablaufen. Im einzelnen handelt es sich dabei um folgende Erscheinungen (47):

- Desynchronisierung im kortikalen EEG
- desynchrone Entladungen über den Hippocampus
- phasische Pupillenreaktionen
- phasische Veränderungen der Blutgefäße des Gehirns
- phasische Entladungen an den Mittelohrmuskeln
- phasische Entladungen am ponto-geniculo-occipitalen unspezifischen System
- Erschlaffung des Muskeltonus
- feine Muskelzuckungen
- Aktivierung an den Sexualorganen
- phasischer Anstieg des Blutdrucks
- phasischer Anstieg der Herzfrequenz
- phasischer Anstieg der Atmungsfrequenz.

- 18 -

Durch eine Reihe von Experimenten (9, 21, 22) wurde nun festgestellt, daß diese Perioden enge Beziehungen zum Traum haben, so daß man sagen kann, daß der Mensch jede Nacht vier bis sechs Perioden erhöhter physiologischer Aktivität „durchschläft“, in denen das passiert, was wir gemeinhin als „Träumen“ bezeichnen.

JOVANOVIĆ (47) machte Untersuchungen zur ontogenetischen Entwicklung des Traumphasenanteils am Gesamtschlaf und stellte fest, daß dieser kontinuierlich abnimmt. Aufgrund seiner Daten gelangte er zu der Auffassung, daß der Mensch 150-200 Jahre leben könnte, bevor der Traumanteil auf 0 absinkt. Diese Hypothese enthält impliziert die Annahme, daß der Mensch ohne Traum nicht leben kann. Zu ähnlichen Schlußfolgerungen, jedoch auf ganz anderen Wegen, kam DEMENT bereits im Jahre 1959 (20). Aufgrund seiner Experimente zeigte sich, daß Traumdeprivation über längere Zeit zu deutlichen Zeichen psychischer Störungen wie Spannung, Angst, Reizbarkeit und psychotischer Phänomene (Depersonalisationserleben, Störungen des Zeitsinns) führt.

Erinnerbarkeit von Träumen. Die Versuche von GOODENOUGH und seinen Mitarbeitern (36) erlaubten den eindeutigen Schluß, daß alle Menschen träumen, sich aber nur etwa die Hälfte an ihre Träume erinnern. Die Erinnerbarkeit von Träumen hängt dabei u. a. von folgenden Faktoren ab:

- vom zeitlichen Abstand zur letzten REM-Phase (46)
- von Persönlichkeitseigenschaften (52, 71)
- vom Intelligenzquotienten (66)
- vom Denkstil (konvergent/divergent) (5)
- vom Geschlecht (Frauen erinnern sich häufiger) (8)
- vom Alter (18)
- von der Schlafentiefe (19).

Beteiligung der einzelnen Sinnesgebiete. Die wichtigsten Untersuchungen zu diesem Komplex hat SIEBENTHAL (67, S.160) zusammengefaßt. Danach ergaben sich folgende statistische Häufigkeiten der Beteiligung der einzelnen Sinnesgebiete am Traum:

optisch - 81,5 %
akustisch - 55,5 %
kinästhetisch - 11,5 %
taktile - 9,8 %

olfaktorisch - 3,6 %
gustatorisch - 3,4 %

Die Frage, ob man schwarz/weiß oder farbig träumt, ist bisher wenig untersucht worden. Eine der wenigen Arbeiten zu diesem Thema ist die Untersuchung über Grundtypen von Traumfarben durch TATIBANA (72). Erst in letzter Zeit ist der Farbe im Traum Bedeutung zugesprochen worden. MJASSNIKOW und USKOW (62) glauben, daß die Farbigkeit der Träume Rückschlüsse auf den Denkstil des Träumers zulassen. Eine Reihe von Untersuchungen ist den Träumen von Blinden gewidmet worden. BERGER und Mitarbeiter (10) untersuchten von Geburt an Blinde, früh Erblindete und im Alter von etwa 40 Jahren Erblindete und stellten fest, daß Personen aller 3 Gruppen träumten, aber nur die der zweiten und dritten Gruppe

- 19 -

optische Träume hatten. Außerdem zeigte sich, daß bei sekundär Erblindeten nach etwa 40 Jahren keine visuellen Träume mehr auftreten. Ergänzt wird dieses Ergebnis durch ein Experiment von GROSS und seinen Mitarbeitern (37), die fanden, daß sich die REM-Phasen von lebenslang Blinden von denen Gesunder nicht unterscheiden, die corneofundalen Potentiale jedoch fehlten oder verkleinert waren.

Traum und Weckbarkeit. Im Anschluß an FREUDs Hypothese vom „Traum als Wächter des Schlafs“ (33, S.199) müßte man vermuten, daß die Weckschwelle während der Traumphasen erhöht ist. Tatsächlich konnte GÜNTHER (38) das experimentell bestätigen.

Den Trauminhalt beeinflussende Faktoren.

a) *Persönlichkeit:* Eine Reihe von Autoren sehen Zusammenhänge zwischen Trauminhalt und der Persönlichkeit Schizophrener (12), Neurotiker (76) und zu psychosomatischen Störungen Neigender (53). Daraus wurde die Schlußfolgerung gezogen, daß man aufgrund der Träume den bevorstehenden Krankheitsausbruch voraussagen bzw. durch geeignete Maßnahmen verhindern könne (17, 45, 80). RAPHLING (63) ist z.B. der Meinung, daß bestimmte Träume als Prodromalphänomen für Suicidabsichten gelten können. Abgesehen vom Zusammenhang zwischen krankhaften Abweichungen und Trauminhalt sind auch noch andere Beziehungen zwischen Persönlichkeit und Traum untersucht worden. So scheint es Wissenschaftler zu geben, die die gesuchte Lösung eines Problems häufig im Traum finden (vgl. dazu S.25).

b) *Geschlecht:* VAHLE-SCHMIDT (75) hat Träume von Männern und Frauen getrennt ausgewertet und dann verglichen. Bei folgenden Merkmalen erbrachte ihre Untersuchung signifikante Ergebnisse:

- nur 11 % der Frauen, aber 29 % der Männer haben sich kontinuierlich fortsetzende oder sich wiederholende Träume
- 87 % der Männer, aber nur 68 % der Frauen träumten von fremden Personen
- von dem Ehepartner träumten 12 % der Männer, aber 33 % der Frauen
- 14 % der Männer, aber 31 % der Frauen träumten von ihren Eltern
- 45 % der Männer, aber nur 22 % der Frauen träumten vom Tod.

Den spezifischen Einfluß der Menstruation auf den Trauminhalt haben u. a. HOFFMANN (41) und SWANSON/FOULKES (69) untersucht. Es zeigte sich, daß während der Menstruation häufiger von sexuellen Themen geträumt wird als sonst.

c) *Tagesereignisse:* Die experimentellen Ergebnisse (7, 16, 24, 61) scheinen FREUDs Ansicht zu bestätigen, „daß in jedem Traum eine Anknüpfung an die Erlebnisse des letztabgelaufenen Tages aufzufinden ist“ (33, S. 145). Die sie ergänzende Annahme, „daß im Traum Eindrücke aus den frühesten Lebensaltern erscheinen können“ (ebenda, S. 164), läßt sich empirisch kaum überprüfen. In der Regel werden zu ihrer Stützung Fallbeispiele angeführt. Besonders eindrucksvoll in dieser Hinsicht ist das Buch von SOSCHTSCHENKO „Schlüssel des Glücks“, in dem der Autor schildert, wie er in seinen Träumen Motive sogar aus dem Säuglingsalter erkennt und mit deren Hilfe seine psychische Krankheit überwindet (68).

d) *Reize während des Schlafs:* Umgebungs- und Körperreize können in den

- 20 -

Traum eingebaut werden, ihn aber nicht hervorrufen (26, 70). Damit ist die seit PYTHAGORAS gängige Reiztheorie, nach der Träume z.B. durch Magenschmerzen ausgelöst werden können, widerlegt.

e) *Suggestive Methoden:* Die Versuche von JOVANOVIC (48, S. 1274) und JUS (50) haben gezeigt, daß tatsächlich das geträumt wird, was suggeriert worden ist, bzw. daß posthypnotische Aufträge tatsächlich Einfluß auf den Traum haben. Diese Ergebnisse sind von besonderer Wichtigkeit, weil man so den Mechanismus des Vergessens von Träumen oder Traumteilen erforschen kann: Man kann bestimmte Traumhalte suggerieren und überprüfen, ob die Erinnerungsfähigkeit u. a. auch vom Trauminhalt abhängt, d.h. ob möglicherweise Träume

unangenehmen Inhalts bevorzugt vergessen werden, oder ob man sich besonders gut an sie erinnert u. ä.

f) *Medikamente*: Besonders in den letzten Jahren werden immer häufiger experimentelle Untersuchungen über den Einfluß von Pharmaka auf den Traum durchgeführt. Hier die wichtigsten Ergebnisse:

Thymoleptika: Bei Gaben von Imipramin treten gehäuft Flug- und Fallträume auf. Erklärt werden kann dieses Phänomen dadurch, daß Imipramin an der Peripherie des Organismus eine Lockerung der Muskulatur und eine Entspannung hervorruft und der Schläfer sich dadurch unstabil fühlt (48, S.1307).

Amphetamine: Der Trauminhalt wird lebhaft und phantastisch, weil die Amphetamine die Wirkung des Noradrenalins verstärken, das für den Traumanteil des Schlafs verantwortlich ist (ebenda, S.1308).

LSD: Der Einfluß des LSD ist noch ungeklärt. Es wurden sowohl Verlängerungen (58), als auch Verkürzungen der Traumphasendauer festgestellt (78, S.1308).

Die Untersuchung des Einflusses von Chlorpromazin, Promazin und Meprobamat auf den Traum ist noch im Anfangsstadium.

Die Einwände gegen diese Art Traumforschung von seiten der klinisch arbeitenden Psychotherapeuten lassen sich etwa so zusammenfassen: So interessant diese Ergebnisse auch sein mögen, zur Klärung der entscheidenden Frage tragen sie nichts bei: - Warum hat ein Traum gerade diesen und keinen anderen Inhalt und welches sind die Mechanismen seiner Entstehung?

Und tatsächlich, alle objektiven Parameter des Traums können seine psychische Natur nicht erklären - ebensowenig, wie z.B. die Physiologie des Artikulationsmechanismus Grammatik und Syntax der menschlichen Sprache erklären kann.

Den Versuch einer Überwindung dieses Dilemmas stellen content-analytische Untersuchungen dar. Die bekannteste stammt von HALL und van de CASTLE (39). Die Autoren haben 1000 Träume hinsichtlich der Häufigkeit der in ihnen vorkommenden Objekte ausgewertet. Als Ergebnis erhielten sie eine Rangliste, die von den Objekten „Haus“ und „Auto“ angeführt wird. Der wissenschaftliche Wert solcher Untersuchungen ist in vieler Hinsicht zweifelhaft (z.B. dürften Eskimos kaum am häufigsten von Autos träumen), entscheidendes Minus ist jedoch die Tatsache, daß es sich um Laboratoriumsuntersuchungen handelt, d.h. die Ergebnisse nicht unter den Bedingungen eines Therapeut-Pa-

- 21 -

tient-Verhältnisses gewonnen wurden, sondern das Verhältnis von Träumer und Versuchsleiter relativ neutral war. Anhand der Auswertung von 450 unter verschiedenen Bedingungen gewonnenen Traumerinnerungen konnte ich jedoch zeigen (73), daß ein vom Träumer als neutral erlebter Empfänger der Traumerinnerung in bezug auf Häufigkeit und Inhaltsreichtum signifikant weniger Material geliefert bekommt als ein Therapeut, der eine stabile Beziehung zum Patienten aufgebaut hat. Für jeden, der etwas von Psychotherapie versteht, ist dieses Ergebnis trivial. Bedeutung kommt ihm nur insofern zu, als es die Grenzen der Übertragbarkeit von unter Laboratoriumsbedingungen gewonnenen Resultaten aufzeigt. Wenn nämlich ein neutraler Versuchsleiter aufgrund seiner im Experiment gewonnenen Traumerinnerung eine Theorie entwickelt, so stehen ihm weniger Informationen zur Verfügung als seinem therapeutisch arbeitenden Kollegen, der ebenfalls eine Theorie aufstellt. Möglicherweise ist sogar das, was dem Nichttherapeuten an Information fehlt, für das Verständnis der Psychologie des Traums entscheidend. Auf jeden Fall aber lassen sich weder experimentelle Ergebnisse noch Theorien miteinander vergleichen, wenn sie auf unterschiedlichen Voraussetzungen beruhen. Eine wichtige Schlußfolgerung ist also: *Im Schlaflabor gewonnene Ergebnisse können Theorien und Hypothesen, die aufgrund therapeutischer Praxis gewonnen wurden, weder bestätigen noch widerlegen.*

In Erkenntnis dieser Grenzen, aber im Bewußtsein der Notwendigkeit objektiver Überprüfung von Hypothesen und Theorien über den Traum, haben einige Forscher den Versuch einer *empirischen* Interpretation der FREUDSchen Theorie unternommen. Sie haben also nach empirischen Ergebnissen gesucht, die die psychoanalytische Traumtheorie untermauern. Dazu drei Beispiele:

1. *Traum als grammatische Struktur.* Der amerikanische Traumforscher FOULKES geht von einer Parallele zwischen Traum und Sprache aus (27). Die unbegrenzten Möglichkeiten sprachlichen Ausdrucks können durch Permutation und Kombination der der Sprache zugrundeliegenden Regeln erklärt werden. Betrachtet man unter diesem Gesichtspunkt die unbegrenzte Kreativität der Traumphänomene, so erscheint sie nicht verwunderlicher als die der Sprache. Wenn man also annimmt, daß es für den Traum ebenso wie für die Sprache eine Menge von Formations- und Transformationsregeln gibt, dann könnten bei Kenntnis dieser Regeln Träume ebenso verständlich werden wie die Sprache. FOULKES hält es sogar für möglich, daß zwei *unterschiedliche* Grammatiken auf der einen Seite den Traum und auf der anderen die Sprache aus der *gleichen* Tiefenstruktur

erzeugen.

Betrachtet man diesen Ansatz genauer, so ist er nichts anderes als die Anwendung einer neuen Terminologie auf die FREUDSche Theorie von der Entstehung des manifesten Traum inhalts aus den latenten Traumgedanken mittels der Traumarbeit. Trotzdem bietet die FOULKESsche Hypothese einen entscheidenden Vorteil: Sie ermöglicht die Sprengung des doch relativ engen, an unbewußten Wünschen orientierten FREUDSchen Erklärungsmodells, da der Grundansatz von FREUD beibehalten werden kann, *ohne* für dessen Ausarbeitung die psychoanalytische Theorie in Anspruch nehmen zu müssen. Inwieweit eine solche Ausarbeitung weniger anfechtbar und besser überprüfbar ist als die FREUDSche, muß die Zukunft zeigen. Im Prinzip dürften Experimente der Art wie sie AN-

- 22 -

DERSON und BOWER (1) durchgeführt haben, Ergebnisse liefern, die die FOULKESsche Hypothese von Sprache und Traum zugrunde liegenden gleichen Tiefenstruktur bestätigen oder widerlegen.

2. *Die Reproduktionstheorie.* Nach JOVANOVIC (47, S.426) ist der Traum eine Reproduktion des produktiven Lebens am Tage. Aus der Tatsache nun, daß dem Träumer für die Reproduktion viel weniger Zeit zur Verfügung steht als im Wachen zur Produktion nämlich 100 Minuten versus 16 Stunden - erklärt JOVANOVIC das von FREUD als Traumarbeit bezeichnete Phänomen. Mit anderen Worten: Wenn man das in 16 Stunden Erlebte in nur 100 Minuten reproduzieren muß, so geht das nur, wenn vieles herausfällt. Durch die Art und Weise, wie das Verbleibende zusammengesetzt wird, ergeben sich Verschiebungen, Verdichtungen, falsche Zuordnungen, Agglutinationen, mit einem Wort alles, was nach FREUD Ergebnis der Traumarbeit ist.

3. *Der Traum als Funktion der subdominanten Hemisphäre.* Die hauptsächlich durch Kommissurotomiebefunde (Durchtrennung des corpus callosum) bekannte charakteristische Funktionsweise der subdominanten Hemisphäre (bei Rechtshändern die rechte, bei Linkshändern die linke) erinnert sehr an das alogische, synthetische und emotionale Traumbewußtsein (6, 34, 44, 77). Experimentelle Ergebnisse zeigen, daß in dieser Hemisphäre während des Traums die elektrische Aktivität viel größer ist als in der dominanten und am Corpus callosum fast auf Null abfällt. Das bedeutet, daß während des Traums die subdominante Hemisphäre aktiv ist und so gut wie keine Verbindung zur dominanten besteht. Damit wird die von FREUD im Anschluß an FECHNER aufgestellte Vermutung, „daß der Schauplatz der Träume ein anderer sei als der des wachen Vorstellung erleben“ (33, S.437) erhärtet. (Die während des Wachlebens aktive dominante Hemisphäre arbeitet vorwiegend logisch, analytisch und rational).

Der Vollständigkeit halber wollen wir die neben den Ansätzen zur empirischen Interpretation der FREUDSchen Theorie existierenden Richtungen noch kurz erwähnen:

1. *Tiefenpsychologie.* Charakteristisch für die Vertreter dieser Richtung (ADLER, JUNG, STEKEL, SCHULTZ-HENCKE, KEMPER, WIESENHÜTTER u. a.) ist, daß sie im Prinzip das gleiche Traummodell wie FREUD vertreten, d.h. sie unterscheiden den manifesten Traum inhalt von dahinterstehenden unbewußten Inhalten. Sie arbeiten weniger theoretisch, sondern benutzen Träume in geringerem oder stärkerem Ausmaße bei der Behandlung von Neurosen. Die Unterschiede zur FREUDSchen Theorie sind zweitrangig. Sie betreffen hauptsächlich die Symbolbedeutung und die Rolle der Triebe. Die tiefenpsychologische Richtung der gegenwärtigen Traumforschung hat besonders in westlichen Ländern sehr viele Anhänger. Allerdings sind diese häufig wesentlich dogmatischer als FREUD selbst und tragen wenig zur Aufklärung des Phänomens Traum bei.

2. *Daseinsanalyse.* Die einzige bedeutende Ausnahme unter den großen Psychotherapeuten des 20. Jahrhunderts, die sich mit dem Traum näher befaßt haben, ist der Schweizer Medard BOSS. Er kannte FREUD noch selbst, hat später zehn Jahre unter JUNG gearbeitet und wurde schließlich entscheidend von Ludwig BINSWANGER und Martin HEIDEGGER beeinflusst. Diese Stationen deuten

- 23 -

schon auf eine Abkehr von der Psychoanalyse hin. Da BOSS von jeher sein Interesse den Träumen zugewandt hatte (13,14), blieb eine Auseinandersetzung mit der FREUDSchen Traumlehre nicht aus. Der wesentliche Unterschied zu FREUD besteht in zwei Punkten:

- BOSS bestreitet die Existenz des Unbewußten prinzipiell, d.h. die Frage nach einem „Dahinter“ wird gegenstandslos. Der Traum wird so genommen, wie er erinnert wird.
- BOSS geht davon aus, daß der Traum die Daseinsform des gleichen Menschen ist, den wir im Wachen kennen. FREUD dagegen hatte immer wieder den Unterschied zwischen Wachdenken und Träumen betont.

Ein Vergleich der Traumtheorien von FREUD und BOSS läßt - mit aller Vorsicht - folgende Einschätzung zu: Die aus dem naturwissenschaftlichen Denken FREUDS hervorgegangene Theorie ist in sich geschlossen und übt

nicht zuletzt deshalb eine große Anziehungskraft aus. Ihr heuristischer Wert ist beträchtlich, wenn auch ihr starker Verallgemeinerungsgrad nicht jedem einzelnen Fall gerecht wird. BOSS dagegen verzichtet bewußt auf eine zusammenhängende Theorie. Sein Beitrag besteht in der ausführlichen Anleitung zum praktischen Umgang mit Träumen in der (daseinsanalytischen) Psychotherapie. Im Vordergrund steht der konkrete Fall und Verallgemeinerungen sind deshalb nicht möglich.

3. *Der Traum als Epiphänomen.* Die einflußreichste Theorie dieser Art stammt von McCARLEY und HOBSON (56). Sie stellen sich den Mechanismus der Traumentstehung folgendermaßen vor: Die physiologischen Aktivierungszustände während des Schlafs werden im Gehirn registriert. Damit diese Aktivität nun nicht unmotiviert erscheint, produziert das Gehirn dazu passende Vorstellungen und der Trauminhalt liefert die „Begründung“ für die physiologische Aktivität. Im konkreten Fall der schnellen Augenbewegungen bedeutet das, daß das Sehzentrum Bilder liefert, die der Bewegungsrichtung der Bulbi entsprechen. Mit dieser Auffassung wird die Funktion des Traums auf die Rechtfertigung physiologischer Impulse reduziert, d.h. er wird sozusagen als Abfallprodukt der physiologischen Aktivierungszustände betrachtet. Tatsächlich ist das die Position der Medizin vor Sigmund FREUD!

Gnoseologische Aspekte des Traums

ARISTOTELES hatte den Traum als das Seelenleben während des Schlafs bestimmt, d.h. als eine Form psychischer Tätigkeit. Diese Auffassung enthält mehr Probleme, als es scheint. Das vielleicht wichtigste wird klar, wenn wir Psychisches als besondere Form der Widerspiegelung der Realität auffassen. Wenden wir diese These nämlich auf den Traum an, so müssen wir ihn als Widerspiegelungsform betrachten. Es ist aber offensichtlich, daß zwischen Widerspiegelung im Wachzustand und im Traum gravierende Unterschiede bestehen. Die Aufklärung der Bedeutsamkeit dieser Unterschiede ist Gegenstand dieses Abschnitts. Gewöhnlich wird in der marxistischen psychologischen Literatur die *Aktivität*

- 24 -

des Widerspiegelungsprozesses hervorgehoben. Nach BUDILOWA (15, S. 246) äußert sich diese Aktivität darin, „daß sich die Herausbildung der Widerspiegelung nicht nur als Einwirkung des widerspiegelnden Objekts auf das Subjekt der Widerspiegelung, sondern auch als Tätigkeit des Subjekts, die auf die widerspiegelte Realität bezogen ist, vollzieht“ (Hervorhebung von mir, C. T.). Außerdem weist die Autorin daraufhin, daß „viele der derzeitigen Untersuchungen zur Wahrnehmung... sich mit der Genesis von perceptiven Handlungen verschiedener Art und ihrer Struktur, der Rolle der gegenständlichen Handlungen bei der Herausbildung der wahrnehmungsmäßigen Abbilder, den motorischen Komponenten in den Wahrnehmungsprozessen der Rolle der Bewegung der rezeptorischen Apparate (Bewegung der Augen, der Hand) bei der Entstehung eines dem Gegenstand adäquaten Abbilds“ befassen (ebenda, S. 250/1). Auch ANZYFEROWA (2, s.54) spricht von einem „untrennbaren Zusammenhang von Psychischem und Tätigkeit“ und unterstreicht die Rolle der Bewegung für die Herausbildung „aller Formen der Widerspiegelung“ (ebenda, S.81; Hervorhebung von mir, C. T.).

Diese Bemerkungen und Untersuchungen beziehen sich jedoch nur auf den Wachzustand. Während des Traums kann von aktiver Wechselwirkung zwischen Objekt und Subjekt der Widerspiegelung keine Rede sein. Folglich entfällt dort die wichtigste Charakteristik des Widerspiegelungsprozesses' eben die Aktivität des Subjekts. Die psychische Tätigkeit während des Traums unterscheidet sich gerade durch das *Fehlen* der Wechselwirkung zwischen Mensch und Umwelt. Der Träumende ist nicht gezwungen, sich in seiner Umwelt zu orientieren. Deshalb verliert die für das Wachleben so außerordentlich bedeutsame Orientierungsreaktion während des Schlafs ihre Funktion. Der Schläfer träumt dann, er könne fliegen oder er sei Old Shatterhand. Beides entspricht nicht der Wahrheit, aber da es nur ein Traum ist, hat es keine negativen Konsequenzen. Ganz anders im Wachen: Spiegelt mir dann mein Bewußtsein vor, ich könne fliegen, so springe ich womöglich von meinem Balkon. Falls ich das überlebe, werde ich als Geisteskranker behandelt. Oder ich stelle mich anderen Leuten als Old Shatterhand vor. Das hat zwar für meine Gesundheit keine nachteiligen Folgen, zum Psychiater werde ich aber ebenfalls geschickt. Mit anderen Worten: Wenn die Widerspiegelung im Wachzustand nicht der Wirklichkeit entspricht, kommt es zu Kollisionen mit der Umwelt. In der Nacht, wenn der Mensch passiv im Bett liegt, hat die Nichtübereinstimmung zwischen Abbild und Realität keine negativen Folgen. Wir betrachten deshalb Wahnideen als pathologisch, Träume dagegen als normal.

Diese Überlegungen unterstützen die seit Descartes immer wieder diskutierte Hypothese über die innere Verwandtschaft zwischen Traum und Psychose (vgl. dazu 74). Die Beziehung zwischen beiden Phänomenen läßt sich folgendermaßen charakterisieren: Der Traum ist eine Art psychischer Tätigkeit, die im Wachzustand wegen der Notwendigkeit annähernd adäquater Widerspiegelung nicht realisiert werden kann; fehlt die kontrollierende Funktion dieser Notwendigkeit, kommt es zur Psychose.

Die Biochemie zeigt, daß das nicht nur Spekulation ist: Während des Traums nämlich wird Noradrenalin am subsynaptischen Spalt abgebaut. Künstliche Traumunterdrückung führt zur Erhöhung der Noradrenalkonzentration und infolge dessen zu psychischen Halluzinationen. Die Wirkung von erregungshem-

menden Psychopharmaka (Reserpin, Phenothiazine) beruht auf dem umgekehrten Mechanismus: Der Noradrenalinegehalt an den Synapsen wird vermindert.

Hier deutet sich das für die Therapie Bedeutsame der Verwandtschaft von Traum und Psychose an. Es war einmal mehr Sigmund FREUD, der als erster mit Nachdruck auf die Wichtigkeit dieser Erkenntnis für die psychiatrische Praxis hingewiesen hat. In der Vorbemerkung zu seiner „Traumdeutung“ hatte er geschrieben (33, S. 7): „Wer sich die Entstehung der Traumbilder nicht zu erklären weiß, wird sich auch um das Verständnis der... Wahnideen, eventuell um deren therapeutische Beeinflussung vergeblich bemühen.“

Ausblick

Eine meines Erachtens vielversprechende Richtung der modernen Traumforschung ist die Untersuchung sogenannter „Klarträume“ (lucid dreams). Das sind Zustände während der REM-Phasen, in denen dem Individuum bewußt ist, daß es träumt. Dadurch kann der Trauminhalt in hohem Maße kontrolliert werden.

Dieser Umstand erlaubt ein „Training der Phantasie“ (60), das für die Anpassung des Menschen an seine Umwelt unumgänglich ist und spezielle Bedeutung für die Voraussicht zukünftiger Situationen erlangt. Der entscheidende Vorteil der „Klarträume“ liegt in dem Umstand, daß Kreativität entfaltet werden kann bei *gleichzeitiger* Aufrechterhaltung eines gewissen Maßes an Kontakt mit der Wirklichkeit.

Die praktische Bedeutung der Untersuchung von „Klarträumen“ wird sich zumindest für zwei Gebiete erweisen: 1. für die Psychotherapie, weil hier ähnlich wie beim katathymen Bilderleben der Kontakt zwischen Patient und Therapeut aufrechterhalten bleibt, die Aktivität jedoch (im Unterschied zum LEUNERschen Verfahren) ganz auf seiten des Patienten ist; 2. für die Wissenschaft; es ist bekannt, daß eine Reihe von Entdeckungen während psychischer Zustände gemacht wurden, die denen der „Klarträume“ sehr ähnlich sind: Die Entdeckung des Benzolrings durch Kekule, die Lösung des mathematischen Problems der Begründung einer Klasse Fuchsscher Funktionen durch POINCARÉ, die Aufstellung des Periodensystems der chemischen Elemente durch MENDELEJEV, die Idee der chemischen Übertragung von Nervenimpulsen durch LOEWI, die Lösung von unklaren Textstellen durch den Ägyptologen BRUGSCH bzw. den Assyrologen HILPRECHT u. v. a. m. Es ist klar, daß diese Beispiele nur verstanden werden dürfen als „anschaulich-symbolische Gestaltung einer im Wachzustand vorbedachten Aufgabe“ (49, S. 693), ein Training der Fähigkeit „klarzuträumen“ könnte den Zeitraum des „Vorbedenkens“ jedoch wesentlich abkürzen.

So erweist sich, daß Träume nicht nur „in der Unterwelt hausende Kinder der Nacht“ sind, sondern auch ein Phänomen mit immer noch nicht genügend genutzter Erkenntnisfunktion.

Literatur

1. ANDERSON, J. R., und G. H. BOWER: Human Associative Memory. Winston, Washington 1973
2. ANZYFEROWA, L. 1.: Das Prinzip der Einheit von Bewußtsein und Tätigkeit und die Methodologie der Psychologie. In: E. W. SCHOROCHOWA (Hrsg.), Methodologische und theoretische Probleme der Psychologie. VEB Deutscher Verlag der Wissenschaften, Berlin 1977
3. ARISTOTELES: Kleine naturwissenschaftliche Schriften. Felix Meiner, Leipzig 1924
4. ASERINSKY, E., und N. Kleitman: Regularly occurring of eye motility and concomitant phenomns during sleep. Science 118 (1953) 273-274
5. AUSTIN, M.: Dream recall and the bias of intellectual ability. Nature 231 (1971) 59
6. BAKAN, P.: The right brain is the dreamer. Psychol. today 10 (1976) 66-68
7. BAKELAND, F.: Effects of the day's events on sleep. In: E. HARTMANN (cd.): Sleep and Dreaming. Little, Brown and Company, Boston 1970
8. BELCHER, M., und R. BONE: Extraversion, Neuroticism, Field Independence and Reported Sleep and Dream Experience. Meeting of the APSS 1972
9. BERGER, R. J., und I. OSWALD: Eye movements during active and passive dreams. Science 137 (1962) 601
10. BERGER, R. J. et al.: The EEG, eye movements and dreams of the blind. Quart. J. Exper. Psychol. 14 (1962) 183-186
11. BERKELEY, G.: Philosophisches Tagebuch. Felix Meiner, Hamburg 1979
12. BOSS, M.: Psychopathologie des Traumes bei schizophrenen und organischen Neurosen. Z. ges. Neurol. Psychiat. 162 (1938)
13. BOSS, M.: Der Traum und seine Auslegung. Huber, Bern 1954
14. BOSS, M.: Es träumte mir vergangne Nacht. Huber, Bern 1975
15. BUDILOWA, J. A.: Philosophische Probleme in der sowjetischen Psychologie. VEB Deutscher Verlag der

- Wissenschaften, Berlin 1975
16. CARTWRIGHT, R. D. et al.: Effect of an erotic movie on the sleep and dreams of young men. Arch. gen. Psychiat. 20 (1968) 262-271
 17. CAVENAR, J. C. et al.: Recurrent dreams as a perceptant. Amer. J. Psychiat. 135 (1978) 378-379
 18. COHEN, D. B.: A comparison of genetic and social contributions so dream recall frequency. J. abnorm. Psychol. 82 (1973) 368-371
 19. COHEN, D. B.: Remembering and Forgetting Dreaming. In: J. F. KAHLSTROM und F. J. EVANS (eds.): Functional Disorders of Memory. Hillsdale. N. J., Lawrence Erlbaum 1979
 20. DEMENT, W.: The effect of dream deprivation. Science 131 (1960) 1705-1706
 21. DEMENT, W., und N. KLEITMAN: The relation of eye movements during sleep to dream activity: an objective method for the study of dreaming. J. Exper. Psychol. 53 (1957) 339-346
 22. DEMENT, W., und E. A. WOLPERT: The relations of eye movements, body motility and external stimuli to dream content. J. Exper. Psychol. 55 (1958) 543-553
 23. DIELS, H., und W. KRANZ: Die Fragmente der Vorsokratiker. 5. Auflage, Band 1-3, Weidmann, Berlin 1934-1938
 24. DOMHOFF, B., und J. KAMIYA: Problems in dream content study with objektive indicators. Arch. gen. Psychiat. 11(1964) 519-532
 25. ENGELS, F.: Dialektik der Natur. In: K. MARX, F. ENGELS, Werke, Bd. 20, Dietz Verlag, Berlin 1962
 26. FOULKES, D.: Die Psychologie des Schlafs. S. Fischer Verlag, Frankfurt/M. 1969
 27. FOULKES, D.: Dream as language and cognition. Scientia 113 (1978) 481-499
 28. FREUD, S.: Aus den Anfängen der Psychoanalyse. S. Fischer Verlag, Frankfurt 1950

- 27 -

29. FREUD, S.: Der Wahn und die Träume in W. Jensens „Gradiva“. In: Ges. Werke, Bd. VII, S.31-125, Imago Publishing, London 1955
30. FREUD, S.: Neue Folge der Vorlesungen zur Einführung in die Psychoanalyse. In: Ges. Werke, Bd. XV, S. Fischer Verlag, Frankfurt/M. 1961
31. FREUD, S.: Selbstdarstellung. Fischer Taschenbuchverlag, Frankfurt/M. 1971
32. FREUD, S.: Darstellungen der Psychoanalyse. Fischer Taschenbuchverlag, Frankfurt/M. 1978
33. FREUD, S.: Die Traumdeutung. Fischer Taschenbuchverlag, Frankfurt/M. 1980
34. GALIN, D.: Implications for psychiatry of left and right cerebral spezialization. Arch. gen. Psychiat. 31(1974) 572-583
35. Das Gilgamesch-Epos, (herausgegeben von G. BURCKHARDT). Insel Verlag, Leipzig 1958
36. GOODENOUGH, D. et al.: A comparison of „Dreamers“ and „Nondreamers“: Eye movements, EEG-s and the recall of dreams. J. abnorm. soc. Psychol. 59 (1959)
37. GROSS, J. er al.: Eye movements during emergent Stage 1 EEG in subjects with lifelong blindness. J. nerv. ment. Dis. 141(1965) 365-370
38. GÜNTHER, H.: Die Weckbarkeit während der Traumphasen. Phil. Diss., Würzburg 1972
39. HALL, C. S., und R. L. VAN DE CASTLE: The Content Analysis of Dreams. Appleton Century-Crofts, New York 1966
40. HERODOTOS: Das Geschichtswerk. Insel Verlag, Leipzig 1956
41. HOFFMANN, C.: Menstruation and the unsonscious: a content analysis of dreams. Phil. Diss., Los Angeles 1976
42. HOMER: Ilias. Verlag Phillip Reclam, Leipzig 1979
43. HOMER: Odyssee. Verlag Phillip Reclam, Leipzig 1979
44. HOPPE, K.: Die Trennung der Gehirnhälften. Psyche 29 (1975) 919-940
45. JOST, F. er al.: Zum Traumerleben im präpsychotischen Stadium. Wien. Arch. Psychol. Psychiat. Neurol. 5 (1955)
46. JOVANOVIĆ, U. J.: Schlaf und Traum. Gustav Fischer Verlag, Stuttgart 1974
47. JOVANOVIĆ, U. J.: Schlaf und vegetatives Nervensystem. In: A. STURM und W. BIRKMEYER (Hrsg.): Klinische Pathologie des vegetativen Nervensystems. Gustav Fischer Verlag, Stuttgart 1976
48. JOVANOVIĆ, U. J.: Traumforschung. In: Handbuch der Psychologie, Bd. 8, 2. Halbb., Hogrefe, Göttingen 1978
49. JUNG, R.: Neurophysiologie und Psychiatrie. In: Psychiatrie der Gegenwart, Bd. 1/1, Springer Verlag, Berlin 1967
50. JUS, K. er al.: Effects of post-hypnotic suggestions to the all-night-sleep pattern. In: SLEEP 1974, 2. European Congress of Sleep Research. S. Karger, Basel 1975
51. KANT, I.: Kritik der Urteilskraft. Felix Meiner, Leipzig 1947
52. LACHMANN, F. M.: Recall of dreams, its relation to repression and cognitive control. J. abnorm. soc. Psychol. 64 (1962) 160-162
53. LÉVITAN, H. L.: The significance of certain dreams reported by psychosomatic patients. Psychother.

- Psychosom. 30 (1978)137-149
54. LINTENER-FABIAN, M.: Deutung erotischer Träume. München 1970
 55. MACHNITZKE, E.: Das Gesetz des Vorbeiträumens und seine Bedeutung für die Psychotherapie. Phil. Diss., Erfurt 1958
 56. McCARLEY, R. W., und J. A. HOBSON.: The brain as a dream state generator: An activations-synthesis hypothesis of dream progresses. Amer. J. Psychiat. 134 (1977) 1355 bis 1348
 57. McKENZIE, N.: Träume. Keller, Genf 1970
 58. MUZIA, J. er al.: Alteration in the sleep-EEG configuration resulting from LSD, zitiert nach C. S. MOSS, The hypnotic investigation of dreams. Wiley, New York 1967
 59. PLATON: Der Staat. Verlag Philipp Reclam, Leipzig 1978

- 28 -

60. POLIKAROV, A. P., und C. B. TÖGEL: Über den adaptiven Charakter des Traums. C. R. Acad. bul. Sci. 35 (1982) 407-410
61. PÖTZL, O.: Experimentell erregte Traumbilder und ihre Beziehungen zum indirekten Sehen. Z. ges. Neurol. Psychiat. 37 (1917) H. 3/4
62. Psychologen deuten Träume. In: Prawda vom 18. 4.1971 (Russ.)
63. RAPHLING, D.: Dreams and suicid attempts. J. nerv. ment. Dis. 151 (1970) 404-414
64. RATHS, P.: Zwischen Traum und Tag. Urania-Verlag, Leipzig 1978
65. RYFF, W. H.: Traumbüchlein. Straßburg 1554, zitiert nach W. v. SIEBENTHAL, Die Wissenschaft vom Traum. Springer Verlag, Göttingen 1953
66. SCHONBAR, R. A.: Some manifest characteristics of recallers and nonrecallers of dreams. J.cons. Psychol. 23 (1959)
67. SIEBENTHAL. W. v.: Die Wissenschaft vom Traum. Springer Verlag, Göttingen 1953
68. SOSCHTSCHENKO, M.: Schlüssel des Glücks. Verlag Phillip Reclam, Leipzig 1977
69. SWANSON, E. M., und D. FOULKES: Dream content und the menstruation cycle. J. nerv. ment. Dis. 145 (1967) 358-363)
70. TART, C. T. Toward the experimental control of dreaming: A review of the literature. Psychol. Bull. 64 (1965) 81-91
71. TART, C. T.: Frequence of dream recall und some personality measures. J. cons. Psychol. 36 (1967) 467-470
72. TATIBANA, Y.: Grundtypen der Traumfarben. Tohoku. J. Psychol. 6 (1938)
73. TÖGEL, C.: Der Traum. Historisches, Philosophisches Lind Empirisches zum Thema. Phil. Diss., Berlin 1981
74. TÖGEL, C. Traum und Schizophrenie. Psychiat. Neurol. med. Psychol. 35 (1983) 479 bis 484
75. VAHLE-SCHMIDT, S.: Über Form und Inhalt des Träumens in Abhängigkeit von Diagnosen und Geschlecht. Phil. Diss., Frankfurt/M. 1973
76. VUJIC, V.: Affektive Toleranz im Traum als Zeichen der neurotischen Persönlichkeit. Wien. Z. Nervenheilk. 10 (1954)
77. WATZLAWICK, P.: Die Möglichkeit des Andersseins. Huber, Bern 1977
78. WENDT, H.: Psychotherapie und Traumgeschehen. In: H. SCHWARZ (Hrsg.), Der Schlaf in psychologischer, pharmakologischer, klinischer und soziologischer Sicht. Gustav Fischer Verlag, Jena 1972
79. WIPPERMANN, G. Über Schlaf und Traum. Verlag Volk und Gesundheit, Berlin 1963
80. ZIEGLER, A. J.: Der pathognomische Traum. Ther. Umsch. 24 (1967) 356-359