

Christfried Tögel

Zur Vorgeschichte dieses Büchleins

Ein aktuelles Vorwort

1978 wurde ich „Aspirant“ an der Sektion Psychologie¹ der Humboldt-Universität Berlin, d. h. ich durfte nach dem Diplom eine Doktorarbeit beginnen. Ich wählte als Gegenstand meiner Dissertation das Thema „Traum“. Der damalige Direktor des psychologischen Instituts war Friedhart Klix, ein international bekannter und geachteter Psychologe. Er teilte mir im Frühjahr 1979 in einem Schreiben mit, daß der Traum nicht zum Gegenstandsbereich der Psychologie gehöre² und ich mir ein anderes Thema suchen solle.

Allerdings wollte ich den Traum nicht so schnell aufgeben und ging mit dem Schreiben von Professor Klix zum Rektor der Humboldt-Universität. Das war damals Helmut Klein, ein Pädagoge, der damals begann, sich mit Begabtenförderung zu beschäftigen. Ich fragte ihn, was ich in dieser Situation – „planmäßiger Aspirant“, aber Thema nicht zugelassen – tun solle. Klein fragte mich als erstes, ob ich Probleme mit Klix habe – oder er mit mir. Das mußte ich ehrlicherweise bejahen, denn es gab zwei konkrete Anlässe:

1. Im Herbst 1976 hatte ich versucht, Wolf Biermann ins Psychologische Institut einzuladen. Der Zeitpunkt für diese Kontaktaufnahme war – ohne meine Absicht – unglücklich gewählt: Am 12. November 1976, einen Tag vor Biermanns Kölner Konzert, das zur Ausbürgerung führte, klingelte ich an seiner Wohnungstür in der Chausseestraße 131. Biermann war bereits in Köln, aber seine Mutter öffnete mir. Sie erzählte mir, daß sie eigentlich in Hamburg DKP-Mitglied sei und sie während der Abwesenheit ihres Sohnes die Blumen gieße. Ich solle doch in der nächsten Woche wiederkommen, da sei er zurück. Biermann wurde aber wegen seines Konzerts ausgebürgert und konnte nicht in die DDR zurück. Mein Besuch wurde jedoch von der Stasi dokumentiert, und Klix wurde tags darauf zu Kurt Hager³ in Politbüro gerufen, um sich wegen meines Besuches zu rechtfertigen. Diese zweifelhafte Ehre hat auch nicht dazu beigetragen, mir sein besonderes Wohlwollen zu sichern.⁴

2. Ein Jahr später, im Herbst 1977, fand auf Schloß Rheinsberg eine Tagung des Psychologischen Instituts statt. Am Abschlußtag schlug Klix vor, daß wir die letzten zwei Stunden vor der Abreise zu einer Diskussion über interessante psychologische Probleme nutzen sollten. Das Prozedere war folgendes: Jeder Teilnehmer konnte ein Thema vorschlagen, über das dann abgestimmt wurde. Ich schlug das Thema „Traum“ vor, das auch die meisten Stimmen bekam. Klix sprach in seinem Tagungsschlußwort dann folgende Bitte aus: „Man möge an der Sektion bitte nicht erzählen, daß wir hier über Traum diskutiert haben“.

Zurück zu meinem Gespräch mit dem Rektor der Humboldt-Universität, der mir nach meiner Erzählung folgenden Vorschlag machte: „Gehen Sie doch mal zu Karl-Friedrich Wessel, wenn der das Thema akzeptiert, dann können sie bei ihm promovieren.“ Karl-Friedrich Wessel hatte damals den Lehrstuhl für „Philosophische Probleme der Naturwissenschaften“ inne. Er erbat sich ein Exposé meiner geplanten Dissertation und gab mir nach zwei Wochen grünes Licht.⁵

¹ So hieß das Psychologische Institut damals.

² Siehe dazu die Glosse im Anhang.

³ Kurt Hager war im Politbüro für Kultur- und Bildungspolitik zuständig und galt als Chefideologe der SED.

⁴ Allerdings habe ich es wohl Klix zu verdanken, daß ich von seiten „staatlicher Organe“ keinerlei Repressionen wegen meines Besuches in Biermanns Wohnung ausgesetzt war.

⁵ Bei Karl-Friedrich Wessel habe ich 1988 auch meine „Dissertation B“ (Habilitationsschrift) zum Thema „Philosophische, historische und wissenschaftstheoretische Aspekte der Entstehung, Entwicklung und Rezeption der klassischen Psychoanalyse“ verteidigt [[https://de.wikipedia.org/wiki/Karl-Friedrich_Wessel_\(Philosoph\)](https://de.wikipedia.org/wiki/Karl-Friedrich_Wessel_(Philosoph))]. Er hat mit seiner Offenheit auch ideologisch schwierigen Themen gegenüber vielen jungen Wissenschaftlern Mut gegeben und ein wissenschaftliches Forum zur Verfügung gestellt.

So wechselte ich als Doktorand von den Psychologen zu den Philosophen. Ich mußte noch das Staatsexamen in Philosophie ablegen und im Sommer 1981 verteidigte ich erfolgreich meine Dissertation zum Thema „Der Traum. Historische, philosophische und empirische Aspekte zum Thema“⁶.

1983 bekam ich ein Schreiben vom Deutschen Verlag der Wissenschaften, ob ich nicht meine Dissertation im Rahmen der Reihe „Psychologie populär“ veröffentlichen wolle. Ich sagte zu, bat mir aber noch Zeit aus, um den Text zu bebildern und die Themenbereiche „Parapsychologie“ und „Traum und Kunst“ auszubauen. 1985 habe ich das Manuskript abgeliefert, allerdings dauerte es dann noch fast zwei Jahre bis zum Erscheinen.⁷ Es war das erste Buch über den Traum, das seit Gründung der DDR erschienen war.

⁶ Die empirischen Untersuchungen konnte ich dank des Entgegenkommens des damaligen Direktors der Nerven-
klinik der Charité, Karl Seidel, an den Patienten der Psychotherapieabteilung der Nerven-
klinik durchführen.

⁷ Ich erinnere mich nicht mehr, welche Gründe zu dieser Verzögerung geführt haben. Auf jeden Fall ist mein
Manuskript ohne jegliche inhaltlichen Eingriffe vom Verlag akzeptiert worden.

Christfried Tögel

Traum und Psychologie. Eine autobiographische Glosse⁸

Obwohl von Hause aus Psychologe, beschäftige ich mich mit dem Traum. Das kam daher, daß es mir nicht gelang, den „Traum“ als außerpsychisches Phänomen zu identifizieren. Diese meine Identifikationsunfähigkeit führte zu einer unzulässigen Erweiterung des Gegenstandsbereichs der Psychologie. Zwar tröstete ich mich mit der Tatsache, daß schon andere – z. B. Sigmund Freud – diesen Fehler gemacht hatten, doch suchte ich seine tieferen Ursachen zu ergründen. Ich fand sie in der hausbackenen Illusion der sinnlichen Gewißheit (Hegel), die uns jeden Morgen aufs neue glauben läßt, wir hätten geträumt.

Aber was passiert in der Nacht wirklich? Ich z. B. habe gestern Nacht in einer Spielbank in Leipzig 1 Million Dollar gewonnen. Meine Frau behauptet zwar, das könne nicht stimmen, da wir zur fraglichen Zeit in der Metropolitan Opera in New York gewesen seien, aber ich ließ mich durch diesen scheinbaren Widerspruch nicht irre machen.

Dieses kleine Beispiel zeigt eindeutig, daß das eigentliche Problem nicht das hypothetische Konstrukt „Traum“ ist, sondern in den ungeklärten Fragen liegt:

1. Wie kam ein Mensch gleichzeitig an zwei verschiedenen Orten sein, und
2. wie kommt es, daß man sich in der Regel jeden Morgen – manchmal sogar erheblich vom Ort des nächtlichen Geschehens entfernt – in seinem Bett erwacht?

Daß die Klärung dieser Fragen kein psychologisches, sondern ein physikalisches Problem ist, liegt auf der Hand. Der Schlüssel zu seiner Lösung dürfte in einer bisher unbekannten Eigenschaft der raum-zeitlichen Struktur der Materie liegen, die es (menschlichen) Körpern mit einer erheblichen Ruhemasse (in einzelnen Fällen bis 150 kg) ermöglicht, große Distanzen in einer von Null nicht wesentlich verschiedenen Zeit zurückzulegen.

Erst wenn dieses Problem gelöst ist, kann die Psychologie ansetzen, ja sie muß es sogar. Es entsteht nämlich die Frage, wie es möglich ist, daß z. B. die großen Ortsveränderungen während der Nacht nicht im individuellen Gedächtnis gespeichert werden, oder anders ausgedrückt, wieso man sich nicht daran erinnert, wie man von New York wieder in sein Bett nach Berlin gekommen ist.

Mit einer kleinen Zusatzannahme läßt sich diese Frage leicht beantworten: Geht man davon aus, daß z. B. die Strecke New York – Berlin mit dreifacher Lichtgeschwindigkeit zurückgelegt wird – was entsprechend der speziellen Relativitätstheorie eine imaginäre Masse zur Folge hat –, so bedeutet das einen maximalen Zeitraum von 0,001 Sekunden. Da das menschliche Gedächtnis aber nicht in der Lage ist, mehr als 0,025 bit je 0,001 Sekunden zu speichern (vgl. Klix: Information und Verhalten, 1971), 0,025 bit aber noch keine Information darstellen, ist völlig klar, daß die Ortsveränderung nicht im Gedächtnis gespeichert werden kann.

Wer nach diesen, mit wissenschaftlichen, d. h. mathematischen Mitteln vorgetragenen Argumenten noch an der Illusion des Traums festhält, erliegt lediglich dem Schein und überkommenen Vorstellungen von endlichen Geschwindigkeiten und realen Massen. Die psychologische Gedächtnisforschung hat diese Vorstellungen jedoch längst ad absurdum geführt.

⁸ Ich habe diese Glosse im Frühjahr oder Sommer 1980 geschrieben, unter dem Eindruck von Friedhart Klix' Bemerkung, der Traum gehöre nicht zum Gegenstandsbereich der Psychologie.

VEB Deutscher Verlag der Wissenschaften, Berlin 1987, mit 41 Abbildungen

Einführung

Der Traum ist eine Realität, die jeder nächtlich an sich erfährt. Die Möglichkeiten, mit dieser Realität umzugehen, sind vielfältig: Man kann sie z. B. vergessen und behaupten: Ich träume nie. Man kann aber auch das ganze Leben nach seinen Träumen ausrichten. Das war im Alten Orient weitverbreitet.¹ Schließlich kann man Träume auch zum Gegenstand der Wissenschaft machen. Der Weg bis dahin und die wichtigsten Ergebnisse der „Wissenschaft vom Traum“ sind Gegenstand dieses Büchleins.

Dabei werden wir immer wieder auf Fragen stoßen, die das Verhältnis von Phantasie und Realität berühren: Sind Träume nur Schäume, wie es ein Sprichwort wissen will, oder besteht zwischen ihrer Einbildungskraft und der Wirklichkeit ein Zusammenhang? Wo nimmt der Traum sein Material her? Kann die Traumphantasie wissenschaftliche Probleme lösen? Wieso ist die Widerspiegelung der Wirklichkeit im Traum manchmal so verzerrt?

Auf diese und viele weitere Fragen hat die Traumforschung zu antworten versucht. Die meisten dieser Antworten sind nur vorläufig und in der Regel heiß umstritten. Und sicher werden wir niemals endgültige Auskünfte über alle uns im Zusammenhang mit unseren Träumen interessierenden Fragen bekommen. Hier können lediglich verschiedene Ergebnisse der Traumforschung und Ansätze zur Erklärung des Wesens der Träume dargestellt werden.

Versuche, das Phänomen „Traum“ zu erklären, gibt es spätestens seit der Antike. Schon damals hatten sich die Leute gefragt, was es mit besonders blutrünstigen oder mit sexuellen Träumen auf sich habe, ob man für im [8] Traum begangene Verbrechen verantwortlich sei, ob bestimmte Traum Inhalte durch äußere Reize hervorgerufen werden können und vieles andere mehr. Die Vorgeschichte der Traumforschung, d. h. die Entwicklung der Auffassungen vom Traum vom Altertum bis ins 19. Jahrhundert, ist Gegenstand des ersten Kapitels.

Sigmund Freud und seiner psychoanalytischen Traumtheorie ist ein eigenes Kapitel gewidmet. Er war es, der der gängigen Auffassung der Medizin und Psychologie seiner Zeit, der Traum sei lediglich eine Zuckung des sonst schlafenden Seelenlebens bzw. bestehe aus sinnlosen Impulsen von Nervenzellen, den Kampf angesagt hatte. Sein Buch „Die Traumdeutung“ wurde zum Ausgangspunkt der modernen Traumforschung, sei es durch Vertreter der Psychoanalyse, die Freuds Lehre weiterentwickelten, oder durch seine Gegner, die die von ihm aufgestellten Hypothesen zu widerlegen suchten. Auch heute noch kann kein Wissenschaftler, der sich ernsthaft mit dem Traum beschäftigt, an Freuds Buch vorbei.

Neben Freuds Traumtheorie werden wir uns einige der einflußreichsten und interessantesten modernen Traumauffassungen ansehen, u. a. die von Jovanovic, von Koukkou und Lehmann, die die von Freud behaupteten Mechanismen des Traumgeschehens durch neuere Forschungsergebnisse erklären. Erwähnen werden wir auch die Hypothesen von Nobelpreisträger Francis Crick, der im Traum einen für die Evolution des menschlichen Gehirns entscheidenden Faktor sieht.

Besondere Aufmerksamkeit werden wir natürlich den Fragen widmen, die im Mittelpunkt der experimentellen Traumforschung stehen: Wann träumt man, wie oft träumt man, was träumt man, kann man Träume künstlich hervorrufen, träumt man farbig, warum erinnert man sich häufig nicht an seine Träume, wie steht es mit der Weckbarkeit aus dem Traum, was sind Alpträume, gibt es geschlechtsspezifische Traummuster, was passiert, wenn man das Träumen mit Gewalt verhindert usw.

¹ Auch heute gibt es noch Eingeborenenstämme in Ozeanien und Südamerika, die ihr Handeln wesentlich von Träumen bestimmen lassen.

Doch wird dieses Büchlein auch einige andere Pro-[9]bleme ansprechen, so z.B. die Frage nach Problemlösungen im Traum. Wir werden einige aus der politischen und der Wissenschaftsgeschichte bekannte Fälle betrachten und sehen, wie z. B. Kekulé zur Entdeckung der Ringstruktur des Benzols kam oder wie dem Ägyptologen Brugsch unklare Textstellen in Hieroglyphen im Traum klar geworden sind. Natürlich interessiert uns hier besonders, wie diese Problemlösungen ohne Zuhilfenahme übernatürlicher Kräfte erklärt werden können. Eben solche übernatürlichen Kräfte macht die Parapsychologie für angeblich prophetische und telepathische Träume verantwortlich. Auf welcher Grundlage solche Behauptungen aufgestellt werden, wollen wir im Kapitel „Traum und Parapsychologie“ untersuchen. Und dann kommt auch noch die Praxis zu Wort, speziell das Problem der Verwendung von Träumen in Diagnose und Therapie von neurotischen und psychotischen Erkrankungen.

Im Kapitel „Traum und Kunst“ wird der Leser auf Werke der Dichtung, der Malerei und des Films hingewiesen, in denen das Traummotiv eine besondere Rolle spielt. Dabei begegnen wir den Namen von Homer und Goethe, Rembrandt und Raffael, Bunuel, Bergman, Chaplin ...

Am Schluß dieses Büchleins stehen einige Überlegungen zu philosophischen Fragen der Traumforschung, speziell die Frage nach dem Verhältnis von Traum und seinen physiologischen Begleiterscheinungen.

Bleibt noch die Frage: Wozu das alles? Was rechtfertigt den großen Forschungsaufwand, die Einrichtung von ganzen Traumlaboratorien, die Publikation von Tausenden von Büchern über den Traum, Kongresse, Symposien ...? Ist es lediglich das Interesse der Menschen an einem rätselhaften Phänomen oder steckt mehr dahinter? Wir wollen uns hier mit der Andeutung begnügen, daß das Träumen lebenswichtig zu sein scheint. Viele Forschungsergebnisse deuten darauf hin, daß die künstliche Verhinderung des Träumens zu ernsthaften Störungen der Gesundheit des Menschen führt. Im Kapi-[10]tel „Was wissen wir heute über den Traum“ werden wir auf dieses Problem näher eingehen. Und noch etwas: Mit zunehmendem Eindringen in das Wesen des Traums wachsen auch die Möglichkeiten seiner praktischen Ausnutzung. Das gilt nicht nur für die Psychotherapie, sondern auch für solche Gebiete wie die Raumfahrt: Die Träume der Kandidaten für Raumflüge sind ein wichtiges Auswahlkriterium für sowjetische Kosmonauten (vgl. Prawda vom 18. April 1971).

Und so zeigt sich, daß die Beschäftigung mit dem Traum uns ständig begleitet: von den Anfängen menschlicher Kultur bis zu ihren jüngsten Errungenschaften.

Der Traum in der Vergangenheit: Vom Gilgamesch-Epos bis zu Alfred Maurys Guillotine-Traum

*In den Wissenschaften ist es höchst
verdienstlich, das unzulänglich
Wahre, was die Alten schon besessen,
aufzusuchen und weiterzuführen.*

Johann Wolfgang von Goethe

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. Über die Einstellung der Menschen vorgeschichtlicher Zeit zu ihren Träumen wissen wir so gut wie nichts und sind auf Untersuchungen an Primitivkulturen angewiesen, von denen wir annehmen, daß sie auf etwa gleicher Entwicklungsstufe stehen, wie unsere Vorfahren vor vielleicht 30.000 Jahren. Auf Grund solcher Untersuchungen vermutete Friedrich Engels, daß die Grundfrage der Philosophie, die Frage nach dem Verhältnis von Denken und Sein, ihre Wurzel in der Verwunderung des noch wilden Menschen über seine Traumercheinungen habe. In seiner Schrift „Ludwig Feuerbach und der Ausgang der klassischen deutschen Philosophie“ schreibt Engels, daß die Menschen eben durch Träume zu der Vorstellung gekommen seien, daß ihr Denken und Empfinden nicht eine Tätigkeit ihres Körpers sei, sondern einer besonderen, in diesem Körper wohnenden und ihn beim [12] Tode verlassenden Seele. „Seit dieser Zeit mußten sie über das Verhältnis dieser Seele zur äußern Welt sich Gedanken machen“ (Engels 1981, S. 274).

Jahrtausendlang spielten Träume im Denken und Handeln der Menschen eine wichtige Rolle. Erste zuverlässige Zeugnisse über die Rolle des Traums im öffentlichen und privaten Leben der Menschen stammen aus Mesopotamien: „Es ruht Enkidu, Traumbilder schaut er.

Es erhob sich Enkidu, erzählt seine Träume und spricht zu Gilgamesch also: ...“ (Burckhardt 1958, S. 35).



Tafel 5 des Gilgamesch-Epos

Das ist eine der wohl schönsten Stellen des Gilgamesch-Epos, das die Heldentaten des Stadtkönigs von Uruk, Gilgamesch, erzählt. Es ist einer der ältesten uns bekannten Berichte über eine historische Figur (Gilgamesch lebte vor etwa 4700 Jahren). Gleichzeitig ist es [13] die älteste uns bekannte Folge von Träumen, ja der älteste Bericht von Träumen überhaupt. Die ersten sieben der insgesamt zwölf Tafeln des Epos 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.

Ebenfalls voll von Träumen ist das Heldengedicht von Uruk, das auch auf Ereignisse aus dem Beginn des 3. Jahrtausends v. u. Z. zurückgeht. Der sechste Gesang des Gedichts endet mit folgenden Zeilen:

„Die Helden schlafen nachts auf ihren Ruhebetten, im Schlaf hat Ea-ibni einen Traum.

Da aber Ea-ibni erwachte, deutete er seinen Traum und sprach ...“ (Lenormant 1878, S. 124).

Leider ist die siebente Tafel des Heldengedichts verlorengegangen, so daß wir nichts über die Deutung dieses Traums wissen.

Eine sumerische Inschrift aus der gleichen Zeit läßt auch unzweifelhaft erkennen, daß die Träume damals als Auftrag des Gottes verstanden wurden. Die Inschrift berichtet, daß dem Priesterfürsten von Lagas, Gudea, ein Traum dahingehend gedeutet wird, daß er einen Tempel für seinen Hauptgott Ningirsu bauen soll.



Gudea, Priesterfürst von Lagas
[S. 14]

Es war aber keineswegs so, daß Träume immer bloß angenehme Ereignisse ankündigten, wie etwa den Erfolgreichen Ausgang des Kampfes zwischen Gilgamesch und Chumbaba, sondern es war durchaus möglich, daß man auch unheilverkündende Träume hatte. Es ist deshalb verständlich, daß die Menschen damals ausgesprochene Angst vor ihren Träumen hatten, da sie unter Umständen ja Unangenehmes ankündigen konnten. Aus diesem Grunde gab es eigens Gebete um gute Träume, wie etwa das folgende:

„Den Traum, den ich träumen werde, – daß er vernünftig sei. Den Traum, den ich träumen werde, – daß er wahrhaft sei.

[15] Den Traum, den ich träumen werde, – laß ihn ausfallen zu meinem Guten.

Makhir der Traumgott möge walten über meinem Haupte“ (Lenormant 1878, S. 131).

Es war in Babylon keineswegs so, daß die Bedeutung der Träume auf Stadtkönige, Priesterfürsten und andere hochgestellte Persönlichkeiten beschränkt war. Im Gegenteil: Wenn jemand eine wichtige Sache plante, ging er zuvor zu seinem Traumdeuter und ließ sich seine Träume auslegen. Erst wenn dieser einen glücklichen Ausgang der Unternehmung verhieß, entschloß man sich, sie in Angriff zu nehmen. Die Frauen z. B. begaben sich in den

Tempel der Zirponit mit der Absicht, prophetische Träume zu haben, die sie dann deuten lassen konnten. Außerdem war es weit verbreitet, Träume durch narkotische Getränke und betäubende Dämpfe zu stimulieren.



Teil des hieratischen Traumbuchs (Chester Beatty III Papyrus)
[S. 16]

Einen ähnlich bedeutenden Platz wie in Babylon nahm der Traum im privaten und öffentlichen Leben Ägyptens ein. Die Quellen über Bedeutung und Einfluß des Traums im Nilland reichen allerdings nicht so weit zurück wie in Mesopotamien. Die bekannteste Sammlung von Träumen ist das sogenannte hieratische Traumbuch, das etwa um 1150 v. u. Z. niedergeschrieben wurde, dessen Text aber auf die Zeit aus dem Mittleren Reich (2040-1650 v. u. Z.) zurückgeht. Die ältesten Traumberichte finden sich jedoch in den ägyptischen Königsnovellen aus dem Beginn des 2. Jahrtausends.



Gesamtbild des Sphinx [S. 17]

In dieser Zeit verschmolz der frühere Reichsgott Re allmählich mit dem aus Theben kommenden Amun zu Amun-Re. Seit Amenophis II. (1450-1405 v. u. Z.) gab dieser Gott zuweilen seinen Willen durch einen Traum bekannt. Aber auch andere Götter benutzten den Traum als Informationsträger, so der Sonnengott Harmachis bei Thutmosis IV., dem Sohn von Amenophis II.: Noch als Prinz jagte Thutmosis IV. bei den Pyramiden von Giseh und legte sich von der Jagd ermüdet in den Schatten des Sphinx. Im Traum erschien ihm der Sonnengott, als des-[18]sen Verkörperung der Sphinx galt, und forderte ihn auf, sein von Wüstensand umgebenes Bild freizulegen. Als Lohn versprach er ihm die Königsherrschaft. Als Thutmosis erwachte, schwor er, den Wunsch Harmachis' zu erfüllen. Als er König wurde, ließ er den Sphinx freilegen und befahl, das Ereignis auf einer Tafel festzuhalten. Eine spätere Version dieser Geschichte wurde von den Priestern des Palastes auf einem Granitarchitrav eingegraben und zwischen den Vorderpranken des Sphinx aufgestellt.



Granitarchitrav zwischen den Vorderpranken des Sphinx mit dem Traum von Tutmosis IV.

Weitaus bedeutsamere Folgen hatte ein Traum Merenptahs (1224-1204 v.u.Z.), des Nachfolgers von Ramses II. Merenptah träumte, daß der Gott Ptah ihm er-[19]schien, ihn aufforderte, keine Furcht mehr zu haben, und ihm ein Schwert in die Hand gab. Für Merenptah war das die Aufforderung, gegen die Libyer zu ziehen, und für dieses Unternehmen rechnete er nun mit dem Beistand des Gottes. Zwei Wochen später besiegte er dann tatsächlich die Libyer in einer sechstündigen Schlacht. Im 8. und 7. Jahrhundert v. u. Z. erreicht die Entwicklung und Ausbreitung der Traumdeutung dann ihren Höhepunkt. Der Glaube an die prophetische Kraft der Träume beeinflusste die politischen Ereignisse in einer Weise, die man nicht für mög-

lich halten sollte, wäre sie nicht durch amtliche Urkunden der damaligen Zeit festgehalten worden.² Diese Urkunden entstanden dadurch, daß die zeitgenössische Geschichtsschreibung nicht nur die geschichtlichen Ereignisse, sondern auch die sie ankündigenden Träume festgehalten hat. Die bedeutendsten durch Träume „beeinflußten“ politischen Ereignisse dieses Zeitraums wollen wir hier erwähnen:

etwa 700 v. u. Z.:	Der Äthiopier Schabaka, seit 712 ägyptischer Pharao, wird von einem Traum bewegt, Ägypten zu verlassen.
etwa 690 v. u. Z.:	Der Nachfolger Schabakas, Schabataka (bei Herodot heißt er Sethon), wird durch einen Traum ermuntert, gegen das Heer des assyrischen Königs Sanherib zu ziehen, das die Ägypter im Jahre 705 geschlagen hatte. [20]
etwa 670 v. u. Z.:	Der Lydierkönig Gyges wird durch einen Traum zur freiwilligen Anerkennung der assyrischen Oberherrschaft bewogen.
etwa 660 v. u. Z.:	Der äthiopische Fürst Tanwet-amani wird durch einen Traum angespornt, Ägypten von den Assyriern zurückzuerobern. Er nimmt Memphis ein und löst damit einen Gegenzug Assurbanipals aus, der ihm bis Theben folgt.
645 v. u. Z.:	Assurbanipal führt einen Krieg gegen den Elamiterkönig Te-Umman, weil ein Traum ihm einen glänzenden Sieg verheißt, den er dann auch tatsächlich erringt.

Niemals mehr in der Geschichte der Menschheit ist dem Traum eine solche Bedeutung zuerkannt worden; niemals mehr haben politisch Handelnde ihren Träumen erlaubt, sich dermaßen in ihre Entscheidungen einzumischen. Letzter Ausdruck der Macht der Träume in der Politik ist der von Herodot berichtete Umstand, daß Xerxes sich durch Träume bestimmen ließ, die Eroberungskriege seines Vaters gegen Griechenland fortzusetzen. Allen hier angeführten Beispielen, die für den Alten Orient typisch sind, ist eines gemeinsam: Im Traum äußert sich die jeweilige Gottheit, d. h., der Traum ist göttlichen Ursprungs. Besonders schön illustriert wird dieser Glaube an die göttliche Herkunft der Träume durch einen Denkstein mit griechischer Inschrift und dem ägyptischen Stier, auf dem zu lesen ist: „Ich deute Träume, da ich einen Auftrag des Gottes habe, mit gutem Glück. Ein Kreter ist es, der dies deutet.“ Der auch in diesem „Werbeplakat“ zum Ausdruck kommende Glaube ist im Denken des Altertums – von Gilgamesch bis Xerxes so [21] tief verwurzelt, daß er wissenschaftliche Erklärungsansätze überhaupt nicht zuläßt. Versuche, das Wesen des Traums ohne Zuhilfenahme von Göttern zu erklären, treten erstmals gehäuft in der griechischen Antike auf. Allerdings ist der Übergang von den Auffassungen der Babylonier, Ägypter oder Perser zu denen der Griechen nicht sprunghaft. Noch bei Homer sind Träume „Boten der Götter“; ähnliche Ansichten finden sich auch bei den anderen großen Dichtern Griechenlands, und Hesiod bezeichnet Träume als in der „Unterwelt hausende Kinder der Nacht“. Noch zu Zeiten Alexanders des Großen werden in schwierigen Fällen Träume zu Rate gezogen, und Alexander selbst hatte einen Wahrsager, dem er z. B. während der Belagerung von Tyros seine Träume mitteilte. Ein Mitstreiter Alexanders, Smataw-Tefnacht, ließ in Herakleopolis eine Stele aufstellen, auf der der Traum eingegraben ist, der ihn bewog, nicht mehr an den Kämpfen Alexanders teilzunehmen, sondern in seine Heimatstadt zurückzukehren.

Besonders deutlich wird der fließende Übergang von der religiösen zur wissenschaftlichen Auffassung in der Medizin. Bis ins 5. Jahrhundert v. u. Z. spielte sich die Krankenbehandlung in Griechenland vorwiegend in den Tempeln des Asklepios (griechischer Gott der Heilkunst)

² Es ist natürlich klar, daß sich der Verlauf der Geschichte nicht nach den Träumen einzelner Herrscher richtet, jedoch können sich die Träume nach dem Verlauf der Geschichte richten und so den Anstoß zu einer bereits im politisch Handelnden herangereiften Entscheidung liefern (vgl. dazu auch S. 94 ff. und S. 107 ff.).

ab. Die Hauptbehandlungsmethode war der Tempelschlaf. Der Kranke schlief mehrere Nächte zu Füßen des Götterbildes. Während dieser Nächte sollte ihm Asklepios im Traum erscheinen und die für die Behandlung geeigneten Mittel angeben. Der Traum wurde dann von den Priestern gedeutet. Das geschah folgendermaßen: Sie brachten die angeblichen Anweisungen des Asklepios mit dem in Übereinstimmung, was ihrer Meinung nach für den Patienten von Vorteil schien. Sie benutzten also das religiöse Ritual und steuerten ihre medizinischen Kenntnisse bei.



Inschrift der Traumstele Smataw-Tefnacht [S. 22]

Mit der Herausbildung der Philosophie in Griechenland finden sich dann auch erste wissenschaftliche und psychologische Erklärungsansätze zu Herkunft und Wesen des Traums. Die ersten Philosophen, die gleichzeitig [23] auch Wissenschaftler waren, befreiten sich allmählich aus der Abhängigkeit vom Mythos und verwarfen alle Traditionen, die der Erkenntnis im Wege standen. Die Tradition war aber Homer und Hesiod! Es muß deshalb als revolutionär bezeichnet werden, wenn Xenophanes die beiden großen Dichter kritisiert und Heraklit von Hesiod behauptet, daß er weder Tag noch Nacht kenne.

Genau in dieser Zeit der einsetzenden Kritik an der Tradition lebte Pythagoras (580-497 v. u. Z.). Er war einer der ersten Philosophen, die sich zum Thema Traum geäußert haben. In seiner Auffassung spiegelt sich der Übergang vom Mythos zur Wissenschaft sehr schön wider: Einerseits war Pythagoras der Meinung, daß schwere Träume durch schlechte Speisen verursacht werden können, andererseits hielt er aber an der Möglichkeit des göttlichen Ursprungs der Träume fest.

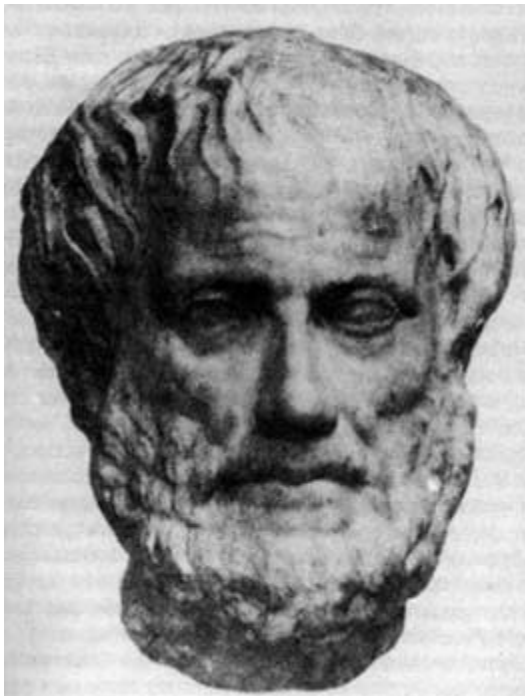
Heraklit (550-480 v. u. Z.) war der erste, der den Zusammenhang zwischen individuellem Gedächtnis und Traum erkannte. Nach seinen Worten haben die Wachenden eine einzige und gemeinsame Welt, doch während des Schlafs wendet sich jeder von dieser ab und seiner eigenen zu.

Interessant sind auch die Überlegungen von Empedokles (492-432 v. u. Z.), der der Meinung war, daß sich der Mensch in seinen Träumen nicht anders verhalte als im Wachzustand; ein und derselbe Mensch könne sich nicht auf zwei verschiedene Weisen verhalten.

Das erste größere Traumbuch hinterließ Antiphon (480-411 v. u. Z.). Darin lehnte er das Zustandekommen der Träume durch übernatürliche Kräfte prinzipiell ab. Herodot (484-424 v. u. Z.), der Vater der Geschichtsschreibung, berichtet in seinem Geschichtswerk viele Träume, u. a. die oben erwähnten Träume des Xerxes. An einer anderen Stelle legt er Atabenes, Xerxes' Onkel, folgende Worte in den Mund: „Gewöhnlich sind es Dinge, die man am Tage gedacht hat, die einem im Schlafe wieder vorkommen“ (Herodot VII, 16). Die Ausarbeitung dieser Hypothese nimmt in der gegenwärtigen Traumforschung einen breiten Raum ein.

[24] Die Abhängigkeit der Träume von der Wahrnehmung und ihrer Reproduktion erkannte als erster Demokrit (460-370 v. u. Z.). Er glaubte, daß der Traum durch das Herandringen von Abbildern entsteht, die sich von den Gegenständen lösen.

Hippokrates (460-377 v. u. Z.), der große Arzt, nimmt dann bereits einige Gedanken vorweg, die erst in der neueren Zeit wieder auftauchen. So nahm er z. B. an, daß sich im Traum nur Instinkte kundtun können, die im betreffenden Menschen selbst „drinstecken“. Diese Hypothese wurde Ende des 19. Jahrhunderts durch den italienischen Traumforscher Sante de Sanctis bekräftigt. Hippokrates wichtigster Beitrag zur „Wissenschaft vom Traum“ ist jedoch die Differenzierung der bereits durch Pythagoras angedeuteten Reiztheorie: Er nahm an, daß feinste, im Wachen unbemerkte Körperreize im Traum verstärkt auftreten und sich in entsprechenden Bildern kundtun; träumt man z. B. häufig von Wasser, so deute das auf eine Blasenstörung hin. Zu einem anderen interessanten Aspekt des Träumens äußerte sich Plato. Er schrieb, daß einem jeden von uns eine gefährliche, wilde und ordnungswidrige Art von Begierden innewohne, die sich häufig in Träumen äußern. Plato betrachtete also unsere Träume als Schauplatz derjenigen Triebe, die im Wachen nicht zum Durchbruch kommen. Das Problem der Verantwortlichkeit für solche Träume hat später besonders Augustinus, Nietzsche und Freud beschäftigt.



Aristoteles

Die umfassendste und bis heute in mancher Hinsicht unübertroffene „Traumtheorie“ stammt von Aristoteles (384-322 v. u. Z.). Er versteht den Traum als das Seelenleben während des Schlafs und erklärt damit den Traum als psychologisches Phänomen. Für die häufige Beobachtung, daß der Träumende sich treffsicherer als krank erlebt als der Wachende, gibt Aristoteles eine Erklärung, die zwar schwer beweisbar, aber bis heute von keiner stichhaltigeren abgelöst werden konnte: Er nahm an, daß schwache Reize, die von einem kranken Organ ausgehen, im Traum in voller Wirkung erscheinen, weil sie [25] sich im Wachen wegen der stärkeren Tageseindrücke nicht bemerkbar machen können. Außerdem legte sich Aristoteles als erster die Frage vor, ob die Schlafenden immer träumen und sich nur nicht immer erinnern, eine Frage, die erst in den sechziger Jahren unseres Jahrhunderts eine endgültige Antwort fand. Der große und vielseitige Wissenschaftler beobachtete auch, daß einem im Schlaf oft etwas sagt, daß das Erscheinende nur ein Traum ist. Damit ist zum ersten Mal das

Problem des [26] Traumbewußtseins angesprochen, das bis heute von starkem Interesse ist und besonders im Zusammenhang mit den sogenannten „Klarträumen“ vielfältigen Experimenten unterzogen wird. Und schließlich war es auch Aristoteles, der zuerst Beobachtungen über rasche Augenbewegungen während des Schlafs niederschrieb. Ihm war aufgefallen, daß schlafende Jagdhunde solche schnellen Augenbewegungen aufweisen. Daraufhin nahm Aristoteles an, daß Tiere höherer Arten träumen. Heute werden diese Augenbewegungen als „Rapid Eye Movements“ (REM) bezeichnet und sind zur Grundlage der physiologisch orientierten Schlaf- und Traumforschung geworden.

Neben den bisher genannten Männern gibt es natürlich noch viele andere, die sich zum Traum geäußert haben, so Anaxagoras, Epikur, Polystratos, Lukrez, Seneca, Galen, Artemidor, Ter-

tullian; uns kam es jedoch lediglich darauf an, den wesentlichen Unterschied zu den Auffassungen des Alten Orients herauszuarbeiten, der eben durch das wissenschaftliche Erklärungs-bemühen der Antike charakterisiert ist. Die im Vergleich zu Babylon und Ägypten differenzierte Auseinandersetzung mit dem Traum ist nicht zuletzt die Folge des hohen Entwicklungsstandes einer Philosophie, in der das Leib-Seele-Problem einen breiten Raum einnimmt.

Zum Abschluß des Überblicks über die Traumfassungen der Antike seien gleichsam als Kuriosum noch zwei Römer erwähnt: Cicero stand dem Sinn der Träume überhaupt skeptisch gegenüber. Seiner Meinung nach würden die Götter sich eher an einen Wachen und Hellhörigen wenden als an einen Schnarchenden. Augustus dagegen nahm Träume so ernst, daß er ein Gesetz erließ, jeder, der etwas über den Staat träume, habe dies auf dem Marktplatz öffentlich bekanntzumachen.

Nach dem Zusammenbruch des weströmischen Reiches sanken die von Germanen und Slawen eroberten Gebiete fast wieder auf das Niveau des Analphabetismus zurück, so daß die intellektuellen Leistungen der Antike so gut wie in Vergessenheit gerieten. Ausnahmen [27] waren die Klöster und die Spitzen der geistlichen Hierarchie. Die Kirche wurde dann auch Ausgangspunkt der sich langsam wieder entwickelnden Philosophie und Wissenschaft, nun aber unter neuem Vorzeichen: Sowohl Philosophie als auch Wissenschaft wurden als Vorbereitung auf die Theologie betrieben. Das Erkenntnisstreben ging nicht von der Natur aus und versuchte die Wirklichkeit theoretisch zu bewältigen, sondern suchte die Wahrheit in der Bibel und der Interpretation antiker Schriften.



Augustinus [S. 28]



Albert der Große [S. 29]

Unter diesen Umständen ging es der Wissenschaft vom Traum wie den meisten anderen Wissenschaften: Ihre Entwicklung stagnierte. Die Beschäftigung mit dem Traum reduzierte sich auf symbolische Traumdeutungen in der Regel auf Analogieebene: „Wenn einer träumt, daß er mit einem Mohren redet, dann wird er am folgenden Tag Kohlen bekommen.“ Es entstanden

lexikonartig angelegte Traumbücher, deren Bedeutung heute darin besteht, daß man aus ihnen erkennen kann, daß die Menschen damals im Prinzip das gleiche träumten, wie wir heute auch.

Trotzdem kann das Mittelalter nicht übergangen werden, ohne wenigstens einige Denker zu erwähnen, die sich zum Traum geäußert haben.

Eine sehr interessante, aber eher ethisch-theologische als psychologische Auseinandersetzung mit dem Traum verdanken wir dem Kirchenvater Augustinus (354-430). Ihn beschäftigte das Problem der persönlichen Verantwortlichkeit für die im Traum begangenen Sünden. Er hat sich die Lösung dieses Problems nicht leicht gemacht, rang sich aber schließlich zu der Erkenntnis durch, daß der Mensch letztendlich nicht für den Inhalt seiner Träume verantwortlich ist.

Fast tausend Jahre nach Augustinus berichtet Albert der Große³ von einem „telepathischen Traum, den er selbst geträumt hat. Er beobachtete im Traum von einer [30] Brücke aus, wie ein Junge ins Wasser fiel und in ein Mühlrad geriet. Nach dem Erwachen erzählte er den Traum sofort seinen Freunden, und noch während des Erzählens soll die klagende Mutter gekommen sein und von einem realen Vorfall, identisch mit Alberts Traum, berichtet haben. Nach seinen eigenen Angaben hat er weder Mutter noch Kind gekannt. Unabhängig von der Tatsache, daß dieser Bericht heute nicht mehr überprüft werden kann, wirft Albert damit ein Problem auf, dessen Diskussion noch heute einen breiten Raum einnimmt (vgl. S. 94 ff. und S. 107 ff.).

Ein anderes Problem, das der Träume von Blinden, wird erstmals im 14. Jahrhundert von dem arabischen Traumforscher Safadi behandelt. Er hatte folgendes beobachtet: Blindgeborene träumen nur, was sie berühren oder fühlen. Blinde, die erst im Laufe ihres Lebens blind geworden sind, haben Träume, die sich nicht von denen Sehender unterscheiden. Diese Beobachtung Safadis fand im Jahre 1962 durch die Experimente von Berger und seinen Mitarbeitern eine überzeugende Bestätigung.

Obwohl Albert der Große und Safadi nicht die einzigen waren, die sich im Mittelalter zum Traum geäußert haben, blieb alles andere weit hinter den Auffassungen der Griechen zurück. Und so interessant die Beobachtungen Alberts und Speziell die Safadis auch sind, einen solchen Qualitätssprung, wie er sich bei den Griechen vollzogen hatte, stellen sie nicht dar.

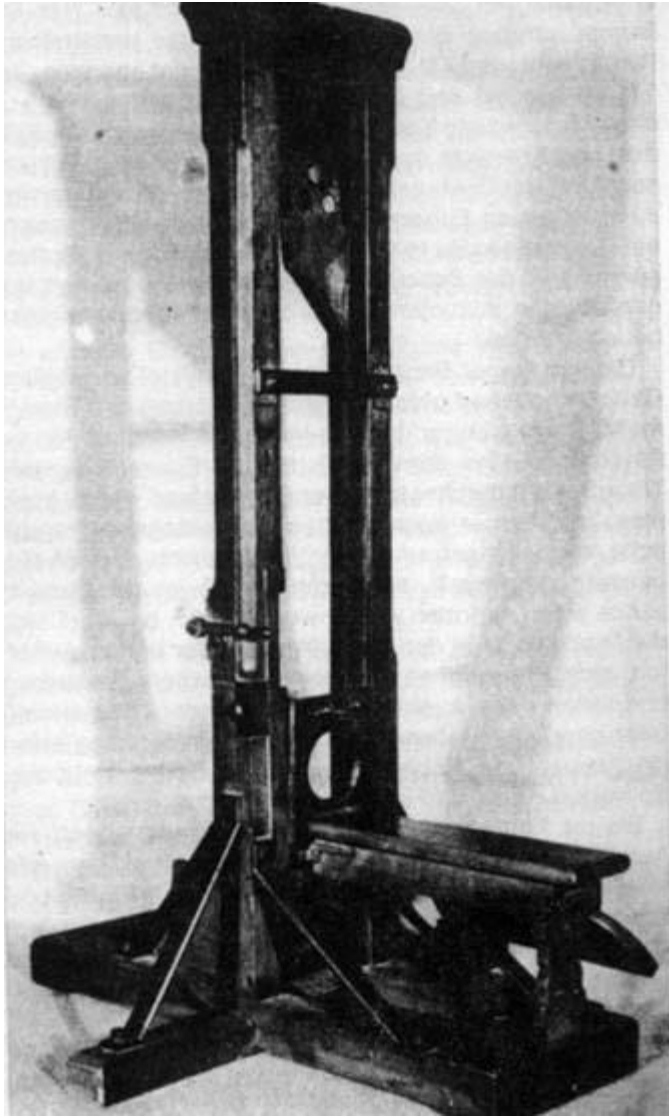
Man kann also nicht umhin, festzustellen, daß das Mittelalter im Vergleich zur Antike für die Weiterentwicklung der Auffassungen vom Traum unfruchtbar war.⁴

Während die Menschen des Mittelalters die Wahrheit [31] in autoritativen Quellen suchten, richtete sich das Erkenntnisstreben der Renaissance auf die unmittelbare Wirklichkeit der Dinge. Dieser Wandel begann im 14. Jahrhundert und führte mit dem Auftreten von solchen Männern wie Kopernikus, Luther, Müntzer, der Entdeckung Amerikas durch Kolumbus, der ersten Weltumsegelung durch Magelhaes, den Werken Michelangelos zu einer neuen Epoche. Diese Epoche ist gekennzeichnet durch radikales In-Frage-Stellen traditioneller Auffassungen und das Beschreiten völlig neuer Wege – am augenfälligsten dokumentiert durch die Entdeckung eines neuen Erdteils.

Die von Roger Bacon, Leonardo da Vinci und Galileo Galilei erhobene Forderung nach Einführung des Experiments in die Naturerkenntnis konnte sich jedoch für die Psychologie und

³ Bedeutender deutscher Gelehrter des Mittelalters (1200-1280).

⁴ Die Charakteristik „unfruchtbar“ gilt selbstverständlich nur, was den unmittelbaren Ertrag des Mittelalters angeht. Von einem übergreifenden Standpunkt aus gilt die Bemerkung von George Sorton: „Das Mittelalter als unfruchtbar zu bezeichnen wäre ebenso töricht, wie wenn man eine schwangere Frau als unfruchtbar ansehen wollte, solange die Frucht ihres Leibes noch nicht geboren ist“ (zitiert nach Störig 1957, S. 166).



Guillotine

und Antwort und wurde nach allerlei Zwischenfällen verurteilt und dann auf den Richt-[33]platz geführt. Er steigt aufs Schafott, der Scharfrichter bindet ihn aufs Brett; es kippt um: das Messer der Guillotine fällt herab; er fühlt, wie sein Haupt vom Rumpf getrennt wird, wacht in der entsetzlichsten Angst auf – und findet, daß der Bettaufsatz herabgefallen war und seine Halswirbel, wirklich ähnlich wie das Messer der Guillotine, getroffen hatte“ (Maury 1878, zitiert nach Freud, Studienausgabe, Bd. II, S. 52 f.).

Maury nahm nun an, daß der herabgefallene Bettaufsatz den „Guillotinetraum“ ausgelöst und dieser nur Sekundenbruchteile gedauert habe. Diese Annahme war für ihn Anlaß, zu versuchen, Träume absichtlich auszulösen. Während er schlief, ließ er von einem Freund verschiedene Sinnesgebiete reizen und stellte fest, daß diese Reize – häufig drastisch verstärkt – im Traum wiedererscheinen: Goß man ihm z. B. einen Tropfen Wasser auf die Stirn, träumte er, er sei in Italien, schwitze heftig und tränke Weißwein.

Unbeschadet der methodischen Unzulänglichkeiten und der nicht immer richtigen Schlußfolgerungen, die Maury aus seinem „Guillotinetraum“ und diesen Versuchen zog, ist sein Vorgehen noch heute Vorbild für die experimentelle Traumforschung: Vor oder während des Traums werden Reize gesetzt und deren Auswirkungen auf den Traum überprüft.

damit auch für die Erforschung des Traums nicht durchsetzen. Der Gegenstand war zu komplex, und immer noch wirkten sich alltagspsychologische Vorstellungen und Begriffe hinderlich aus. Im Gegensatz zur Physik, die durch den Geist der Renaissance einen enormen Aufschwung erfuhr, bewegte sich die Psychologie in den alten Gleisen: Hier und da äußerten sich Philosophen zu psychologischen Problemen und ließen dabei auch die eine oder andere Bemerkung über den Traum fallen. In diesem Zusammenhang seien die Namen von Hobbes, Descartes, Berkeley, Locke, Spinoza, Leibniz und später Kant erwähnt.

Bis die Forderungen der Renaissance (und auch der Aufklärung) für die Traumforschung nutzbar gemacht wurden, verging viel Zeit. Im Gegensatz zur Physik und Chemie setzte die experimentelle Traumforschung erst im 19. Jahrhundert ein.

Etwa 60 Jahre nach der Französischen Revolution räumte ein Mann namens Louis Alfred Maury von dieser ereignisreichen Zeit. Er machte greuliche Mordszenen mit und wurde dann schließlich selbst vor den Gerichtshof zitiert. Dort sah er Robespierre, Marat, Fouquier-Tinville, stand ihnen Rede

Neben den Versuchen von Maury wollen wir noch die von de Sanctis (1901) erwähnen. Unter seinen vielen Experimenten ist die Provokation bestimmter Traum Inhalte durch Verbalsuggestion während des Schlafs das wohl Interessanteste. Diese Methode gilt heute als einer der wichtigsten Zugänge zum Traum. Nebenbei stellte de Sanctis fest, daß, wenn schwere Verbrechen suggeriert werden, die Versuchspersonen aufwachen, bevor es zur Ausführung dieser Verbrechen im Traum kommt. Diese Beobachtung stützt die Hypothese des Hippokrates, daß sich im Traum nur das äußern kann, was im betreffenden Menschen selbst „drinsteckt“. Gleichzeitig spricht es gegen das Bild vom Menschen als latentem Mörder, wie es z.B. der schweizerische Schriftsteller [34] Max Frisch in seinen Tagebüchern anklingen läßt (Frisch 1972, Fragebogen von 1966).

Trotz einer im Vergleich zu den davorliegenden Perioden umfangreichen Literatur über den Traum waren experimentelle Untersuchungen auch im 19. Jahrhundert noch rar. Das lag im wesentlichen daran, daß der Traum bzw. die Beschäftigung mit ihm nur Nebenprodukt der Psychologie bzw. Psychopathologie war. Praktische Relevanz hatte er weder für die Psychologie noch für die Medizin. Zu Beginn des 20. Jahrhunderts änderte sich die Situation allerdings grundlegend. Im Jahre 1899 erschien Sigmund Freuds Buch „Die Traumdeutung“ (1900). Folge dieses Buches war, daß der Traum in den Mittelpunkt psychotherapeutischen Interesses rückte. Damit wurde die Beschäftigung mit dem Traum auch praktisch bedeutsam.

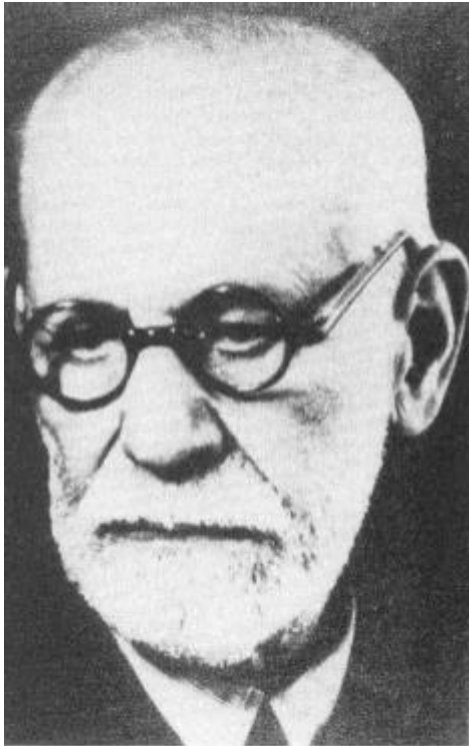
Aber noch aus einem anderen Grund wird von nun an mehr und mehr experimentell gearbeitet: Freuds Traumtheorie fand nicht nur Zustimmung, sondern auch scharfe Kritik. Neben den theoretischen Auseinandersetzungen griffen nun sowohl die Gegner als auch die Anhänger der Freudschen Theorie immer häufiger zum Experiment, um ihre jeweiligen Behauptungen zu beweisen. Bevor wir näher auf diese experimentellen Untersuchungen eingehen, wollen wir uns kurz Freuds Traumauffassung ansehen. [35]

Sigmund Freuds Traumtheorie

In allgemeiner Übereinstimmung wird behauptet, daß die Traumdeutung der Grundstein der psychoanalytischen Arbeit ist, und daß ihre Ergebnisse den wichtigsten Beitrag der Psychoanalyse zur Psychologie darstellen.

Sigmund Freud

Wer war Sigmund Freud?



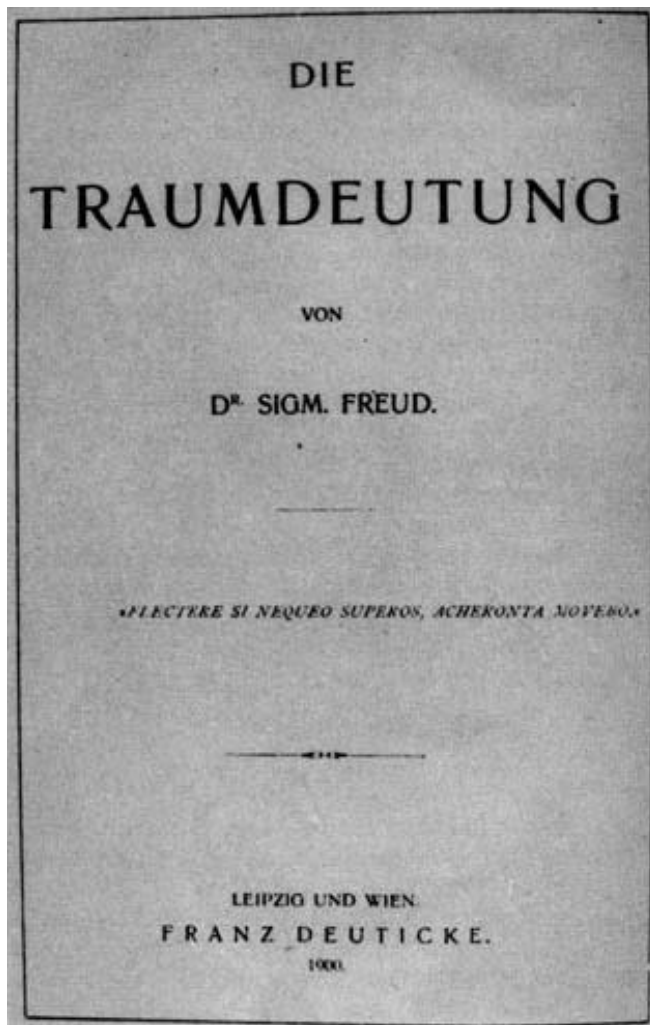
Sigmund Freud

Sigmund Freud wurde am 6. Mai 1856 im mährischen Freiberg (heute: Pribor, etwa 30 km südwestlich von Ostrava, CSSR) geboren. Sein Vater, Jakob Freud, war Stoffhändler; wegen der schlechten wirtschaftlichen Lage verließ er 1859 Mähren und zog mit seiner Familie über Leipzig nach Wien. Mit neun Jahren tritt Freud ins Leopoldstädter Kommunalreal- und Obergymnasium ein, und 1873 besteht er das Abschlußexamen mit Auszeichnung. Unter dem Einfluß von Goethes Schrift „Die Natur“ beschließt er, Medizin zu studieren. Fast acht Jahre bleibt Freud an der Wiener Universität und beschäftigt sich dort vorwiegend mit Physiologie, Gehirn-anatomie und Neurologie. Während dieser Zeit erschienen mehrere seiner Arbeiten über die Anatomie des Rückenmarks. Ab 1882 praktiziert Freud als Arzt am Wiener Allgemeinen Krankenhaus, und 1885 wird er Privatdozent für Neuropathologie. Ein Jahr später eröffnet er seine eigene Praxis. Zu dieser Zeit galt Freud durch über zwanzig Veröffentlichungen schon als bekannter Neurologe. Für die Psychiatrie interessierte er sich kaum. In den nächsten Jahren folgten noch bedeutende Arbeiten [36] über Aphasie (Störungen des Sprechvermögens und des Sprachverständnisses) und

Kinderlähmung. Allein diese Arbeiten hätten ausgereicht, um nach den Worten des Schweizer Neurologen Rudolf Brun „Freuds Namen in der klinischen Neurologie einen bleibenden Platz zu sichern“ (Brun 1936, S. 205).

Das Interesse Freuds an Psychologie und Psychiatrie entwickelte sich in der zweiten Hälfte der achtziger Jahre des 19. Jahrhunderts. Zu dieser Zeit war Freud mehrfach in Frankreich, um die Hypnose kennenzulernen. Im Jahre 1887 begann er selbst seine Patienten mit Hypnose zu behandeln. Später gab er dieses Verfahren auf – warum, werden wir noch sehen –, griff zu anderen Methoden und gelangte zur Traumbearbeitung bei der Krankenbehandlung.

Im November 1899 erschien dann Freuds erstes großes psychoanalytisches Werk „Die Traumdeutung“ (vordatiert auf das Jahr 1900). In den letzten 39 Jahren seines Lebens veröffentlichte Freud dann noch 231 Arbeiten. Die meisten von ihnen waren der psychoanalytischen Theorie und Krankenbehandlung gewidmet, ein großer Teil aber auch der Anwendung der Psychoanalyse auf Kultur und Gesellschaft. Mit diesem Schritt von der Individual- zur Massenpsychologie vollzog Freud auch den Übergang von der Naturwissenschaft zu einer ahistorisch-idealisti-



Titelblatt der „Traumdeutung“

schen Weltanschauung. Trotz der Fragwürdigkeit von Freuds Gesellschafts-, Kultur- und Religionskritik sei hier kurz auf zwei Veröffentlichungen aus diesem Bereich eingegangen: In dem im Jahre 1933 in Paris publizierten Briefwechsel zwischen ihm und Einstein diskutiert Freud Möglichkeiten der Kriegsverhütung und warnt, daß ein kommender Krieg möglicherweise die Menschheit vernichten wird. Freud beendet seinen Brief dann mit dem Satz: „Alles, was die Kulturentwicklung fördert, arbeitet gegen den Krieg“ (Freud, Studienausgabe, Bd. IX, S. 286). Kritisch war auch Freuds Einstellung zur kapitalistischen Gesellschaft, in der er lebte; schon 1927 schrieb er in seinem Buch „Die Zukunft einer Illusion“: „Es braucht nicht gesagt werden, [39] daß eine Kultur, welche eine so große Zahl von Teilnehmern unbefriedigt läßt und zur Auflehnung treibt, weder Aussicht hat, sich dauernd zu erhalten, noch es verdient“ (Freud, Studienausgabe, Bd. IX, S. 146). Freud selbst wurde dann Opfer des Nationalsozialismus, der grausamsten Form jener Gesellschaftsordnung, die er kritisiert hatte: 1933 verbrannten die Nazis seine Bücher, und 1935, zwei Monate nach der Besetzung

Wiens durch die Faschisten, mußte Freud nach London emigrieren. Dort starb er 23 Tage nach Beginn des zweiten Weltkriegs. (Über Werk und Wirkung S. Freuds vgl. auch das instruktive Nachwort von A. Thom in Freud 1954.)

Was ist Psychoanalyse, und welche Rolle spielt der Traum in ihr?

Freud selbst hat im Jahre 1923 folgende drei Bedeutungen von „Psychoanalyse“ unterschieden (Freud 1923):

1. ein Verfahren zur Untersuchung seelischer Vorgänge, welche sonst kaum zugänglich sind,
2. eine Behandlungsmethode neurotischer Störungen, die sich auf diese Untersuchung gründet,
3. ein Lehrgebäude mit einer Reihe von psychologischen Einsichten, die allmählich zu einer neuen wissenschaftlichen Disziplin zusammenwachsen.

Diese drei Aspekte der Psychoanalyse sind selbstverständlich eng miteinander verflochten. Zum Zwecke der Darstellung der Freudschen Traumtheorie beschränken wir uns hier jedoch auf den zweiten Aspekt, auf die Behandlung neurotischer Störungen.

Neurosen sind körperliche oder psychischer Erkrankungen, deren Ursache in der erlebnisbedingten Störung der Person-Umwelt-Beziehung liegt. Um die Neurose zu behandeln, muß man das Erlebnis bzw. die Erlebnisse kennen, die zur Störung der Person- Umweltbeziehung geführt haben. Freud benutzte dazu die [40] Hypnose: Mit ihrer Hilfe gelang es ihm, das vom

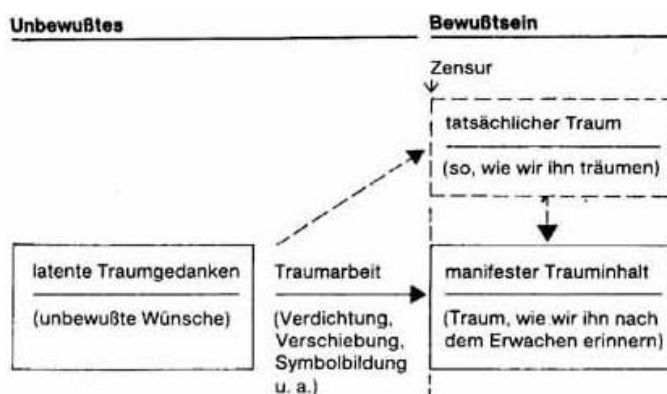
Kranken Vergessene wieder in Erinnerung zu bringen. Danach konnte dann der krankheitsauslösende Konflikt bzw. das Erlebnis mit dem Patienten besprochen werden. Freud gab jedoch die Hypnose bald auf, da es ihm erstens nicht gelang, alle Kranken zu hypnotisieren, und zweitens die Behandlungserfolge nur von kurzer Dauer waren. Freud ersetzte die Hypnose durch die Methode der freien Assoziation, d. h., er verlangte von seinen Patienten, auf alles bewußte Nachdenken zu verzichten und nur ihre spontanen Einfälle mitzuteilen, auch wenn sie scheinbar unsinnig, unwichtig oder anstößig waren. Die Erwartung, die Freud an diese neue Methode knüpfte, war, daß sich die freie Assoziation in Wirklichkeit als streng determiniert erweisen werde, und zwar in dem Sinne, daß nach Unterdrückung der bewußten Denkinhalte das unbewußte Material zum Vorschein käme. Dieses unbewußte Material sollte Freud auf die Spur des vom Kranken Vergessenen und damit zur Ursache seiner Neurose führen.

Freud erkannte aber recht bald, daß der Patient der Aufdeckung des Vergessenen einen nicht unbeträchtlichen Widerstand entgegensetzte. Daraufhin nahm er nun an, daß dieselben Kräfte beim Patienten auch schon früher gewirkt und zur Verdrängung eines psychischen Konflikts geführt hatten. Auf Grund eben dieser Verdrängung ins Unbewußte wird dieser Konflikt zur Krankheitsursache, d. h., er verschafft sich nunmehr Ausdruck als neurotisches Symptom.

Im weiteren Verlauf seiner psychotherapeutischen Praxis gelangte Freud dann zu der Auffassung, daß der Traum nicht anders gebaut ist als ein neurotisches Symptom. Er glaubte aber, daß im Traum die verdrängte Regung sich deutlicher Ausdruck verschaffe als im Wachleben. Genau aus diesem Grunde hielt Freud das Studium des Traums für den besten Zugang für die Erkenntnis des verdrängten Unbewußten und damit zur Behandlung von Neurosen (vgl. dazu s. 115 f.). Wie stellte sich Freud nun den Mechanismus der [41] Traumentstehung vor, worin sah er das Wesen und die Funktion des Traums?

Zunächst ging Freud im Gegensatz zur Medizin und Psychologie seiner Zeit davon aus, daß jeder Traum einen Sinn hat. Die Fremdartigkeit, die häufig unseren Träumen anhaftet, ist Folge von Entstellungen, die an seinem ursprünglichen Sinn vorgenommen worden sind. Freud erarbeitet nun eine Technik, mit deren Hilfe wir vom Traum, wie wir ihn nach dem Erwachen erinnern – von Freud „manifeste Trauminhalt“ genannt – zu seinem versteckten Sinn, den „latenten Traumgedanken“ gelangen können. Die latenten Traumgedanken sind in der Regel unbewußte Wünsche, die aus diesem oder jenem Grunde von der „Traumzensur“ nicht zum Bewußtsein zugelassen werden. Die einzige Möglichkeit, diese Traumzensur zu passieren, ist die Entstellung der latenten Traumgedanken. Diese Entstellung besorgt die „Traumarbeit“. Sie verdichtet mehrere Vorstellungen zu einer einzigen oder verschiebt die Betonung von einem Moment auf das andere. Die Traumarbeit kann auch zu Symbolen greifen. Doch dazu weiter unten.

Die Abbildung soll Freuds Traumauffassung etwas veranschaulichen. Sie bedarf aber einiger Erläuterungen:



Schematische Darstellung von Freuds Traumauffassung

[42] *Erstens*. Freud interessiert sich nicht für den Traum, wie wir ihn träumen, d. h. für den „realen Traum“, sondern nur für den Traum, wie wir ihn nach dem Erwachen erinnern. Viele Kritiken seiner Traumtheorie gründen sich auf die Ignorierung dieser Tatsache. Es wird oft die Frage gestellt, ob die Erinnerung mit dem tatsächlich geträumten Traum übereinstimmt. Freud hat dieses Problem aus dem Weg geräumt, indem er den realen Traum überhaupt nicht berücksichtigt und sich nur für die Umsetzung der latenten Traumgedanken in die Traumerinnerung interessiert.

Zweitens. Sowohl manifester Trauminhalt als auch realer Traum sind keine unbewußten Phänomene. Nach Freud sind lediglich die latenten Traumgedanken und die Traumarbeit unbewußte Prozesse.

Drittens. Die Technik, die uns vom manifesten Trauminhalt zu dem versteckten Sinn des Traums, zu den latenten Traumgedanken, führt, nannte Freud „Traumdeutung“. Die Traumdeutung ist ein der Traumarbeit genau 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.

Wie sieht nun die Umsetzung von Freuds Traumtheorie in die Praxis aus?

Der Grundgedanke Freuds ist folgender: Hinter dem Traum, wie wir ihn nach dem Erwachen erinnern, d. h. hinter dem manifesten Trauminhalt, stehen die latenten Traumgedanken. Nach Freud bestehen diese vorwiegend aus unbewußten Wünschen.

Die Deutung des Traums muß den Vorgang der Traumarbeit rückgängig machen, d. h. Verdichtungen auflösen und Verschiebungen wieder zurechtrücken. Wenn ihr das gelingt, so kann sie die hinter dem manifesten Trauminhalt stehenden Vorstellungsinhalte erraten. Für Verdichtung und Verschiebung, die beiden wichtigsten Formen der Traumarbeit, finden sich bei Freud [43] zahlreiche Beispiele. So werden in einer „Sammel-“ oder „Mischperson“ die Züge zweier oder mehrerer Personen zu einem Traumbild verdichtet, scheinbar sinnlose Wortschöpfungen erweisen sich als Konglomerat mehrerer einzelner Worte u. ä. Bei der Verschiebung liegen die Dinge etwas komplizierter und weniger offensichtlich. Im Mittelpunkt des manifesten Trauminhalts stehen andere Dinge als im Mittelpunkt der latenten Traumgedanken, ja manchmal erscheint der wesentliche Inhalt der Traumgedanken überhaupt nicht im manifesten Inhalt. Freud, der enge Beziehungen zwischen Traum und Witz sah, hat die Verschiebung u. a. an folgendem Witz deutlich gemacht (Freud, Studienausgabe, Bd. IV, S. 49): Zwei Juden treffen in der Nähe des Badehauses zusammen: „Hast du genommen ein Bad?“ fragt der eine. „Wieso?“ fragt der andere dagegen. „Fehlt eins?“ Die Technik dieses Witzes liegt in der Verschiebung des Akzents von „baden“ auf „nehmen“. Hätte die Frage gelautet: „Hast du gebadet?“, wäre diese Verschiebung nicht möglich gewesen. Im Traum passieren ganz ähnliche Dinge, nur daß sie uns selten witzig erscheinen und wir – solange wir träumen – keinen Anstoß an der Verschiebung nehmen.

Freud hat seine Theorie ausführlich an Hand eines eigenen Traums erläutert. Es handelt sich um den „Traum von Irmas Injektion“ (Freud, Studienausgabe, Bd. II, S. 126 ff.). Seine Darstellung und Deutung nimmt bei Freud 14 Seiten ein. Wir wollen trotzdem versuchen, das wesentliche hier wiederzugeben:

1. Freuds Vorbericht

„Im Sommer 1895 hatte ich eine junge Dame psychoanalytisch behandelt, die mir und den Meinigen freundschaftlich sehr nahe stand. Man versteht es, daß solche Vermengung der Beziehungen zur Quelle mannigfacher Erregungen für den Arzt werden kann, zumal für den Psychotherapeuten. Das persönliche Interesse des Arztes ist größer, seine Autorität geringer. Ein

Mißerfolg droht die alte Freundschaft mit den Angehörigen des [44] Kranken zu lockern. Die Kur endete mit einem teilweisen Erfolg, die Patientin verlor ihre hysterische Angst, aber nicht alle ihre somatischen Symptome. Ich war damals noch nicht recht sicher in den Kriterien, welche die endgültige Erledigung einer hysterischen Krankengeschichte bezeichnen, und mutete der Patientin eine Lösung zu, die ihr nicht annehmbar erschien. In solcher Uneinigkeit brachen wir der Sommerzeit wegen die Behandlung ab. – Eines Tages besuchte mich ein jüngerer Kollege, einer meiner nächsten Freunde, der die Patientin – Irma – und ihre Familie in ihrem Landaufenthalt besucht hatte. Ich fragte ihn, wie er sie gefunden habe, und bekam die Antwort: Es geht ihr besser, aber nicht ganz gut. Ich weiß, daß mich die Worte meines Freundes Otto oder der Ton, in dem sie gesprochen waren, ärgerten. Ich glaubte einen Vorwurf herauszuhören, etwa daß ich der Patientin zu viel versprochen hätte, und führte – ob mit Recht oder Unrecht – die vermeintliche Parteinahme Ottos gegen mich auf den Einfluß von Angehörigen der Kranken zurück, die, wie ich annahm, meine Behandlung nie gerne gesehen hatten. Übrigens wurde mir meine peinliche Empfindung nicht klar, ich gab ihr keinen Ausdruck. Am selben Abend schrieb ich noch die Krankengeschichte Irmas nieder, um sie, wie zu meiner Rechtfertigung, dem Dr. M., einem gemeinsamen Freunde, der damals tonangebenden Persönlichkeit in unserem Kreise, zu übergeben. In der auf diesen Abend folgenden Nacht (wohl eher am Morgen) hatte ich den nachstehenden Traum, der unmittelbar nach dem Erwachen fixiert wurde“ (Freud, Studienausgabe, Bd. II, S. 126).

2. Der Traum

„Eine große Halle – viele Gäste, die wir empfangen. – Unter ihnen Irma, die ich sofort beiseite nehme, um gleichsam ihren Brief zu beantworten, ihr Vorwürfe zu machen, daß sie die ‚Lösung‘ noch nicht akzeptiert. Ich sage ihr: Wenn du noch Schmerzen hast, so ist es wirklich nur deine Schuld. – Sie antwortet: Wenn du wüß-[45]test, was ich für Schmerzen jetzt habe im Hals, Magen und Leib, es schnürt mich zusammen. – Ich erschrecke und sehe sie an. Sie sieht bleich und gedunsen aus; ich denke, am Ende übersehe ich doch etwa Organisches. Ich nehme sie zum Fenster und schaue ihr in den Hals. Dabei zeigt sie etwas Sträuben wie die Frauen, die ein künstliches Gebiß tragen. Ich denke mir, sie hat es doch nicht nötig. – Der Mund geht dann auch gut auf, und ich finde rechts einen großen weißen Fleck, und anderwärts sehe ich an merkwürdigen krausen Gebilden, die offenbar den Nasenmuscheln nachgebildet sind, ausge dehnte weiße Schorfe. – Ich rufe schnell Dr. M. hinzu, der die Untersuchung wiederholt und bestätigt ... Dr. M. sieht ganz anders aus als sonst; er ist bleich, hinkt, ist am Kinn bartlos ... Mein Freund Otto steht jetzt auch neben ihr, und Freund Leopold perkutiert sie über dem Leibchen und sagt: Sie hat eine Dämpfung links unten, weist auch auf eine infiltrierte Hautpartie an der linken Schulter hin (was ich trotz des Kleides wie er spüre) ... M. sagt: Kein Zweifel, es ist eine Infektion, aber es macht nichts; es wird noch Dysenterie hinzukommen und das Gift sich ausscheiden ... Wir wissen auch unmittelbar, woher die Infektion rührt. Freund Otto hat ihr unlängst, als sie sich unwohl fühlte, eine Injektion gegeben mit einem Propylpräparat, Propylen ... Propionsäure ... Trimethylamin (dessen Formel ich fettgedruckt vor mir sehe) ... Man macht solche Injektionen nicht so leichtfertig ... Wahrscheinlich war auch die Spritze nicht rein“ (Freud, ebenda).

3. Die Deutung des Traums durch Freud selbst

(Freud, ebenda, S. 128-140 und 293-297)

Ich mache Irma Vorwürfe, daß sie die Lösung nicht akzeptiert hat: ich sage: Wenn du noch Schmerzen hast, ist es deine eigene Schuld. „Ich merke ... an dem Satz, den ich im Traum zu Irma spreche, daß ich vor allem nicht schuld sein will an den Schmerzen, die sie noch hat. Wenn es Irmas eigene Schuld ist, dann kann es [46] nicht meine sein. Sollte in dieser Richtung die Absicht des Traums zu suchen sein?“

Sie sieht bleich und gedunsen aus. „Meine Patientin war immer rosig. Ich vermute, daß sich hier eine andere Person unterschiebt.“

Ich erschrecke im Gedanken, daß ich doch eine organische Affektation übersehen habe. „Wenn die Schmerzen Irmas organisch begründet sind, so bin ich ... zu deren Heilung nicht verpflichtet. Meine Kur beseitigt ja nur hysterische Schmerzen. Es kommt mir eigentlich so vor, als sollte ich einen Irrtum in der Diagnose wünschen; denn wenn der Vorwurf des Mißerfolgs such beseitigt.“

Man macht solche Injektionen nicht so leichtfertig. „Hier wird der Vorwurf ... unmittelbar gegen Freund Otto geschleudert.“

Wahrscheinlich war die Spritze auch nicht rein. Noch ein Vorwurf gegen Otto –“

Abschließend schreibt Freud dann: „Ich habe eine Absicht gemerkt, welche durch den Traum verwirklicht wird und die das Motiv des Träumens gewesen sein muß. Der Traum erfüllt einige Wünsche, welche durch die Ereignisse des letzten Abends (die Nachricht Ottos, die Niederschrift der Krankengeschichte) in mir rege gemacht worden sind. Das Ergebnis des Traums ist nämlich, daß ich nicht schuld bin sondern dem noch vorhandenen Leiden Irmas und daß Otto daran schuld ist. Nun hat mich Otto durch seine Bemerkung über Irmas unvollkommene Heilung geärgert, der Traum rächt mich an ihm, indem er den Vorwurf auf ihn selbst zurückwendet ... – Der Traum stellt einen gewissen Sachverhalt so dar, wie ich ihn wünschen möchte; sein Inhalt ist also eine Wunscherfüllung, sein Motiv ein Wunsch“ (Freud, Studienausgabe, Bd. II, S. 137, Hervorhebung von Freud).

Wir haben hier viele Details der Deutung weggelassen und uns nur auf das wesentliche beschränkt. Jedoch wollen wir noch auf eine der Verdichtungen hinweisen, die Freud in diesem Traum bemerkt hat. Es handelt sich um die Hauptperson des Traums, die Patientin Irma. Freud schreibt dazu: „Die Stellung ..., in welcher ich sie [47] beim Fenster untersuche, ist von einer Erinnerung an eine andere Person hergenommen, von jener Dame, mit der ich meine Patientin vertauschen möchte ... Insofern Irma einen diphterischen Belag erkennen läßt, bei dem die Sorge um meine älteste Tochter erinnert wird, gelangt sie zur Darstellung dieses meines Kindes, hinter welchem, durch die Namensgleichheit mit ihm verknüpft, die Person einer durch Intoxikation⁵ verlorenen Patientin sich verbirgt. Im weiteren Verlauf des Traums wandelt sich die Bedeutung von Irmas Persönlichkeit (ohne daß ihr im Traum gesehenes Bild sich änderte); sie wird zu einem der Kinder, die wir in der öffentlichen Ordination des Kinder-Krankeninstituts untersuchen ... Durch das Sträuben beim Mundöffnen wird dieselbe Irma zur Anspielung auf eine andere, einmal von mir untersuchte Dame, ferner in demselben Zusammenhang auf meine eigene Frau. In den krankhaften Veränderungen, die ich in ihrem Hals entdeckte, habe ich überdies Anspielungen auf eine ganze Reihe von noch anderen Personen zusammengetragen“ (Freud, Studienausgabe, Bd. II, S. 294).

Freuds These vom Traum als Wunscherfüllung ist viel kritisiert worden. Tatsächlich ist sie ein äußerst schwacher Punkt in seiner Theorie und kann nur durch Verwendung recht spekulativer Hypothesen aufrechterhalten werden. Als Argument für seine Auffassung verwendet Freud die Träume von Kindern, in denen tatsächlich häufig Wünsche zum Ausdruck kommen. Kinderträume „geben zwar keine Rätsel zu lösen, sind aber natürlich unschätzbar für den Erweis, daß der Traum seinem innersten Wesen nach eine Wunscherfüllung bedeutet“ (Freud, Studienausgabe, Bd. II, S. 145). Freud illustriert es mit einem Traum seiner Tochter Anna: „Mein jüngstes Mädchen, damals neunzehn Monate alt, hatte eines morgens erbrochen und war darum den Tag über nüchtern erhalten worden. In der Nacht, die diesem Hunger folgte, hörte man sie erregt aus dem Schlaf rufen: [48] Anna F.eud, Er(d)beer, Hochbeer, Eier(s)peis, Papp. Ihren Namen

⁵ Vergiftung.

gebrauchte sie damals, um die Besitzergreifung auszudrücken; der Speisezettel umfaßte wohl alles, was ihr als begehrenswerte Mahlzeit erscheinen mußte“ (ebenda, S. 148).

Solche „Kinderträume“ können natürlich auch Erwachsene haben. Es kann also nicht bestritten werden, daß es Träume gibt, die eine Wunscherfüllung darstellen. Freuds Behauptung geht aber weiter: Für ihn sind alle Träume Wunschträume. Dem Argument, es gebe ja auch Angstträume, begegnet Freud mit der Bemerkung, daß seine Theorie ja nicht auf der Würdigung des manifesten Traum Inhalts, sondern auf dessen Deutung beruhe. Und mit Hilfe dieser Deutung gelingt es Freud tatsächlich, auch aus jedem Angsttraum einen Wunschtraum zu machen. Dabei bleibt natürlich die Objektivität häufig auf der Strecke.

Die Hauptfunktion des Traums ist nach Freud die des Hüters des Schlafs. Einerseits werden äußere Reize in den Traum so eingebaut, daß sie nicht zum Erwachen führen. Freud führt als Beispiel u. a. Napoleon an, der das Geräusch einer explodierenden Höllenmaschine in einen Schlachtentraum verwebt. Wir alle haben sicher schon Ähnliches mit dem Weckerklingeln erlebt. Der Traum erfüllt seine Rolle als Hüter des Schlafs, aber nicht nur durch den Einbau äußerer Reize in das Traumgeschehen, sondern auch durch die Erfüllung unbewußter Wünsche, der latenten Traumgedanken. Würden diese Wünsche nicht als erfüllt dargestellt, so würden sie, so Freud, einen ständigen Reiz darstellen, der keinen ruhigen Schlaf zuläßt.

Man kann nicht über Freuds Traumtheorie reden, ohne ein paar Bemerkungen über die Traumsymbolik zu machen. Freud hat an vielen Stellen seiner Werke darauf aufmerksam gemacht, daß die Traumsymbolik keine Erfindung der Psychoanalyse ist, sondern sich in Märchen, Mythen, Schwänken, Witzen, in der Folklore und auch in Dichtung und Alltagssprache auffinden läßt. Schon vor Freud hatte sich besonders Scherner (1861) mit Symbolen in Träumen beschäftigt. Freud knüpfte daran an, und – unter seinen niedergeschriebenen Traumdeutungen findet sich kaum eine, in der nicht auf Symbole zurückgegriffen wird. Besondere Bedeutung innerhalb der Freudschen Psychoanalyse kommt den Sexualsymbolen zu. – Freud schreibt: „Alle in die Länge reichenden Objekte, Stöcke, Baumstämme, Schirme ... alle länglichen und scharfen Waffen: Messer, Dolche, Piken, wollen das männliche Glied vertreten ... Dosen, Schachteln, Kästen, Schränke, Öfen entsprechen dem Frauenleib, aber auch Höhlen, Schiffe und alle Arten von Gefäßen“ (Freud, Studienausgabe, Bd. II, S. 348). Für die Stichhaltigkeit der weiblichen Sexualsymbole führt Freud Redewendungen aus der Alltagssprache an wie: „alte Schachtel“. „Frauenzimmer“ usw. Der Geschlechtsakt wird nach Freud durch das Steigen auf Leitern, Treppen, Stiegen, durch Flugträume und Eisenbahnfahren symbolisiert. Männliche Masturbation werde im Traum durch Zahnausfall dargestellt. Auch hier weist Freud auf den Volksmund hin: „sich einen ausreißen“ ist eine vulgäre Umschreibung der Masturbation.

Im Gegensatz zu einer weit verbreiteten Vorstellung kannte Freud aber auch Symbole außerhalb der Sexualsphäre und hat sich bei der Deutung von Träumen keineswegs nur auf Sexualsymbole beschränkt. So wurden zu Freuds Zeiten die Eltern des Träumers häufig durch Kaiser und Kaiserin, der Träumer selbst durch Prinz oder Prinzessin symbolisiert. Der Vater wird oft von einer Autoritätsfigur vertreten (Freud nennt Goethe als Beispiel). Der Tod wird nach Freud häufig symbolisiert durch das Nichterreichen eines Eisenbahnzuges oder auch durch „Abreise“. Interessant ist auch Freuds Vermutung, daß in Träumen auftretende ferne Städte Symbole für unerreichbare Ziele sind (Freud, Studienausgabe, Bd. II, S. 206).

Trotz der Ausführlichkeit, mit der Freud an vielen Stellen seiner Werke auf die Traumsymbolik eingeht, ist es aber keineswegs so, daß Freud der Symboldeutung Vorrang eingeräumt hätte, im Gegenteil: Er warnte mehr-[50]fach vor ihrem Mißbrauch. So schrieb er 1909 in der zweiten Auflage seiner „Traumdeutung“: „... möchte ich aber nachdrücklich davor warnen, die Bedeutung der Symbole für die Traumdeutung zu überschätzen, etwa die Arbeit der Traumübersetzung auf Symbolübersetzung einzuschränken und die Technik der Verwertung von Einfällen

des Träumers aufzugeben ... praktisch wie theoretisch verbleibt aber der Vorrang dem Verfahren, das den Äußerungen des Träumers die entscheidende Bedeutung beilegt, während die von uns vorgenommene Symbolübersetzung als Hilfsmittel hinzutritt“ (Freud, Studienausgabe, Bd. II, S. 354). Und 1916 in den „Vorlesungen zur Einführung in die Psychoanalyse“ lesen wir: „Die auf Symbolkenntnis beruhende Deutung ist keine Technik, welche die assoziative ersetzen oder sich mit ihr messen kann. Sie ist eine Ergänzung zu ihr und liefert nur in sie eingefügt brauchbare Resultate“ (Freud, Studienausgabe, Bd. I, S. 161).

In der „Neuen Folge“ dieser Vorlesungen ist Freud dann außerdem der Behauptung entgegengetreten, deute Träume auf ausschließlich sexueller Ebene. Er schrieb: „Einige Formeln sind allgemein bekannt geworden, darunter solche, die wir nie vertreten haben, wie der Satz, alle Träume seien sexueller Natur ...“ (Freud, Studienausgabe, Bd. I, S. 452).

Freuds Traumauffassung aus heutiger Sicht

Thomas Mann und Stefan Zweig nannten Sigmund Freud einen „Wegweiser in bisher ungeahnte Welten der menschlichen Seele“, und Albert Einstein sah in ihm einen der „größten Lehrer“ seiner Generation (vgl. Grotjahn 1976, S. 131 ff.). Trotzdem hält ein großer Teil der heutigen Psychologen seine Theorien für spekulativ und unhaltbar. Tatsächlich sind viele Versuche zur experimentellen Überprüfung Freudscher Hypothesen zuungunsten der Psychoanalyse ausgegangen: Entweder [51] wurden die Behauptungen widerlegt oder erwiesen sich als überhaupt nicht überprüfbar (vgl. Kiener 1978).

Wie sieht diese Situation speziell in bezug auf Freuds Traumtheorie aus?

Am leichtesten überprüfbar ist die Hypothese vom Traum als „Hüter des Schlafs“. Wenn der Traum tatsächlich die Funktion hat, den Schlaf fortzusetzen, dann müßte die Weckschwelle während des Träumens erhöht sein. Tatsächlich konnte im Jahre 1972 experimentell nachgewiesen werden, daß der Mensch während des Traums schwerer zu wecken ist als in den Schlafphasen ohne Traum (Günther 1972). Damit ist natürlich nicht automatisch Freuds Behauptung mit bestätigt, daß diese „Hüterfunktion“ des Traums durch Wunscherfüllung gewährleistet wird.

Die Hypothese Freuds, daß in jedem Traum eine Anknüpfung an die Erlebnisse des letztabgelaufenen Tages aufzufinden ist, konnte ebenfalls experimentell bestätigt werden. So zeigte sich z. B., daß in den Träumen von Personen, die bestimmten Versuchen unterzogen worden sind, regelmäßig Elemente dieser Versuchssituation am vorhergehenden Tag enthalten sind (Pötzl 1917, Domhoff und Kamiya 1964, Cartwright 1968, Bakeland 1970). Werden z. B. den Versuchspersonen Filme vor dem Einschlafen projiziert, so finden sich Elemente der Filmhandlung in deren Träumen wieder.

Der Grundgedanke Freuds allerdings, die Idee von hinter dem manifesten Trauminhalt stehenden unbewußten Vorstellungen, scheint indessen kaum experimentell überprüfbar. Dieser Gedanke ist wohl plausibel, steht und fällt jedoch mit der Anerkennung bzw. Ablehnung der Existenz des Unbewußten. Gestritten wird über diesen Punkt seit mehr als hundert Jahren, ohne daß sich dabei jedoch eine allgemein anerkannte Lösung abzeichnete. Einer der schärfsten Kritiker des Unbewußten, speziell der unbewußten Traumarbeit, ist der Schweizer Psychotherapeut Medard Boss. Er wirft Freud sogar vor, er habe diese Dinge erfunden, um die Träume in seine psychoanalytische Theorie einbeziehen [52] zu können. Die Schlußfolgerung von Boss lautet: „Freuds gesamte Traumauffassung ... ruht deshalb auf einem rein erfundenen Fundament“ (Boss 1976, S. 195).

Der prominenteste Kritiker des Unbewußten war Max Planck. In seiner kleinen Schrift „Scheinprobleme der Wissenschaft“ hatte er geschrieben: „Eine Wissenschaft des Unbewußten oder Unterbewußten gibt es nicht. Sie wäre eine *contradictio in adjecto*, ein Widerspruch in

sich. Was unterbewußt ist, weiß man nicht. Daher sind alle Probleme, die sich auf das Unterbewußtsein beziehen, Scheinprobleme“ (Planck 1947, S. 17). Der große Physiker wirft hier Unbewußtes und Unterbewußtes etwas durcheinander (zu deren Unterscheidung vgl. Helm 1965 und Arnold 1955). Außerdem hat die Entwicklung der Psychologie in den letzten Jahrzehnten gezeigt, daß wir ohne die Kategorie des Unbewußten nicht auskommen. Darauf verweisen auch sowjetische Psychologen (Bassin 1974, Prangishvili et al. 1975, Sintschenko und Mamardaschwili 1951).

Gleichsam als vorläufiges Fazit der Untersuchungen der letzten Jahre schreiben Sintschenko und Mamardaschwili (1981, S. 257): „Es gibt heute keinen Zweifel darüber, daß die psychologischen Ideen Freuds und der Neofreudianer starken Einfluß auf die Entwicklung der Erforschung höherer psychischer Prozesse hatten.“ Besonders die Freudsche Unterscheidung von Bewußtem und Unbewußtem habe „großen Einfluß auf die Entwicklung der ganzen psychologischen Wissenschaft“ ausgeübt. [53]

Neuere Hypothesen

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

Wolf von Siebenthal

Den direktesten und auch stärksten Einfluß übte Freud auf seine Schüler und Nachfolger aus. Die bekanntesten unter ihnen sind Carl Gustav Jung und Alfred Adler. Weitere psychoanalytische Traumtheorien stammen von Wilhelm Stekel, Harald Schultz-Hencke, Werner Kemper, Eckart Wiesenhütter und Günter Ammon. Wir verzichten hier auf deren Darstellung, unterscheiden sich doch alle diese Theorien nicht wesentlich von der Freuds. Der manifeste Trauminhalt ist verschlüsselter Ausdruck unbewußter Vorstellungsinhalte. Daß Jung z. B. über Freud hinaus ein kollektives Unbewußtes und dessen Archetypen (das sind nach Jung von unseren Vorfahren ererbte Vorstellungen) anerkennt und in seine Traumtheorie einfließen läßt, ändert an der Sache nichts Entscheidendes.

Wir wollen uns hier auf diejenigen Ansätze beschränken, die im Gefolge der Diskussion um Freuds Traumauffassung wirklich neue Gesichtspunkte liefern bzw. die in der wissenschaftlichen Welt auf größeres Interesse gestoßen sind.

Unverständliche Träume aus Zeitmangel?

Freud war davon ausgegangen, daß in jedem Traum eine Anknüpfung an die Erlebnisse des letztabgelaufenen Tages aufzufinden ist. Der bekannte Schlaf- und Traum-[54]forscher Urs Jovanovic hält den Traum überhaupt für eine Reproduktion des produktiven Lebens am Tage. Sein Ausgangspunkt ist die Einteilung des 24-Stunden-Rhythmus des Menschen in drei Komponenten (Jovanovic 1976):

1. das Wachsein – die Produktion,
2. das Schlafen – die Energiespeicherung,
3. das Träumen – die Reproduktion.

Die ersten beiden Komponenten sollen uns hier nicht interessieren. Von der dritten wissen wir, daß wir nur etwa 100 Minuten pro Nacht zum Träumen zur Verfügung haben (vgl. dazu S. 63 ff.). Im Wachzustand dagegen verbringen wir durchschnittlich 16 Stunden. Wenn wir nun das in diesen 16 Stunden Erlebte in nur 100 Minuten reproduzieren müssen, so geht das nur, wenn vieles herausfällt, weggelassen wird oder mehrere Elemente des Tageserlebens zu einem verdichtet werden. Aus dieser Tatsache nun, nämlich daß dem Menschen für die Reproduktion des Wachlebens in seinen Träumen viel weniger Zeit zu Verfügung steht als für das Wachleben selbst, erklärt Jovanovic das von Freud als „Traumarbeit“ bezeichnete Phänomen. Wir erinnern uns: Die Traumarbeit verschlüsselt die latenten Traumgedanken zum manifesten Trauminhalt, und ihre wichtigsten Vorgänge sind Verdichtung und Verschiebung.

Die Theorie von Jovanovic erklärt also den von der psychischen Aktivität des Wachseins doch recht unterschiedlichen Charakter des Traums aus einem Mangel an Zeit. Dieser Zeitmangel kann dann für uns unverständliche, bizarre und verzerrte Träume verantwortlich gemacht werden.

Mit dieser Hypothese kann wohl die Existenz einer wie auch immer gearteten Traumarbeit plausibel gemacht werden, nicht jedoch ihre Wirkungsweise. Denn warum gerade dieses Element bei der Reproduktion wegfällt und nicht jenes oder warum die verbleibenden Elemente gerade so zusammengesetzt werden und nicht anders, wird durch Zeitmangel nicht verständlich. Jovanovic er-[55]hebt allerdings auch nicht den Anspruch, mit seiner Theorie das Zustandekommen des spezifischen Traum inhalts erklären zu können. Sein Ansatz stellt eben keine

psychologische Erklärung des Trauminhalts dar, sondern ist eine Hypothese über das Zustandekommen der formalen Charakteristika des Traums.

Träume aus der Schublade

Es ist eine gesicherte Tatsache, daß im Traum Eindrücke aus den frühesten Lebensaltern erscheinen können, die unser Gedächtnis im Wachen nicht zur Verfügung hat. Auf diese interessante Erscheinung ist schon von vielen Autoren im 19. Jahrhundert hingewiesen worden, und Freud hat daraus eine wichtige Rolle frühester Kindheitserlebnisse für die Traumbildung abgeleitet.

Bis vor kurzem war jedoch nicht klar, auf welchem Mechanismus dieses Phänomen beruhte. Wie konnte dem Traumgedächtnis etwas zugänglich sein, von dem wir im Wachzustand überhaupt nichts wissen?

Seit 1980 existiert nun eine Theorie, die auf psychophysiologischer Ebene die Kapriolen unseres Gedächtnisses zu erklären versucht. Wir wollen diese Theorie die „Schubladentheorie“ nennen. Wieso?

Die Autoren dieser Theorie, Martha Koukkou und Dietrich Lehmann, nehmen an, daß die Information, die in unserem Gehirn gespeichert ist, nur dann abrufbar ist, wenn wir die „Schlüssel“ zu den entsprechenden Speicherplätzen besitzen (Koukkou und Lehmann 1980). Die Schlüssel sind in diesem Fall bestimmte Zustände des Gehirns. Laut Koukkou und Lehmann kann eine Erinnerung nur dann abgerufen werden, wenn sich das Gehirn in dem gleichen funktionellen Zustand befindet, in der die Erinnerung gespeichert wurde. Das heißt, die Schublade öffnet sich nur, wenn wir den Code kennen, der sie verschlossen hat.

Was hat das nun mit unseren Träumen und den Kindheitserinnerungen zu tun?

[56] Sehr viel! Es hat sich nämlich gezeigt, daß der funktionelle Zustand des Gehirns während des Schlafs des erwachsenen Menschen mit den funktionellen Zuständen des Wachseins während der Kindheit vergleichbar ist. Das bedeutet, daß während des Traums die Schubladen, in denen unsere Kindheitserinnerungen verwahrt liegen, zugänglich sind. Besonders eindrucksvoll wird dieses Phänomen in dem Buch „Schlüssel des Glücks“ des sowjetischen Dichters Michail Soschtschenko geschildert: Der Autor identifiziert in seinen Träumen sogar Motive aus seinem Säuglingsalter, zu denen er im Wachzustand keinerlei Zugang hatte. Hier ein Beispiel:

„Ein stürmischer dunkler Fluß, trübes, fast schwarzes Wasser. Im Wasser schwimmt etwas Weißes, ein Blatt Papier oder ein Lappen. Ich bin am Ufer. Ich renne, so schnell ich kann, vom Ufer weg, flüchte übers Feld. Das Feld ist aus irgendeinem Grunde blau. Jemand jagt hinter mir her und will mich schon an den Schultern packen. Seine Hand berührt mich bereits. Ich stürze vorwärts und entkomme“ (Soschtschenko 1977, S. 171). Zuerst ist dem Dichter der Sinn dieses Traums völlig unklar. Nach vielem Grübeln und angeregt durch ein Gedicht von Alexander Blok kommen ihm dann erste Einfälle, und er schreibt: „Dann glaubte ich meinen Traum verstanden zu haben. Er bezog sich zweifellos auf die Säuglingszeit. Um ihn zu begreifen, mußte man sich von den gewohnten Vorstellungen lösen, mußte man in den Bildern des Säuglings denken, mit seinen Augen sehen ... Der trübe stürmische Fluß ist die Wanne oder der Zuber mit dem Wasser. Das blaue Ufer ist die Decke. Der weiße Lappen die Windel, die im Zuber geblieben ist. Das Kind ist aus dem Wasser geholt worden, in dem man es gebadet hat. Das Kind ist ‚gerettet‘. Doch die drohende Gefahr ist geblieben“ (ebenda, S. 173).

Mit ihrer Schubladentheorie können Koukkou und Lehmann aber nicht nur das Auftreten von Kindheitserinnerungen im Traum erklären, sondern sie wenden sie auch auf die formalen Cha-

Charakteristika des Traums an. Unverständliche und bizarre Träume kommen dadurch [57] zustande, daß das in der Kindheit gespeicherte Gedächtnismaterial im Traum abgerufen wird und nach dem Erwachen vom Erwachsenen entsprechend seiner Denkstrategie interpretiert wird. Mit anderen Worten: Der wache Erwachsene kann seine Träume deshalb nicht verstehen, weil sich sein Gehirn nach dem Erwachen in einem ganz anderen funktionellen Zustand als während des Traums befindet. Soschtschenko hat das intuitiv begriffen und hat deshalb zielgerichtet trainiert, „in Bildern des Säuglings zu denken, mit seinen Augen zu sehen“.

Eng mit diesem Problem verbunden ist auch die Frage des Vergessens von Träumen, für die die Schubladentheorie auch eine Antwort bereit hält: Beim langsamen Erwachen, also beim Übergang von einem funktionellen Zustand des Gehirns in einen anderen, ist natürlich der Kode für die Traumschublade nicht mehr verfügbar. Die Schublade schließt sich langsam, und wenn wir richtig munter sind, haben wir den Traum vergessen. Diese Hypothese stimmt gut mit experimentellen Befunden überein, die ausweisen, daß mit zunehmendem Abstand vom Traum immer weniger erinnert wird (vgl. dazu S. 63 ff.).

Träumen wir nur mit dem halben Gehirn?

Seit reichlich zwanzig Jahren gibt es eine Richtung in der Neurophysiologie bzw. -anatomie, die sich mit der experimentellen Untersuchung der unterschiedlichen Funktionen der beiden Gehirnhälften des Menschen beschäftigt. Es ist sehr schwierig, darüber eine Aussage zu machen, denn beide Gehirnhälften (Hemisphären) sind durch sogenannte Kommissurenbahnen miteinander verbunden. Durch diese Kommissurenbahnen wird das Zusammenspiel beider Großhirnhemisphären gewährleistet. Durchtrennt man nun durch Operation diese Verbindungen (Kommissurotomie), so erhält man zwei von-[58]einander isolierte Gehirnhälften, und es läßt sich mit Hilfe psychologischer Experimente feststellen, auf welche Weise jede Gehirnseite arbeitet. Zuerst wurde die Durchtrennung der Kommissurenbahnen bei Affen und Katzen durchgeführt, seit etwa fünfzehn Jahren auch am Menschen, und zwar an Patienten mit schwerer Epilepsie (durch das Zentralnervensystem ausgelöste Krampfanfälle). Durch diese Operation konnten die Ärzte Anfallsfreiheit dieser epileptischen Patienten erreichen. Die an auf diese Art und Weise operierten Personen durchgeführten psychologischen Experimente zeigten nun, daß jede Gehirnhälfte ihre eigenen Wahrnehmungen, Erfahrungen und Erinnerungen besitzt, die für die andere Hälfte so gut wie nicht zugänglich sind. Die Funktionsweise der sogenannten dominanten Hemisphäre bei Rechtshändern die linke, bei Linkshändern die rechte wird in der Regel mit analytisch umschrieben, d. h., diese Gehirnhälfte arbeitet vorwiegend zergliedernd, denkt logisch und übersetzt die wahrgenommene Umwelt in Sprache; mit einem Wort, die dominante Hemisphäre arbeitet ganz und gar rational.

Die Arbeitsweise der anderen Gehirnhälfte, der subdominanten Hemisphäre, kann dagegen als eher emotional oder gefühlsbetont bezeichnet werden. Charakteristisch für sie ist eine nicht-sprachliche Widerspiegelung der Umwelt, eine synthetische, ganzheitliche Erfassung komplizierte Zusammenhänge auf vorwiegend anschaulicher Ebene.

Dazu ein Beispiel: Personen mit durchtrennten Kommissurenbahnen können Bilder, die nur mit der linken Gesichtsfeldhälfte wahrgenommen wurden, nicht beschreiben, da die rechte Gehirnhälfte diese Bilder nicht in Worte umsetzen kann. Sie kann es deshalb nicht, weil sich die Sehnerven im Gehirn kreuzen, und zwar so, daß die der linken Gesichtsfeldhälfte in die rechte Hemisphäre gelangen und die der rechten Gesichtsfeldhälfte in die linke. In den unterschiedlichen Funktionsweisen der beiden Großhirnhemisphären sahen einige Wissenschaftler nun [59] eine Analogie zu der Verschiedenheit psychischer Vorgänge im Wachen und im Traum. Sie nahmen an, daß die subdominante Gehirnhälfte, also die, die eher bildhaft, emotional und ganzheitlich arbeitet, für den Traum verantwortlich ist. Und in der Tat scheinen experimentelle Ergebnisse diese Annahme zu bestätigen:

Während des Traums ist die elektrische Aktivität in der subdominanten Hemisphäre viel größer als in der dominanten, und die elektrische Aktivität an der Verbindungsstelle zwischen beiden Gehirnhälften fällt fast auf Null ab. Das bedeutet, daß während des Traums die subdominante Hemisphäre die aktive ist und keine Verbindung zwischen ihr und der dominanten Gehirnhälfte besteht. Es ist genau diese Tatsache, die den amerikanischen Traumforscher David Bakan zu der Behauptung veranlaßte: „The right brain is the dreamer“, (Bakan 1976). (Die rechte Gehirnhälfte ist der Träumer.) Für Linkshänder kehren sich die Verhältnisse um, da aber die meisten Menschen Rechtshänder sind, hat Bakan seine Formel für die Mehrheit geprägt. Experimentelle Untersuchungen haben nun gezeigt, daß sich Kommissurotomiepatienten so gut wie nicht an ihre Träume erinnern. Und eben darin liegt die Bestätigung der Hypothese: Auch wenn diese Patienten träumen, kann die Information über den Traum wegen der fehlenden Verbindung nicht von der rechten in die linke Gehirnhälfte gelangen, die allein in der Lage ist, das Geträumte verbal auszudrücken. Die kärglichen Erinnerungsreste, die berichtet werden, stammen offenbar von der geringeren psychischen Aktivität der linken Hälfte während des Schlafs.

Träume und Riesenzellen

Auf die Frage nach der Entstehung der Träume sind sehr viele und recht verschiedene Antworten gegeben worden: Die einen sehen die Ursachen der Träume in „unfertigen, unausgedachten Gedanken“, die im Gehirn [60] des Menschen einen Ausweg suchen; die anderen sehen in Wünschen die treibende Kraft der Träume, aber man kann auch Riesenzellen für sie verantwortlich machen.

Zwei amerikanische Wissenschaftler, Robert MacCarley und Allan Hobson (1977) haben letzteres versucht. Ihrer Auffassung nach sind Träume nichts anderes als die Folge der Aktivierung der Riesenzellen im Bereich der Brücke (die „Brücke“ ist der mittlere Teil des Hirnstamms). Diese Riesenzellen reizen bestimmte Bereiche des Gehirns. Werden von den Riesenzellen z. B. diejenigen Hirngebiete gereizt, die für das Sehen und die Augenbewegungen zuständig sind, so wird diese Information dann an andere Zentren weitergeleitet, die dann passende visuelle Vorstellungen erzeugen, um eine „Begründung“ für diese Bewegung zu liefern.

Mit dieser Auffassung wird die Funktion des Traums auf die Rechtfertigung sinnloser physiologischer Impulse reduziert, d. h., der Traum wird sozusagen als Abfallprodukt physiologischer Aktivierungszustände betrachtet. Diesen Vorwurf offenbar vorausahnend, erklären die beiden Autoren, daß sie zwar das Hauptgewicht auf unser „derzeitiges physiologisches Wissen“ legen, aber keineswegs ausschließen wollen, daß persönliche oder individuelle Elemente in den Trauminhalt eingehen. Das ist jedoch ein Gemeinplatz: Natürlich kann nicht ausgeschlossen werden, was in der Wirklichkeit vorhanden ist. Woher, wenn nicht aus dem persönlichen oder individuellen Leben, stammt denn das Traummaterial?

Wir wollen an dieser Stelle ganz eindeutig festhalten: Das psychische Traumgeschehen hängt nicht in der Luft, sondern wird von einer Vielzahl physiologischer Aktivitäten begleitet, auf die wir im nächsten Kapitel noch eingehen werden. Man muß aber sehr wohl überlegen, was hier Ursache und was Folge ist oder ob zwischen physiologischen und psychischen Prozessen überhaupt eine Kausalbeziehung besteht. MacCarley und Hobson scheinen sich über solche Fragen keine Gedanken gemacht zu haben. Und auch die Mehrzahl ihrer Leser [61] nicht, denn sonst hätte ihre Theorie nicht ein solch breites internationales Echo finden können. Im letzten Kapitel werden wir auf die Theorie der beiden Amerikaner noch einmal zurückkommen und sehen, welche unhaltbaren philosophischen Schlußfolgerungen mit ihr verbunden sind.

Rückwärtslernen im Traum als Entrümpelung des Gehirns

Die neueste und gegenwärtig am meisten diskutierte Hypothese über die Funktion des Traums stammt von Francis Crick und Graeme Mitchison (1983). Crick ist uns nicht als Traumforscher; sondern als Biologe bekannt: 1962 erhielt er gemeinsam mit James Watson den Nobelpreis für Medizin für die von beiden angestellten Untersuchungen zur Molekularstruktur der Nukleinsäuren (Spiralstruktur der Desoxyribonukleinsäure DNS).

Gemeinsam mit seinem englischen Kollegen Mitchison schlägt Crick folgende Theorie über die Funktion des Traums vor: Im Laufe des menschlichen Lebens gehen die Zellen unseres Gehirns unzählige Verbindungen untereinander ein. Viele davon sind unzweckmäßig und unerwünscht. Die Funktion des Traums besteht nun genau darin, diese unerwünschten Verbindungen zwischen den Großhirnzellen wieder rückgängig zu machen, sie zu eliminieren. Diese Elimination geschieht ihrer Meinung nach durch einen Mechanismus des „Rückwärtslernens“, der die einmal eingelernten unerwünschten Verbindungen wieder auflöst. Mit anderen Worten: Das falsch Gelernte wird im Traum wieder „zurückgelernt“, nicht einfach nur vergessen. Funktion dieses Rückwärtslernens ist die „Sauberhaltung“ des Gehirns, d. h. die Entrümpelung von falschen Verbindungen. Solche falschen Verbindungen sind nach Meinung der Autoren z. B. Wahnideen bzw. Schizophrenien. Und in der Tat: Schon Robert (1886) hatte vor 100 Jahren die Vermutung ausgesprochen, daß Menschen, denen man die Fä-[62]higkeit nehmen würde, zu träumen, geistesgestört werden müßten, da sich in ihrem Gehirn eine Menge unfertiger Gedanken ansammeln würde; und in neuester Zeit konnte auch experimentell nachgewiesen werden, daß künstliche Traumunterdrückung zu psychischen Störungen führt.

Außerdem sind Crick und Mitchison der Meinung, daß sich ohne den „Klärmechanismus“ des Traums das menschliche Gehirn überhaupt nicht zu der hochkomplexen Struktur hätte entwickeln können, die es nach Jahrtausenden Evolution tatsächlich heute besitzt.

Die Hypothese der beiden Forscher ist recht originell und scheint auch einiges zu erklären, z. B. die Ergebnisse der Traumunterdrückungsversuche (vgl. dazu S. 63 ff.). Allerdings hat sie auch ein paar „Haken“: Erstens gehen Crick und Mitchison von dem von MacCarley und Hobson behaupteten Mechanismus der Traumentstehung aus, nehmen also an, daß Träume die Folge der Aktivierung von Riesenzellen im Bereich der Brücke sind. Damit gelten für ihre Theorie auch dieselben kritischen Bemerkungen wie für MacCarley und Hobson. Zweitens gelingt es den Autoren nicht, den von ihnen vorausgeahnten Einwand zu entkräften, daß ihre Theorie ein im Gehirn wohnendes „intelligentes Männchen“ voraussetzt, das entscheidet, welche Zellverbindungen im Gehirn „unerwünscht“ sind und welche „erwünscht“. [63]

Was wissen wir heute über den Traum?

Daß die Vorgänge des Traumbewußtseins auf diese oder jene Weise mit dem emotionellen Leben zusammenhängen, ist in die Psychologie vermutlich schon in der Entstehungszeit dieser Wissenschaft eingegangen und gehört zu dem allgemein Anerkannten. Die Bemühungen, diesen Zusammenhang zu präzisieren, seine Gesetzmäßigkeiten zu bestimmen, stießen auf große Hindernisse und können bis auf den heutigen Tag nicht als abgeschlossen gelten, ungeachtet des großen Fortschritts der Erforschung der physiologischen Mechanismen des Schlafs in den letzten Jahrzehnten.

Fillip Bassin

Die Arbeiten über den Traum sind heute von einem einzelnen nicht mehr zu überblicken. Gegenwärtig erscheinen etwa 5 Publikationen pro Woche, die sich mit Fragen der Traumforschung beschäftigen, und die Gesamtzahl der seit der Antike zum Thema „Traum“ erschienenen Veröffentlichungen nähert sich 10000!

Bei dieser Fülle an Material ist es nicht ganz einfach auszuwählen, und die Gefahr, Wichtiges zu übersehen, ist groß. Auch läßt sich nur schwer eine Ordnung in die Darstellung bringen. Trotzdem wollen wir versuchen, die Hauptergebnisse der modernen Traumforschung in diesem Kapitel zusammenzufassen. [64]

Wann und wie lange träumen wir? Was passiert während des Träumens?

Wie oft hören wir Äußerungen wie „Ich träume nie, Traumschlaf erquickt nicht“, „Traumloser Schlaf ist der Beste“ usw. Hinter solchen Bemerkungen steht die Auffassung, daß es erstens Menschen gibt, die überhaupt nicht oder zumindest weniger als andere träumen, und zweitens, daß Träume nur sporadisch, aber nicht regelmäßig im Nachtschlaf auftreten.

Wie wir jedoch schon im historischen Überblick gesehen haben, vermutete bereits Aristoteles, daß alle Menschen jede Nacht träumen. Tatsächlich wurde diese Vermutung 2300 Jahre später durch das Experiment bestätigt. Das geschah auf folgende Art und Weise:

Zwei amerikanische Wissenschaftler, Eugene Aserinsky und Nathanael Kleitman (1953), beobachteten an schlafenden Kindern, daß diese periodisch ihre Augäpfel bewegen. Diese schnellen Augenbewegungen – auf englisch Rapid Eye Movements (REM) – haben eine Dauer von 10 bis 50 Minuten und treten beim Erwachsenen etwa vier bis sechsmal pro Nacht auf. Die REMs lassen sich auch mit objektiven Mitteln, ähnlich dem EEG⁶ und EKG⁷, beobachten und aufzeichnen. Das ist möglich, weil der Augapfel elektrisch nicht neutral ist. Zwischen der Linse und der Netzhautseite besteht ein Gleichspannungspotential von etwa 70 mV. Bringt man nun Ableitelektroden rings um die Augenhöhle an, so zeigt sich schon bei geringer Verstärkung der Beginn einer REM-Phase auf dem Registriergerät an, denn die Bewegungen des Augapfels bewirken an den Ableitstellen Potentialänderungen.

Weitere Untersuchungen ergaben, daß die schnellen Augenbewegungen enge Beziehungen zum Traum aufweisen. Eine Zeitlang nahm man sogar an, daß die Augenbewegungen Traumszenen verfolgen. Dement und Wolpert (1958) untermauerten diese Annahme mit dem

⁶ Ableitung der Potentialschwankungen der Hirnströme an der Kopfhaut.

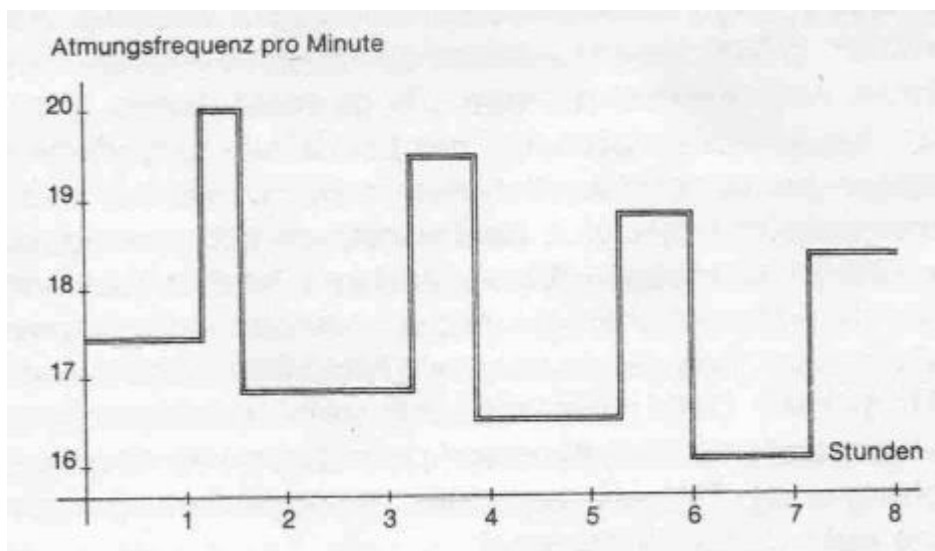
⁷ Ableitung der Potentialschwankungen im elektrischen Feld des Herzens.

Traum einer Versuchsperson, die geweckt wurde, nachdem bei ihr eintönig hin und her pendelnde Augenbewegungen beobachtet worden waren. Die Versuchsperson hatte geträumt, wie sich zwei Personen gegenseitig mit Tomaten bewarfen. Eine andere Versuchsperson träumte während analoger Augenbewegungen, wie zwei miteinander Tischtennis spielten. Nach Schiff und seinen Mitarbeitern (1961) besteht auch zwischen hypnotisch hervorgerufenen Träumen und den mittels der oben beschriebenen Technik registrierten Augenbewegungen eine gute Übereinstimmung.

Später wurde die Annahme einer engen Entsprechung zwischen Augenbewegungen und Trauminhalt etwas revidiert, zumal sich zeigte, daß die Rapid Eye Movements lange nicht die einzigen physiologischen Aktivitäten während des Traums sind. Jovanovic zählt außerdem folgende Erscheinungen auf (nach Jovanovic 1976, S. 367):

Ungleichmäßigkeit im kortikalen EEG,
desynchrone Entladungen über dem Hippocampus (Teil des limbischen Systems)⁸
phasische Pupillenreaktionen,
phasische Veränderungen der Blutgefäße des Gehirns,
phasische Entladungen an den Mittelohrmuskeln,
phasische Entladungen in bestimmten Gehirnbereichen,
Erschlaffung des Muskeltonus,
feine Muskelzuckungen,
Aktivierung an den Sexualorganen,
phasischer Anstieg des Blutdrucks,
phasischer Anstieg der Herzfrequenz,
phasischer Anstieg der Atmungsfrequenz.

Stellvertretend für die Vielzahl der genannten physiologischen Abläufe ist der Verlauf der Atmungsfrequenz während einer Nacht grafisch dargestellt worden (s. Abb.). [66]



Durchschnittliche Atmungsfrequenz während einer Nacht

Einen entsprechenden Verlauf haben auch alle anderen oben erwähnten physiologischen Erscheinungen während einer Nacht. Es läßt sich also sagen, daß es während des Nachtschlafs mehrere Perioden komplexer physiologischer Vorgänge gibt. Wir werden diese Perioden im folgenden Aktiver Schlaf (AS) nennen.

Nach und nach wurde durch viele Experimente auch gesichert, daß genau während des Aktiven Schlafs geträumt wird. Zwar haben einige Autoren Einwände dagegen und meinen, der Mensch

⁸ (Teil des Zentralnervensystems)

träume auch außerhalb der AS-Perioden. Neurophysiologische Untersuchungen zeigen jedoch, daß die hirnelektrische Aktivität während der AS-Perioden fast dem Wach-EEG gleicht. Wir können also festhalten, daß der Mensch jede Nacht vier bis sechs Perioden durchschläft in denen das passiert, was wir gemeinhin als träumen bezeichnen.

Der uns inzwischen schon bekannte Traumforscher Jovanovic machte Untersuchungen zur Entwicklung des Traumphasenanteils im Verlauf des menschlichen Lebens. Er konnte die Annahme von Kleitman bestätigen, daß sich die Dauer des Traumphasenanteils von der Geburt angefangen bis ins Alter verkürzt. Auf Grund seiner [67] experimentellen Ergebnisse (s. Tab.) schlußfolgerte Jovanovic (1976, S. 414), daß ein Mensch länger als 100 Jahre leben müßte, damit sein Traumphasenanteil auf 0% absinkt. Und er stellt dann die These auf, daß der Mensch entsprechend der Abnahme des Traumphasenanteils 150 bis 200 Jahre leben könnte, schließt man alle anderen Faktoren, speziell Erkrankungen, aus.

Traumphasenanteil im Verlauf des Lebens

Alter	Traumphasenanteil (Angaben in Prozent)	
	am Gesamtschlaf	am 24-Stunden- Rhythmus
Frühgeborene	68,3	57,3
Neugeborene	50,0	33,0
Säuglinge (bis 5 Monate)	40,0	23,0
Säuglinge (über 5 Monate)	33,0	18,0
Kleinkinder (bis 2 Jahre)	30,0	15,6
Kleinkinder (über 2 Jahre)	25,0	12,5
Vorschulkinder	20,0	9,2
Schulkinder	19,4	8,4
10 bis 13 Jahre	18,5	7,7
Jugendliche	20,0	7,5
20 bis 49 Jahre	20,0	26,7
50 Jahre	16,0	5,0
60 Jahre	15,0	4,7
70 Jahre	14,0	4,1
80 Jahre	13,0	3,8
90 Jahre	12,0	3,5
100 Jahre	10,0	2,9

Jovanovic hat bewußt auch Frühgeborene in seine Untersuchungen eingeschlossen. Die an ihnen gewonnenen Ergebnisse sollen zeigen, daß traumähnliche Prozesse bereits vor der Geburt noch im Mutterleib ablaufen.

Wir wollen aber zu den Komponenten des Aktiven Schlafs zurückkehren. Es hat sich nämlich gezeigt, daß [68] die physiologischen Aktivitäten während des Traums eine Reihe seiner Eigentümlichkeiten aufklären können.

Da sind zuerst die sogenannten Flug- oder Fallträume. Freud hielt diese Art von Träumen für wiederholte Eindrücke aus der Kinderzeit: „Welcher Onkel hat nicht schon ein Kind fliegen lassen, indem er, die Arme ausstreckend, durchs Zimmer mit ihm eilte, oder Fallen mit ihm gespielt, indem er es auf den Knien schaukelte und das Bein plötzlich streckte oder es hochhob

und plötzlich tat, als ob er ihm die Unterstützung entziehen wolle“ (Freud Studienausgabe, Bd. II, S. 275). Neuere Forschungen allerdings sehen zwischen Flug- und Fallträumen und der Erschlaffung des Muskeltonus einen Zusammenhang. Gleich zu Anfang der Traumphase wird nämlich die Muskulatur ausgeschaltet, die Muskeln werden „weich“, und es entsteht ein Gefühl des Fallens.

Die Ausschaltung der Muskulatur scheint auch für bestimmte Typen von Angstträumen verantwortlich zu sein. Man will z. B. eine dem Traumgeschehen logisch entsprechende Bewegung machen, die Muskeln gehorchen aber nicht. So entsteht etwa das mit großer Angst verbundene Gefühl des Nicht-fliehen-Könnens.

Und schließlich ist die Erschlaffung des Muskelapparates auch dafür verantwortlich, daß wir während des Träumens nicht Schlafwandeln können. Hier offenbart sich eine Art Schutzfunktion: Es wäre nämlich recht gefährlich, wenn wir während des Träumens unseren Traumhandlungen folgen könnten. Selbstverständlich gibt es Schlafwandler; aber dieses Phänomen ist nur außerhalb der Traumphasen, z. B. in den Tiefschlafphasen zu beobachten.

Noch ein Wort zu den Alpträumen. Der Alp oder auch Alb ist nach dem Volksglauben ein Gespenst, das sich dem Schläfer auf die Brust setzt und dadurch schwere Träume verursacht. Obwohl heute kaum noch jemand an Gespenster glaubt, haben viele Menschen Alpträume. Die moderne Traumforschung sieht in den Alpträumen Angstträume von besonderer Intensität. Ihre Ursachen sind genauso unklar wie die Entstehung des Traumin-[70]halts überhaupt. Gesichert



Alfred Kubin, Schlimme Nacht [S. 69]



Johann Heinrich Füssli, Nachtmahr [S. 70]

scheint lediglich, daß Menschen mit Erkrankungen der Atmungsorgane häufiger Alpträume haben als in dieser Hinsicht Gesunde. Schon vor 130 Jahren konnte Börner (1855) zeigen, daß durch das Verdecken von Nase und Mund Alpträume künstlich hervorgerufen werden können. Das alles spricht für den Zusammenhang zwischen Alpträumen und Störungen des Respirationsvorgangs.

Schließlich ließen sich auch Verbindungen zwischen den oben erwähnten Aktivierungen an den Sexualorganen und Träumen sexuellen Inhalts herstellen. Gerade bei dieser Art von Träumen ist aber das Ursache-Wirkungs-Verhältnis besonders umstritten: Träumen Männer z. B. von Sex, weil sie Erektionen im Schlaf haben, oder sind diese Erektionen Folge der sexuellen Träume?

Wir wollen diese Frage und das Geheimnis der sexuellen Träume etwas aufschieben und am Ende dieses Kapitels noch einmal darauf zurückkommen. Jetzt wollen [71] wir uns der Frage zuwenden, was passiert, wenn man den Prozeß des Träumens künstlich unterdrückt.

Wenn man uns das Träumen verbietet

Weiter vorn haben wir die Hypothese von Jovanovic vorgestellt, nach der der Mensch entsprechend der Abnahme des Traumphasenanteils 150 bis 200 Jahre leben könnte. Diese Hypothese enthält indirekt die Annahme, daß der Mensch ohne Traum nicht leben kann. Zu ganz ähnlichen Schlußfolgerungen, jedoch auf ganz anderen Wegen, kam William Dement bereits im Jahre 1959. Dement machte folgendes Experiment (Dement 1960):

In seinem Schlaflaboratorium schliefen Versuchspersonen unter Kontrolle. Dement weckte sie jedesmal kurz vor Einsetzen der Traumphase. Damit verhinderte er, daß seine Versuchspersonen träumten. Nach dem Wecken schliefen sie wieder ein, sobald sich aber die nächste Traumphase ankündigte, wurden sie wieder geweckt. Je länger dieses Experiment nun dauerte, desto deutlichere Zeichen psychischer Störungen wie Spannung, Angst, Reizbarkeit, Störungen des Zeitsinns, Depersonalisationserleben (Gefühle und Gedanken werden nicht als eigene empfunden) zeigten sich bei den Versuchspersonen. Um auszuschließen, daß die Phänomene eine Folge des häufigen Weckens sind, wurde eine Kontrollgruppe von Versuchspersonen genauso häufig geweckt, aber erst nachdem die Traumphasen beendet waren. Diese Versuchspersonen zeigten keine der erwähnten Störungen. Nach 15 Nächten Traumentzug bestand der Schlaf der Versuchspersonen nur noch aus Aktivem Schlaf, d. h., sie gelangten überhaupt nicht mehr in Schlafphasen ohne Traum. Dement hätte sie also ununterbrochen wachhalten müssen und mußte deshalb das Experiment abbrechen. In den an den Versuch sich anschließenden Erholungsnächten zeigte sich, daß der Mensch nicht nur verlorenen Schlaf, sondern auch verlorene Traumzeit nachholen muß.

[72] Auf Grund ähnlicher Versuche konnten Berger und Oswald (1962) zeigen, daß künstliche Traumunterdrückung regelmäßig zu Wahnerlebnissen führt.

Damit war klar, daß Träume eine lebenswichtige Funktion haben oder daß ihre Unterdrückung zumindest schwere Beeinträchtigungen des psychischen Lebens zur Folge hat. Genau das hatte Robert vor genau 100 Jahren in genialer Weise vorausgesehen, als er schrieb: „Ein Mensch, dem man die Fähigkeit nehmen würde, zu träumen, müßte in gegebener Zeit geistesgestört werden, weil sich in seinem Gehirn eine Unmasse unfertiger, unausgedachter Gedanken und seichter Eindrücke ansammeln würde, unter deren Wucht dasjenige ersticken müßte, was dem Gedächtnis als fertiges Ganzes einzuverleiben wäre“ (Robert 1886, S. 32).

Ob der von Robert angegebene Grund tatsächlich zutreffend ist, läßt sich gegenwärtig nicht entscheiden, einige Befunde sprechen jedoch für seine Richtigkeit. Psychologisch könnten die Folgen von Traumentzug dadurch geklärt werden, daß die Menschen, denen das Träumen „verboten“ wurde, keine Möglichkeit haben, ihre Probleme im Traum zu verarbeiten.

Wir werden in diesem Büchlein noch zweimal auf das Problem des Traumentzugs zurückkommen: einmal im Zusammenhang mit Fragen der Verwandtschaft von Traum und Geisteskrankheit (s. S. 115 ff.) und zum anderen bei der Diskussion philosophischer Fragen der Traumforschung (s. S. 15 ff.).

Erinnerbarkeit von Träumen

Bis zu den Experimenten von Aserinsky und Kleitman (S. 64 ff.) wurde allgemein angenommen, daß die Häufigkeit der Träume individuell sehr verschieden sei. Die Untersuchungen der beiden Amerikaner legten jedoch nahe, daß alle Menschen jede Nacht träumen. Ein anderes Forschungsteam ging nun der Frage nach der Traumerinnerung auf den Grund.

[73] Goodenough und seine Mitarbeiter (1959) stellten zwei Gruppen von Versuchspersonen zusammen, die sich nur in bezug auf ein Merkmal unterschieden: Die Personen der einen Gruppe konnten sich regelmäßig an ihre Träume erinnern, die der anderen Gruppe dagegen

nicht. Goodenough ließ nun die Versuchspersonen beider Gruppen während des Aktiven Schlags wecken und stellte fest, daß alle, auch die angeblichen Nichtträumer, von Träumen berichteten. Er schlußfolgerte nun, daß die sogenannten „Nichtträumer“ richtiger „Nichterinnerer“ genannt werden müßten.

Nachdem nun erwiesen war, daß jeder Mensch träumt, aber nicht alle sich an ihre Träume erinnern, wurde die Frage nach den Gründen des Vergessens wieder aktuell, die sich, wie wir gesehen haben, bereits Aristoteles gestellt hatte.

In diesem Zusammenhang konnte Jovanovic (1974) nachweisen, daß die Häufigkeit der Erinnerung an den Traum mit zunehmendem zeitlichen Abstand von der Traumphase abnimmt. Er hatte seine Versuchspersonen in unterschiedlichen Zeitabständen von der Traumperiode geweckt und sie nach ihren Träumen befragt. Die Tabelle zeigt die Ergebnisse:

Häufigkeit der Erinnerung an den Traum

Zeitpunkt des Weckens	Erinnerungshäufigkeit (in %)
Sofort nach Beginn der Traumphase	81,3
5 Minuten nach Beginn der Traumphase	90,2
10 Minuten nach Beginn der Traumphase	83,0
20 Minuten nach Beginn der Traumphase	94,5
Kurz nach Ende der Traumphase	53,2
5 Minuten nach Ende der Traumphase	71,9
10 Minuten nach Ende der Traumphase	53,2
20 Minuten nach Ende der Traumphase	47,1
30 Minuten nach Ende der Traumphase	8,9
Kurz vor Beginn der nächsten Traumphase	5,2

[74] Diese Ergebnisse zeigen ganz deutlich ein Phänomen, das wir oft genug an uns selbst erleben: Sofort nach dem Erwachen können wir uns unter Umständen noch genau an den Inhalt des eben geträumten Traums erinnern. Fragt uns jemand jedoch 2 Stunden später nach ihm, so haben wir den Traum schon vergessen.

Daß die Erinnerungshäufigkeit aber nicht nur vom zeitlichen Abstand von der Traumphase abhängt, sondern auch noch von zahlreichen anderen Faktoren, zeigen weitere Untersuchungen, von denen die meisten der Abhängigkeit der Erinnerungsfähigkeit von der Persönlichkeit des Träumer gewidmet sind. Eine Reihe von Wissenschaftlern (z. B. Lachmann 1962, Tart 1967) nehmen an, daß bestimmte Personen, sogenannte „Repressors“ (Unterdrücker), verstärkt dazu neigen, ihre Träume zu vergessen. Den Grund dafür sehen sie in einer bestimmten Persönlichkeitseigenschaft, die als Filter für unangenehme Träume wirkt. Diese Hypothese hat auch ihre Kritiker, die folgendermaßen argumentieren: In der Gegenwart gibt es immer weniger Leute, die sich für ihre Träume verantwortlich fühlen und somit keinen Grund haben, die Erinnerung an unangenehme Träume zu unterdrücken. Ob mit diesem Argument die Verdrängungstheorie für Träume als widerlegt angesehen werden kann, sei dahingestellt. Auf jeden Fall neigen viele Psychologen dazu, sich dem Aphorismus Nietzsches anzuschließen, der lautet: „In allem wollt ihr verantwortlich sein! Nur nicht für eure Träume! Welch elende Schwächlichkeit, welcher Mangel an folgerichtigem Mute! Nichts ist mehr Euer Eigen als eure Träume! Nichts mehr euer Werk!“ (Nietzsche 1906, S. 127). Und wer eine solche Einstellung seinen Träumen gegenüber hat, könnte natürlich auch leicht dazu neigen, diesen oder jenen nichtschicklichen Traum aus seiner Erinnerung zu verdrängen.

Außer der Verdrängungshypothese gibt es jedoch eine Reihe von ganz gut gesicherten Ergebnissen zur Traumerinnerung. Hier die interessantesten:

[75] Personen mit höherem Intelligenzquotienten erinnern sich besser an ihre Träume als weniger intelligente.

Personen, die besonders schöpferisch begabt sind, d. h. in Kreativitätstests viele Punkte bekommen, erinnern sich häufiger an ihre Träume als Leute mit weniger originellem Denkstil.

Frauen können sich besser an ihre Träume erinnern als Männer.

Die Fähigkeit, sich an Träume zu erinnern, nimmt mit zunehmendem Alter ab.

Personen mit leichterem Schlaf weisen bessere Erinnerungsraten auf als solche mit größerer Schlaftiefe.

Die Fähigkeit, sich an Träume zu erinnern, ist eher durch die soziale Umwelt als durch Vererbung bestimmt.

So zahlreich aber Untersuchungen zur Traumerinnerung auch sind, vernachlässigten sie jedoch bisher einen Punkt: nämlich die Tatsache, daß die Traumerinnerung, d. h. der Inhalt des Traums, in der Regel einer zweiten Person mitgeteilt wird, ja daß häufig sogar erst eine zweite Person dazu auffordert, sich eines Traums zu erinnern. Nun kann aber nicht von vornherein erwartet werden, daß diese zweite Person – wir wollen sie Empfänger der Traumerinnerung nennen – keinen Einfluß auf die Mitteilung des Traums hat.

Wir sind dieser Frage nachgegangen und haben in einer umfangreichen Untersuchung festgestellt (Tögel 1981), daß es in entscheidender Weise von den persönlichen Beziehungen zwischen Träumer und Empfänger der Traumerinnerung abhängt, was diesem Empfänger über die Träume mitgeteilt wird.

Das soll an einem Beispiel erläutert werden: Die Traumerinnerungen von „gemieteten“ Versuchspersonen, die in Traumlabors geträumte Träume dem Versuchsleiter mitteilen mußten, enthielten wesentlich weniger Worte, d. h., die erinnerten Träume waren kürzer als die erinnerten Träume von Patienten einer Psychotherapiestation, die ihre Träume in schriftlicher Form dem ihnen bekannten und vertrauten Therapeuten vorlegen muß-[76]ten. Außerdem erinnerten sich die Versuchspersonen aus dem Labor bedeutend weniger an ihre Träume als ihre „Kollegen“ von der Psychotherapiestation.

Aus diesem Ergebnis haben wir die Schlußfolgerung gezogen, daß Häufigkeit und Ausführlichkeit der Traumerinnerung von dem persönlichen Verhältnis zu derjenigen Person abhängig ist, für die die Traumerinnerung bestimmt ist: Je vertrauter es ist, desto mehr Träume werden erinnert, und desto ausführlicher wird ihr Inhalt dargestellt.

Dieses Ergebnis läßt natürlich keine Entscheidung darüber zu, ob die geringere Häufigkeit und Ausführlichkeit der Traumerinnerung unter Laborbedingungen dadurch zustandekommt, weil tatsächlich weniger in die Traumerinnerung umgesetzt wird, oder ob die Barriere erst zwischen der Erinnerung und ihrer Mitteilung liegt. So ist es durchaus denkbar, daß Versuchspersonen bewußt oder unbewußt bestimmte Traumerinnerungen verschweigen und mit zunehmend enger werdendem Verhältnis zum Empfänger der Traumerinnerung mehr und mehr mitteilen.

Die wesentliche Schlußfolgerung aus dem Ergebnis unserer Untersuchung ist, daß in Traumlaboratorien unter den Bedingungen eines neutralen Versuchsperson-Versuchsleiter-Verhältnisses gewonnene Ergebnisse nicht ohne weiteres für die klinische Arbeit mit Träumen verwendbar sind. Außerdem sind Ereignisse und Theorien, die unter den Bedingungen unterschiedlicher Beziehungen von Träumer und Empfänger der Traumerinnerung gewonnen wurden, kaum vergleichbar: Theorien, die ein Therapeut auf Grund seiner klinischen Arbeit mit

Träumen aufstellt, können durch Experimente in Schlaflaboratorien weder bestätigt noch widerlegt werden.

Die Tatsache, daß bei einem neutralen Verhältnis zwischen Träumer und Empfänger der Traumerinnerung weniger erinnert wird, wirft folgende Frage auf: Welche Träume oder Traumelemente gelangen nicht in die Traumerinnerung, wenn diese für einen neutralen Versuchs- [77]leiter bestimmt ist. Einen Hinweis, in welcher Richtung die Antwort zu suchen ist, gibt ein Experiment, das Rosalind Cartwright (1968) durchgeführt hat:

Einer Gruppe von männlichen Versuchspersonen zwischen 21 und 27 Jahren wurden zwei zehnminütige Filme stark sexuellen Inhalts kurz vor dem Schlafengehen vorgeführt. Als wichtigstes Ergebnis zeigte sich, daß nach dem Wecken der Versuchspersonen die Erinnerungshäufigkeit um fast 15% sank. Cartwright vermutete nun, daß der sexuelle Filminhalt in den Traum eingeht und demzufolge weniger vom Traum erinnert wird. Damit scheint die Verdrängungshypothese bestätigt.

Wollen wir also möglichst viel über das Wesen des Traums erfahren – und dabei sind wir immer nur auf die Erinnerung an denselben angewiesen –, so müssen die Traumforscher danach streben, zu ihren Versuchspersonen ein enges Vertrauensverhältnis herzustellen. Denn ohne ein solches Verhältnis wird das Material, das ihnen ihre Versuchspersonen liefern, immer kärglich sein.

Riechen wir im Traum, träumen wir farbig, was träumen Blinde?

Es ist sehr schwierig, diese Fragen zu beantworten, da wir uns zwar an den Inhalt des Traums erinnern, aber selten an die Mittel, mit deren Hilfe er dargestellt wurde. Die zur Beteiligung der einzelnen Sinnesgebiete am Traum bisher angestellten Untersuchungen ergeben ungefähr folgendes Bild (nach Siebenthal 1953, S. 160, s. Tab. auf S. 78).

Wir brauchen uns nicht zu wundern, daß die Prozentzahlen addiert mehr als 100% ergeben, denn Träume sind ja nicht ausschließlich optisch, akustisch usw., sondern es treten gleichzeitig mehrere Sinnesempfindungen auf. Wir können z. B. im Traum radfahren, gleichzeitig die Landschaft betrachten und auch das Hupen eines Autos hören. [78]

Beteiligung von Sinnesgebieten am Traum

Sinnesgebiet	Beteiligung am Traum (in %)
Optisch (Gesichtssinn)	etwa 85
Akustisch (Gehör)	etwa 55
Kinästhetisch (Bewegungsempfindung)	etwa 12
Taktil (Tastsinn)	etwa 10
Olfaktorisch (Geruchssinn)	etwa 4
Gustatorisch (Geschmackssinn)	etwa 4

Die schwierigste Frage aus diesem Bereich scheint die Frage nach der Farbigkeit der Träume zu sein. Manche Autoren meinen, Träume seien ausschließlich farbig; manche meinen nur 60%; dritte wollen überhaupt keine Aussage zu diesem Problem machen. Der sowjetische Kosmonaut W. I. Sewastjanow antwortete auf die Frage eines Journalisten, ob er farbig träume: „Ich träumte noch kein einziges Mal bunt“ (in Prawda vom 18.4.1971). Andere Leute behaupten, daß sie nur bunte Träume haben.

Der Wahrheit am nächsten kommen wohl die sowjetischen Wissenschaftler Mjassnikow und Uskow (ebenda). Sie meinen, daß es von der Persönlichkeit des Träumers abhängt, ob er farbig oder schwarz-weiß träumt. So zeugten farbenprächtige Träume in der Regel von einem künstlerischen, bildlichen Charakter des Denkens und von allegorischer Betrachtung der Welt.

Schwarz-weiß-Träume seien dagegen eher charakteristisch für rationale Menschen. Mjassnikow und Uskow deuten auch das konstante Auftreten ein und derselben Farbe in den Träumen eines Menschen bzw. den häufigen Farbwechsel. Im ersten Fall lasse sich auf stabile psychische Verhältnisse, im zweiten auf eine eingetretene psychische Wandlung schließen. Die beiden sowje-[79]tischen Autoren deuten auch bestimmte Farben auf bestimmte Art und Weise: Grün z. B. sei Ausdruck von psychischem Wohlergehen und seelischem Gleichgewicht. Ein Übergewicht von schwarzen und roten Tönen im Traum lasse dagegen auf sorgenvolle Erlebnisse schließen.

Den Träumen von Blinden ist von jeher große Aufmerksamkeit gewidmet worden. Wir hatten schon gesehen, daß der Araber Safadi im Mittelalter Hypothesen über die Träume von Blinden aufgestellt hatte (vgl. S. 30). Safadis Auffassung hat durch Berger und seine Mitarbeiter (1962) eine glänzende Bestätigung gefunden: Das Forscherteam hatte drei Gruppen von Personen untersucht. Die Personen der ersten Gruppe waren von Geburt an blind, die der zweiten seit der frühen Kindheit, und die der dritten erblindeten in einem Alter von etwa 40 Jahren. Berger und seine Mitarbeiter fanden nun, daß die Personen aller Gruppen träumten, aber nur die der zweiten und dritten Gruppe optische Träume hatten. Außerdem zeigte sich, daß bei sekundär Erblindeten nach etwa 40 Jahren keine visuellen Träume mehr auftreten.

Wovon träumen wir?

In dem Bestreben, konkrete und vor allem statistisch verwertbare Aussagen über den Trauminhalt zu erhalten, begann man in den sechziger Jahren sogenannte Contentanalysen (Inhaltsanalysen) von Träumen durchzuführen. Die bekannteste und am breitesten angelegte Contentanalyse stammt von Hall und van de Castle (1966). Sie haben u. a. 1000 Träume, 500 von Frauen und 500 von Männern, hinsichtlich der Häufigkeit der in ihnen vorkommenden Objekte ausgewertet. Als Ergebnisse erhielten sie 1170 Objekte, die mit unterschiedlicher Häufigkeit in den Träumen auftraten. Hier die 10 häufigsten: [80]

1. Haus	in 160 Träumen
2. Auto	in 149 Träumen
Straße	in 149 Träumen
3. Stadt	in 128 Träumen
4. Zimmer	in 125 Träumen
5. Zuhause	in 118 Träumen
6. Tür	in 108 Träumen
7. Stufen	in 74 Träumen
8. Gebäude	in 63 Träumen
9. Wasser	in 62 Träumen
Fenster	in 62 Träumen
10. Hand	in 59 Träumen

Der wissenschaftliche Wert solcher Untersuchungen ist allerdings zweifelhaft. Die Ergebnisse lassen sich kaum verallgemeinern, sondern gelten eben nur für die untersuchte Gruppe, in diesem Fall US-Amerikaner. Bei Eskimos oder Buschmännern dürften Autos kaum den zweiten Platz einnehmen.

Es sind aber auch Contentanalysen durchgeführt worden, bei denen nicht Objekte, sondern bestimmte Verhaltensweisen, Triebe oder ähnliches gezählt wurden. Jorswieck (1966) hat u. a. die Häufigkeit von sexuellen und aggressiven Bedürfnissen in 1000 Träumen ermittelt (in 350 Träumen trat Aggression, in 124 Sexualität auf). Diese Art der Inhaltsbestimmung ist psycho-

logisch gesehen natürlich interessanter, bezieht sie doch den Sinn des Traums in ihre Überlegungen ein. Natürlich hat auch dieses Vorgehen seine Probleme, sind doch die vom Experimentator ausgewählten Bereiche theorieabhängig, d. h., sie werden vom Standpunkt des Experimentators beeinflusst. Jemand, der nicht viel von Psychoanalyse hält, würde kaum vorwiegend nach aggressiven oder sexuellen Bedürfnissen in Träumen fahnden.

Unter bestimmten Gesichtspunkten durchgeführt, sind Contentanalysen sehr aufschlußreich und liefern wichtige Ergebnisse. Domhoff und Kamiya (1964) haben z. B. Träume, die zu Hause geträumt wurden, mit Labor-[81]träumen verglichen und festgestellt, daß etwa ein Drittel der Laborträume wenigstens ein Element der Versuchssituation enthält, d. h., daß die experimentelle Situation den Trauminhalt beeinflusst. Das zu wissen ist von großer Wichtigkeit, denn die Mehrzahl aller Erkenntnisse über den Traum werden heute aus Experimenten im Labor gewonnen.

Im Grunde genommen haben contentanalytische Untersuchungen von Traumgehalten die in sie gesetzten Erwartungen nicht erfüllt. Es hat sich gezeigt, daß das einfache Auszählen von Traumelementen wenig Aussagekraft hat. Zudem sind die Ergebnisse von Contentanalysen so gut wie nicht verallgemeinerbar, und darum gibt es in den letzten Jahren kaum noch Untersuchungen dieser Art.

Wovon träumen wir? Wenn wir diese Frage stellen – von der übrigens auch die contentanalytischen Untersuchungen angeregt worden sind –, so denken wir weniger an einzelne Objekte wie Häuser oder Autos, sondern an die Frage, wovon unser Trauminhalt beeinflusst wird, was die Ursache für dieses oder jenes Traumbild ist. Der Frage der Abhängigkeit und Beeinflussbarkeit des Traum inhalts wollen wir uns nun zuwenden; das Problem der Entstehung des spezifischen Traum inhalts ist dagegen nach wie vor ungeklärt, und die Freudsche Traumtheorie ist immer noch so gut wie ohne Konkurrenz bei der Hypothesenbildung auf diesem Gebiet.

Wovon hängt der Trauminhalt ab, läßt gar sich beeinflussen?

Der Frage, von welchen Faktoren der Trauminhalt beeinflusst wird, sind die meisten Untersuchungen und Experimente gewidmet. Allerdings gibt es bisher kaum gesicherte Ergebnisse. Das liegt hauptsächlich daran, daß es bis jetzt noch kein geeignetes Instrument gibt, das den Trauminhalt „messen“ kann, wie etwa ein Apparat zur Blutdruckmessung den Blutdruck mißt. Da ist es re-[82]lativ einfach festzustellen, ob z. B. auf starke Erregung eine Blutdruckerhöhung erfolgt oder nicht. Aber beim Traum? Wann träumt ein Mensch „anders“ als im Normalfall? Wann sind Träume überhaupt „normal“?

Die Festlegung einer Norm, eines Standards ist aber eigentlich Voraussetzung für Untersuchungen über Einflüsse auf den Trauminhalt. Eine solche Festlegung ist u. a. das Ziel contentanalytischer Untersuchungen gewesen. Es wurden aber auch Skalen entwickelt, mit deren Hilfe der Trauminhalt objektiv eingeschätzt werden sollte. Aber keine der bisher entwickelten Skalen konnte sich international durchsetzen.

Trotz dieses unbefriedigenden Zustands gibt es eine Unmenge von Untersuchungen zum Einfluß von Persönlichkeit, Geschlecht, Alter, Ereignissen der Kindheit oder der jüngeren Vergangenheit des Träumers usw. auf den Trauminhalt. Die Ergebnisse sind zum Teil widersprüchlich, doch seien die am meisten beachteten hier vorgestellt.

Den Einfluß der Persönlichkeit auf den Trauminhalt wollen wir hier nicht diskutieren, sondern wir werden erst im Kapitel „Träume in Psychotherapie und Psychiatrie“ auf ihn eingehen, da die angestellten Untersuchungen sich hauptsächlich auf neurotische und psychotische Personen beschränken.

Die Aussagen über den Zusammenhang zwischen Geschlecht und Trauminhalt beruhen weitgehend auf contentanalytischen Untersuchungen; deshalb gelten dafür auch die gleichen Bedenken. In der schon erwähnten Untersuchung von Hall und van de Castle ist die contentanalytische Auswertung der Träume getrennt nach dem Geschlecht vorgenommen worden. Danach träumen Männer zwölfmal häufiger von Hochstraßen, elfmal weniger von Schlafsälen und zehnmal häufiger von Häusern als Frauen. In einer anderen Untersuchung aus dem Jahre 1973 von Vahle-Schmidt sind ebenfalls die Träume von Männern und Frauen getrennt ausgewertet worden. Dabei sind nicht einzelne Traumelemente ausgezählt worden, sondern es ging um ganz bestimmte Fragestellungen. Bei folgenden Merkmalen lieferte diese Untersuchung eindeutige Unterschiede:

Nur 11% der Frauen, aber 29% der Männer haben sich kontinuierlich fortsetzende oder sich wiederholende Träume.

87% der Männer, aber nur 69% der Frauen träumen von fremden Personen.

Von den Ehepartnern träumen 12% der Männer, aber 33 % der Frauen.

14% der Männer, jedoch 31% der Frauen träumen von ihren Eltern.

45% der Männer, aber nur 22% der Frauen träumen vom Tod.

Die angegebenen Prozentzahlen gelten natürlich nur für die untersuchte Gruppe, aber auch andere Versuche konnten zumindest die in ihnen ausgedrückte Tendenz bestätigen.

Besondere Aufmerksamkeit und zahlreiche Untersuchungen sind dem spezifischen Einfluß der Menstruation auf den Trauminhalt gewidmet worden. Ein amerikanisches Team hat z. B. drei Monate lang die Träume von jungen Frauen gesammelt und anschließend deren Träume während der Menstruation mit denen der mensesfreien Wochen verglichen. Als Ergebnis zeigte sich, daß während der Menstruation bedeutend häufiger von sexuellen Themen geträumt wird als sonst.

Viele Traumforscher haben sich auch nach dem Einfluß von Reizen während des Schlafs auf den Trauminhalt gefragt. Die bekanntesten Experimente sind die von Maury (vgl. S. 31 f.). Er schlußfolgerte aus diesen Versuchen, daß Reize, die auf den Schläfer einwirken, Träume auslösen können. Diese Auffassung konnte sich über 100 Jahre bis in die Mitte unseres Jahrhunderts halten. Seit man aber weiß, daß Träume periodisch während des Aktiven Schlafs auftreten, wird diese Theorie zunehmend skeptisch beurteilt. Den Reizen wird nicht mehr die Rolle des Auslösers von Träumen zugeschrieben, sondern es wird angenommen, daß äußere Reize nur in [84] den bereits ablaufenden Traum eingebaut werden; d. h., wenn Reize nicht in die Periode des Aktiven Schlafs fallen, können sie auch keine Träume auslösen.

Reize während des Schlafs kommen aber nicht nur von der Außenwelt, sondern können auch von inneren Organen ausgehen. Nach Pythagoras und Hippokrates (vgl. S. 23 ff.) gibt es „Körperreizträume“, d. h., unangenehme Körpergefühle lösen schwere Träume aus. Auch Freud widmete diesem Problem einen ganzen Abschnitt seiner Traumdeutung und kam zu der Schlußfolgerung, daß Körperreize nur Einfluß auf den Trauminhalt haben, wenn dieser Ansatzpunkte dafür bietet. Im Prinzip gilt für Körperreize das gleiche wie für Reize aus der Außenwelt: Sie können wohl in den bereits ablaufenden Traum eingebaut werden, können ihn aber nicht auslösen. Eine volle Blase kann also keinen Traum hervorrufen, wohl aber den Träumer z. B. nach einer öffentlichen Toilette suchen lassen, während er träumt, durch die Stadt zu bummeln. Oder Atembeschwerden während des Schlafs können den Traum beklemmend werden lassen (Alptraum), ihn aber nicht hervorrufen.

Um besser kontrollieren zu können, was wirklich geträumt wird, und um Einfluß auf die Art des Traum inhalts zu erhalten, kam man um die Jahrhundertwende auf die Idee, die Hypnose

zur Hervorrufung bestimmter Traum Inhalte zu benutzen. Das geschieht folgendermaßen: Während der hypnotischen Sitzung erhält die Versuchsperson genaue Instruktion, was sie in der Nacht zu träumen hat. Diese Methode wurde viel angewendet, war aber auch heiß umstritten. Man bezweifelte, ob solche posthypnotischen Aufträge tatsächlich Einfluß auf den Traum Inhalt haben und ob auch wirklich das geträumt wird, was in der Hypnose suggeriert worden ist.

Nach fast einem dreiviertel Jahrhundert solcher Diskussionen gelang es, die Zweifel aus dem Weg zu räumen: Jus und seinem Team (1975) gelang es mit Hilfe des EEGs nachzuweisen, daß posthypnotische Aufträge tatsächlich Einfluß auf den Traum haben: Seine Versuchspersonen erhielten folgende Instruktion: „Sie wer-[85]den in einen tiefen Schlaf fallen und um drei Uhr aufwachen und sofort wieder einschlafen.“ Weiterhin wurde suggeriert, vor drei Uhr nicht zu träumen, aber nach drei Uhr. Nach einigen Experimentnächten wurden die EEG-Muster mit denen von den Nächten der gleichen Versuchspersonen ohne posthypnotischen Auftrag verglichen. Es zeigte sich, daß nach dem posthypnotischen Auftrag die Länge der Perioden Aktiven Schlags vor drei Uhr signifikant (d. h. bedeutend) kürzer waren als ohne Auftrag. Nach drei Uhr zeigten die EEG-Muster keine Differenzen mehr.

Jovanovic erbrachte dann den Nachweis, daß auch tatsächlich das geträumt wird, was suggeriert worden ist. Er hatte als Versuchspersonen zwei Männer, die beide im zweiten Weltkrieg in derselben Gegend waren. Der eine träumte von den Kriegsereignissen, und Jovanovic nahm den Traumbericht auf Tonband auf und spielte das Band während der AS-Periode dem anderen Mann vor. Jovanovic schreibt dann weiter: „Nach Beendigung dieser Traumphase weckten wir den Schläfer, und er gab als seinen Traum wortwörtlich den Text des Tonbandes wieder“ (1978, S. 1274).

Dieser Nachweis, daß der Traum Inhalt von außen suggeriert werden kann, hat besondere Bedeutung für die Erforschung des Mechanismus des Vergessens von Träumen oder Traumteilen: Man kann bestimmte Traum Inhalte suggerieren und überprüfen, ob die Erinnerungsfähigkeit u. a. auch vom Traum Inhalt abhängt, d. h., ob möglicherweise Träume unangenehm oder anstößigen Inhalts bevorzugt vergessen werden, wie es das Experiment von Rosalind Cartwright (vgl. S. 77) vermuten läßt.

In letzter Zeit werden zunehmend Versuche zum Einfluß bestimmter Medikamente auf Länge und Inhalt des Traums durchgeführt. Solche Untersuchungen sind tatsächlich von nicht geringer Bedeutung, da die Einnahme besonders von Psychopharmaka, d. h. von Medikamenten, die Stimmungslage und psychische Verhaltensweise beeinflussen, ständig zunimmt. Als Ergebnis solcher [86] Untersuchungen ergab sich, daß nach Einnahme von Thymoleptika, d. h. von Medikamenten mit antidepressiver und aktivierender Wirkung, die Häufigkeit von Flug- und Fallträumen zunimmt. Erklärt werden kann das dadurch, daß diese Medikamente eine Lockerung der Muskulatur hervorrufen und damit die ohnehin schon eintretende Erschlaffung des Muskeltonus während der Traumphasen verstärken. Außerdem wurde festgestellt, daß Thymoleptika zu einer Häufung von Alpträumen führen.

Ein bestimmtes Medikament, das Amphetamin, ebenfalls mit erregender Wirkung, wirkt sich auf den Traum Inhalt dahingegen aus, daß er lebhafter und phantastischer wird. Die Ursache dafür liegt in der vom Amphetamin ausgehenden verstärkenden Wirkung des Noradrenalins, eines Hormons, das höchstwahrscheinlich für den Traumanteil des Schlags mitverantwortlich ist.

Eine große Anzahl experimenteller Untersuchungen sind mit LSD (Lysergsäurediethylamid) gemacht worden. Es scheint so, daß diese Droge zu einer Verkürzung des Traumphasenanteils am Schlaf führt.

Die Fragestellungen in diesem Bereich der Forschung sind jedoch überwiegend physiologisch, d. h., nach dem Einfluß von Medikamenten auf den Trauminhalt wird weniger gefragt. Es interessiert viel mehr ihre Wirkung auf die Länge der AS-Perioden, auf das EEG-Muster u. a. m. Eine Aufhellung der psychologischen Mechanismen des Traumgeschehens konnte ohnehin von dieser Art Untersuchungen nicht erwartet werden.

Die interessanteste Frage in bezug auf Traummaterial und Traumquellen bleibt immer noch die nach der Rolle der Tagesereignisse für die Bildung des Trauminhalt. Nach Freud gilt es als „unbestrittene Erkenntnis“, daß alles Material, das den Trauminhalt zusammensetzt, aus Erlebtem stammt und im Traum reproduziert, erinnert wird. Diese Erkenntnis ist der auf den Traum angewandte Grundsatz des Sensualismus: „Nihil est in intellectu, quod non prius fuerit in sensu“ (Nichts ist im Geist, das nicht vorher in den Sinnen war).

[87] Es hat nun nicht an Versuchen gefehlt, den Zusammenhang zwischen Tagesereignissen, also sinnlich Wahrgenommenem, und dem Trauminhalt zu untersuchen. Die Experimente, Hypothesen und Theorien bewegen sich im wesentlichen um drei Fragen:

1. Wie lange kann Erlebtes den Trauminhalt beeinflussen?
2. Werden bestimmte Elemente des Tageserlebens bevorzugt in den Traum aufgenommen bzw. bestimmte Elemente bevorzugt weggelassen?
3. Gibt es Regeln (Gesetze) für die Umsetzung des am Tage Erlebten in den Trauminhalt, und wenn ja, wie sehen diese Regeln (Gesetze) aus?

Die Beschäftigung mit diesen Fragen macht im wesentlichen die psychologisch orientierte Traumforschung aus. Wir wollen diese drei Fragen und die entsprechenden Antwortversuche getrennt behandeln.

1. Wie lange kann Erlebtes den Trauminhalt beeinflussen?

Freud war der Meinung, daß im Traum Eindrücke aus den frühesten Lebensaltern erscheinen können und daß in jedem Traum eine Anknüpfung an die Erlebnisse des letzten Tages zu finden ist. Die erste Behauptung ist schwer zu beweisen. In der Regel werden zu ihrer Unterstützung Fallbeispiele angeführt. Besonders eindrucksvoll in dieser Hinsicht ist das schon erwähnte Buch „Schlüssel des Glücks“ von Soschtschenko, in dem der Autor schildert, wie er in seinen Träumen Motive sogar aus dem Säuglingsalter erkennt und mit deren Hilfe seine psychische Krankheit überwindet.

Für die Richtigkeit der zweiten Annahme spricht eine Reihe von experimentellen Ergebnissen, die nachweisen, daß in Träumen, die der Versuchssituation folgen, regelmäßig Elemente der Versuchssituation enthalten sind. Die Versuchssituation ist aber nichts anderes als ein Element des letztabgelaufenen Tages.

[88] Überblickt man die Ergebnisse der nun schon fast ein Jahrhundert andauernden Forschungen zu dieser Frage, so zeichnet sich folgende Erkenntnis ab:

Einmal Erlebtes und im Gedächtnis Gespeichertes steht im Prinzip immer für den Traum zur Verfügung. Die Wahrscheinlichkeit jedoch, daß es auch tatsächlich für den Traum verwendet wird, ist um so größer, je weniger Zeit zwischen dem Erlebten und dem Traum vergangen ist. Aus diesem Grund findet sich in der Tat fast regelmäßig etwas vom vergangenen Tag in unseren Träumen. Natürlich sind es meistens auch die Probleme des letzten Tages, die uns am meisten beschäftigen; was vor 4 Wochen oder vor 2 Jahren war, ist uns viel gleichgültiger, von der frühen Kindheit ganz zu schweigen.

2. Werden bestimmte Elemente des Tageserlebens bevorzugt in den Traum aufgenommen bzw. bestimmte Elemente bevorzugt weggelassen?

Bei dieser Frage, d. h. bei ihrer Beantwortung, gehen die Meinungen extrem auseinander. Die einen meinen, im Traum erschienen vorwiegend unbedeutende Tagesereignisse, andere dagegen behaupten, daß das Gehirn im Traum mehr Möglichkeiten habe, sich auf tagsüber angehäufte Probleme zu konzentrieren (Jovanovic). Schon Herodot hatte vor fast 2500 Jahren diese Meinung vertreten (vgl. S. 23), und Robert hielt es sogar für die Hauptfunktion des Traums, am Tage unerledigt Gebliebenes zu verarbeiten. Tatsächlich spricht vieles dafür, daß die Dinge, die den Menschen am Tage hauptsächlich beschäftigen, auch im Traum einen breiten Raum einnehmen (vgl. dazu S. 94 ff.). Ob jedoch bestimmte Elemente des Tageserlebens bevorzugt weggelassen werden, d. h. im Traum nicht erscheinen, ist zwar Gegenstand heftiger Auseinandersetzungen, aber bisher auch noch nicht im Ansatz geklärt. Das Problem besteht darin, daß sich nicht eindeutig entscheiden läßt, ob bestimmte Elemente überhaupt nicht im Traum erscheinen oder ob sie bloß vom Träumer nicht erinnert werden. [89]

3. Gibt es Regeln (Gesetze) für die Umsetzung des am Tage Erlebten in den Trauminhalt, und wenn ja, welches sind diese Regeln (Gesetze)?

Das Problem, daß durch diese Frage umrissen wird, ist das wohl unklarste, bildet aber zugleich den Kernpunkt der modernen Traumforschung. Im 19. Jahrhundert war unter Medizinern, aber auch unter Psychologen die Meinung weit verbreitet, daß der Traum nichts weiter als eine sinnlose Tätigkeit des Gehirns sei. Noch die meisten medizinischen Zeitgenossen Freuds hielten den Traum für eine Art Zuckung des sonst schlafenden Seelenlebens. In modifizierter Form wird diese Meinung bis heute vertreten. Ihre bekanntesten Exponenten sind MacCarley und Hobson. Ein Artikel im „Spiegel“ vom 28.04.1980 über ihre Theorie trägt die bezeichnende Überschrift: „Träume: Wirr wie ein Stück von Beckett“ (zur Theorie von MacCarley und Hobson vgl. S. 60 f. und S. 153 ff.).

Es ist klar, daß von einem solchen Standpunkt aus die Frage nach den Regeln der Umsetzung von Tageserleben in den Trauminhalt gegenstandslos ist. Sie entsteht erst dann und erhält Bedeutung, wenn man Träume nicht für sinnlos hält, ihren Inhalt aber trotzdem nicht erklären kann. Der erste und bisher umfassendste Versuch einer Aufstellung von Regeln ist die Traumtheorie Freuds. Seine Regeln (hauptsächlich Verdichtung und Verschiebung, auch Symbolbildung) beziehen sich auf das Verhältnis von latenten Traumgedanken und manifestem Trauminhalt. Da für Freud aber die latenten Traumgedanken zum größten Teil aus „Tagesresten“ bestehen, beschreiben seine Regeln die Traumarbeit die Umsetzung von Tageserleben in den Traum bzw. die Traumerinnerung.

Die Situation der „Wissenschaft vom Traum“ ist also tragisch: Auf ihre zentrale Frage gibt es keine gesicherte Antwort. Hier wird natürlich auch der Leser enttäuscht, der sicher eine Antwort auf gerade diese Frage [90] erwartet hat. Diese unbefriedigende Lage erklärt aber auch manches, z. B. die Tatsache, daß trotz vieler und begründeter Kritiken und sogar trotz teilweiser Widerlegungen der Freudschen Traumtheorie immer noch so viel Interesse entgegengebracht wird: Solange man keine vernünftige Ersatztheorie hat, muß man sich mit der alten zufriedengeben, oder wie Thomas Kuhn sich ausdrückt: Bei Regen ist ein Dach mit Löchern besser als gar keins.

Sexuelle Träume

Zuerst muß hier unterschieden werden zwischen Träumen, in denen Sexuelles unverhüllt zum Ausdruck kommt, und solchen, die nach Meinung dieser oder jener Traumtheorie Sexuelles in symbolischer oder anderweitig verschlüsselter Form zum Inhalt haben.

Wir wollen mit der Erörterung der zweiten Form beginnen. Hier geht natürlich viel auf Freud zurück, obwohl wir schon Gelegenheit hatten, darauf hinzuweisen, daß der Vorwurf, Freud deute alle Träume auf ausschließlich sexuellem Hintergrund, nicht berechtigt ist.

Freuds Ausgangspunkt bei der sexuellen Interpretation von Träumen war die Tatsache, daß in der bürgerlichen Gesellschaft seiner Zeit die Sexualität weitgehend tabu war. Das galt sowohl für die Öffentlichkeit als auch für das Privatleben. Über Sexualität sprach man nicht, und Wünsche in dieser Richtung zu haben war schon gänzlich unschicklich. Da aber Freud davon überzeugt war, daß im Inneren der Persönlichkeit sexuelle Triebe, wie er es nannte, vorhanden sind, fragte er sich, wie sie zum Ausdruck kommen. Eine Ausdrucksform sah er in Träumen. Da aber auch hier noch gesellschaftliche Normen in Form der Traumzensur wirkten, glaubte Freud, daß viele sexuelle Dinge im Traum durch Symbole ausgedrückt werden, die die Traumzensur anstandslos passieren können. So hielt er z. B. Stöcke, Baumstämme, Schirme, Messer, Dolche für symbolhafte Darstellungen [91] des männlichen Glieds. Dosen, Schachteln, Kästen, Schränke und Öfen entsprechen nach Freuds Verständnis dem weiblichen Körper. Auch Zimmer symbolisierten weibliche Personen. Da Zimmer verschiedene Eingänge und Ausgänge haben und auch die Umgangssprache das Wort „Frauenzimmer“ kennt, hielt sich Freud zu dieser Deutung für berechtigt.



Frans Masereel. Der Traum des Mädchens. Grafische Darstellung eines unverhüllten sexuellen Wunschtraums [S. 92]

Selbstverständlich kann man hier viele Einwände vorbringen, und solche Art von Traumdeutung führt schnell zur Scharlatanerie, wenn man nicht die Einschränkungen beachtet, die Freud selbst formuliert hat (vgl. dazu S. 47 f.). Dazu zwei Beispiele: In dem Buch „Die Deutung erotischer Träume“ von Lintener-Fabian (1970) 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 unbefriedigende sexuelle Erlebnisse schließen lasse usw. usf. Aber auch in Fachzeitschriften finden sich zahlreiche Beispiele solcher hemmungslosen Deuterei. Der inzwischen verstorbene Alexander Mitscherlich, ein anerkannter Fachmann auf dem Gebiet der psychosomatischen Medizin, schreibt über den Traum Kekulé, der den letzten Anstoß zur Entdeckung der Ringstruktur des Benzols gab (vgl. dazu S. 94 ff.), daß dieser die sexuellen Wünsche des Junggesellen Kekulé zutage fördere (Mitscherlich 1972, S. 649).

Wir wollen die Reihe solcher unerfreulichen Beispiele nicht fortsetzen, sondern zu den Träumen übergehen, in denen Sexuelles ohne jede Verschlüsselung zum Ausdruck kommt. Solche Träume sind gar nicht so sehr selten. Treten sie auf, verstärken sie die ohnehin während der Traumphasen auftretenden Erektionen des männlichen Gliedes bzw. der weiblichen Klitoris. Jovanovic, der diese Untersuchungen durchgeführt hat, erwähnt auch Beispiele dazu: Ein junger Mann träumt von Gruppensex mit ein paar jungen Frauen. Während er gerade damit beschäftigt war, eines der Mädchen zum Orgasmus zu bringen, wurde er geweckt. Die Erektionen dieses Mannes während des Traums waren bedeutend stärker als [92] die gewöhnlich beobachteten. Ähnliches zeigt sich auch bei Frauen: Während sexueller Träume sind die Kontraktionen der Scheide besonders ausgeprägt und die Erektionen der Klitoris besonders stark.

[93] Das überraschende Ergebnis der Untersuchungen zur Kontrolle der Aktivierung der Sexualorgane während des Traums ist jedoch die folgende Beobachtung: Die Erektionen von Glied und Klitoris sind nicht nur bei direkt oder offen sexuellen Träumen besonders stark, sondern auch dann, wenn in den Träumen sexuelle Symbole, wie sie u. a. von Freud behauptet wurden, auftraten (Jovanovic 1972). Dieses Ergebnis zeigt, daß wir zumindest im Unbewußten mit den von Freud angeführten Gegenständen etwas Sexuelles verbinden. Wie diese Verbindung zustande gekommen ist, darüber wird vorläufig noch spekuliert. [94]

Können wir im Traum Probleme lösen?

*Wenn ich leicht einschlief, träumte ich von eben
jenen Fragen. Viele sind mir so im Schlaf klar
geworden.*

Ibn Sina

Phantasie und Realität

Im menschlichen Bewußtsein lassen sich zwei Zustände unterscheiden: ein realistischer und ein phantastischer. Beide Zustände stehen in Wechselwirkung und erlauben auf diese Art und Weise ein vertieftes Verständnis der Welt (vgl. dazu Polikarov und Tögel 1982).

Realistisches Denken wird vorwiegend im Alltagsleben geschult, wo nämlich jede Abweichung von der Wirklichkeit negative Folgen hat (vgl. S. 120 ff.). Diese negativen Folgen spielen die Rolle eines Verhaltensregulators und bewirken, daß wir uns angepaßt verhalten.

Das alles betrifft den Wachzustand. Während des Schlafs ist der Mensch aber weitgehend von der Realität abgeschnitten, und er produziert in seinen Träumen eine phantastische „Realität“, in der auf die erstaunlichste Art die verschiedenartigsten Elemente verbunden werden. Das ist aber nicht nur eine Frucht der Phantasie, sondern auch ein Training der Phantasie.

Wie diese Traumphantasie Probleme löst, wollen wir an Hand einiger Beispiele zeigen. [95]



Ibn Sina (Avicenna)

Ibn Sina, Kekulé, Mendelejew ...

Eine der frühesten Überlieferungen von Problemlösungen im Traum stammt von Ibn Sina (Avicenna) aus dem 10. Jahrhundert. Zwischen seinem 16. und 18. Lebensjahr beschäftigte er sich fast ausschließlich mit Logik und Philosophie. Konnte er mit einem Problem nicht fertig werden, ging er in die Moschee und bat Allah, er möge ihm die Augen öffnen. Dann ging er nach Hause, arbeitete noch weiter, trank ein wenig Wein und legte sich dann schlafen. Er träumte dann „von eben diesen Fragen“, und viele sind ihm so „im Schlaf klar geworden“. Ibn Sina behauptet sogar: „Auf diese Weise wurden in mir sämtliche Wissenschaften gefestigt, und ich beherrschte sie, so gut es Menschen vermögen“ (Brentjes und Brentjes 1979, S. 33).

Das wohl bekannteste Beispiel einer wissenschaftlichen Entdeckung im Traum ist die der Ringstruktur des Benzols durch August Kekulé von Stradonitz (1829-1896). In seinem Stuhl am Kamin eingeschlafen, träumte er folgendes:

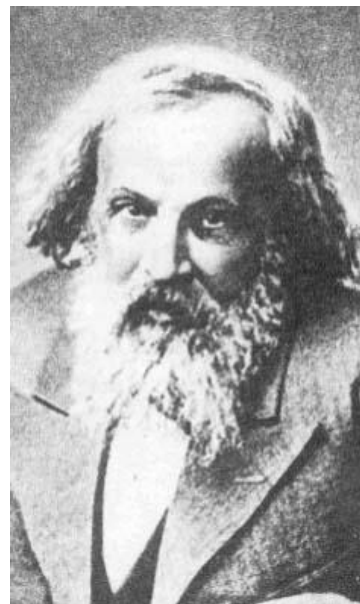
„Die Atome gaukelten vor meinen Augen. Kleinere Gruppen hielten sich bescheiden im Hintergrund. Mein geistiges Auge, durch wiederholte Gesichte ähnlicher Art geschärft, unterschied jetzt größere Gebilde mannigfacher Gestaltung. Lange Reihen, vielfach dichter zusammengefügt; alles in Bewegung; schlangenartig sich windend und drehend. Und siehe, was war das? Eine der Schlangen erfaßte den eigenen Schwanz und höhnisch wirbelte das Gebilde vor meinen Augen. Wie durch einen Blitzstrahl erwachte ich; den Rest der Nacht verbrachte ich, um die Konsequenzen der Hypothese auszuarbeiten“ (zitiert nach Störig 1957, S. 509)

Kekulé hatte sich selbstverständlich schon lange vor diesem Traum mit Fragen der Benzolstruktur beschäftigt. Und ähnlich wie es Ibn Sina beschreibt, gingen ihm diese Probleme ständig durch den Kopf und fanden auch Eingang in seine Träume. Die „zündende Idee“ – Kekulé erwachte wie durch einen „Blitzstrahl“ – kam ihm, als eine der Schlangen ihren eigenen Schwanz erfaßte und so einen Ring formte. Damit hatte Kekulé den Problemraum erweitert und konnte sich nun auch die Kohlenstoffatome des Benzols in ringförmiger Anordnung vorstellen.

Ein ähnliches Aha-Erlebnis im Traum hatte auch Mendelejew (1834-1907). Er beschäftigte sich schon lange mit der Aufstellung des Periodensystems der Elemente, aber es wollte ihm nicht so recht gelingen: Er versuchte [99] Ordnung in die Elemente zu bringen, indem er sie



August Kekulé von Stradonitz [S. 97]



Dmitri Iwanowitsch Mendelejew [S. 98]

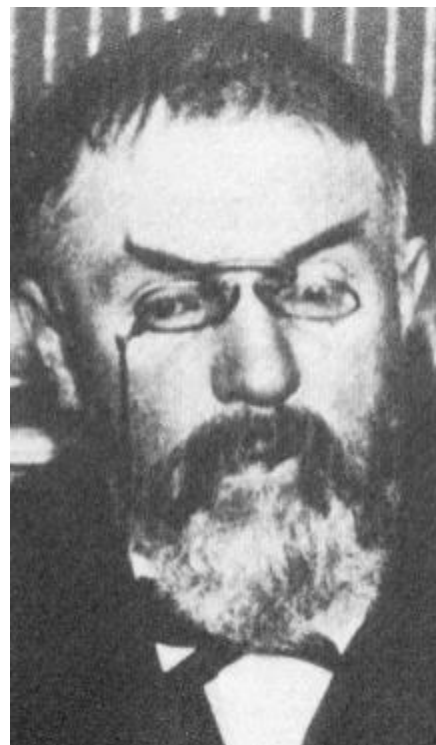
nach der Größe ihrer Atome ordnete, das führte aber zu keiner brauchbaren Lösung. Eines Nachts hatte Mendelejew einen Traum, den er so wiedergab: „Ich sah im Traum die Tabelle, in der alle Elemente so verteilt waren, wie es sein mußte. Ich erwachte sofort und schrieb alles auf ein Stück Papier. Nur an einer Stelle erwies sich später eine Korrektur als nötig“ (zitiert nach Pissarzhenky 1954).

Der Schlüssel zu diesem Traum liegt in der Formulierung, daß alle Elemente so verteilt waren, „wie es sein mußte“. „Wie es sein mußte“ heißt: verteilt nach dem Gewicht der Atome, nicht nach ihrer Größe. Die Umstrukturierung des Problemlösungsversuchs ist hier ähnlich wie bei Kekulé. Die Anordnung nach Größe der Atome hat zu keiner befriedigenden Lösung geführt,

im Traum aber gelingt es Mendelejew den Problemraum zu erweitern und das Atomgewicht für die Anordnung der Elemente als entscheidend anzusehen.

Auch die Mathematik verdankt die Lösung eines Problems dem Traum eines der größten Talente. Henri Poincaré (1854-1912) löste das mathematische Problem der Begründung einer Klasse Fuchsscher Funktionen „im Schlaf“. Die Pariser Akademie der Wissenschaften hatte 1880 einen Preis für die Lösung dieses Problems ausgesetzt. Poincaré nahm an diesem Wettbewerb teil und beschäftigte sich intensiv mit der gestellten Aufgabe: „Seit 15 Tagen versuche ich zu beweisen, daß es keine Funktion geben kann, analog zu der, die ich die Fuchssche nannte. Jeden Tag saß ich am Schreibtisch. Dort verbrachte ich 1-2 Stunden und probierte eine große Anzahl von Kombinationen durch – ohne Ergebnis. Eines Abends trank ich entgegen meiner Gewohnheit eine Tasse schwarzen Kaffees. Ich konnte nicht einschlafen, und viele Ideen gingen mir durch den Kopf. Ich fühlte, wie sie miteinander zusammenstießen, bis schließlich zwei von ihnen eine feste Verbindung eingingen. Am nächsten Morgen entdeckte ich die Existenz einer Klasse von Funktionen, die der hypergeometrischen [102] Reihe ent-

Erster Entwurf des Periodensystem durch Mendelejew [S. 100]



Henri Poincaré [S. 101]

sprach. Ich brauchte nur noch die Resultate aufzuschreiben, was mich nur wenige Stunden kostete“ (Poincaré, 1970, S. 81).

Den entscheidenden Schritt zu seiner Entdeckung hat Poincaré offenbar im Traum vollzogen: Am Abend schon kündigte sich ihm eine feste Verbindung zwischen zwei Ideen an, und am nächsten Morgen ist das Problem gelöst. Leider wissen wir hier nicht genau, wie Poincaré zur Lösung gekommen ist, berichtet er doch nichts vom Inhalt seiner Träume dieser entscheidenden Nacht. Es läßt sich aber vermuten, daß es nicht viel andere Mechanismen als bei Kekulé und Mendelejew gewesen sein können, die ihn zum Ziel geführt haben.

Der deutsche Ägyptologe Heinrich Brugsch-Pascha (1827-1894) hat genau beschrieben, wie er zur Lösung unklarer Textstellen im Traum kam: „Bis tief in die Nacht hinein saß ich eifrig vor meinen ägyptischen Inschriften, um beispielsweise die Aussprache und die grammatische

Bedeutung eines Zeichens oder einer Wortgruppe festzustellen. Ich fand aber trotz allen Grübelns und Nachdenkens die Lösung nicht, legte mich übermüdet in mein Bett, ... um in einen tiefen Schlaf zu verfallen. Im Traum setzte ich dann die unerledigt gebliebene Untersuchung fort, fand plötzlich die Lösung, verließ sofort meine Lagerstätte, setzte mich wie ein Nachtwandler mit geschlossenen Augen an den Tisch und schrieb das Ergebnis mit Bleistift auf ein Stück Papier. Ich erhob mich, kehrte nach meiner Schlafstätte zurück und schlief von neuem weiter. Nach meinem Erwachen am Morgen war ich jedesmal erstaunt, die Lösung des Rätsels in deutlichen Schriftzügen vor mir zu sehen. Ich erinnerte mich wohl des Traumes, aber fragte mich vergebens, wie ich imstande gewesen war, in der dichtesten Finsternis deutlich lesbare Zeichen niederzuschreiben“ (zitiert nach Jezower 1928, S. 228).

An diesem Beispiel ist besonders die Verknüpfung von Traum und Schlafwandeln interessant. Nach Beendigung des Traums und Aufhebung der Muskellähmung war Brugsch in der Lage, zum Tisch zu gehen und die [103] Lösung niederzuschreiben. Er erinnerte sich aber nicht daran, weil die Niederschrift vermutlich in eine Tiefschlafphase fiel (vgl. dazu Jovanovic 1978, S. 1266 ff.).



Otto Loewi

[104] Besonders informativ in bezug auf die Mechanismen, die im Traum beim Problemlösen wirksam sind, ist das Beispiel Otto Loewis (1873-1961). Er entdeckte 1921 das Azetylcholin als chemische Überträgersubstanz von Nervenimpulsen. Wie kam es dazu?

Im Jahre 1921 war die Hypothese von der chemischen Übertragung von Nervenimpulsen schon fast 20 Jahre alt. Es gab aber keinen experimentellen Beweis für sie, und bei einigen Forschern war sie schon in Mißkredit geraten. Loewi änderte die Lage entscheidend, und zwar durch ein Experiment, das ihm in zwei aufeinanderfolgenden Nächten „im Traum erschien“:

„In der Nacht vor Ostersonntag 1921 erwachte ich und warf einige wenige Notizen auf einen Fetzen dünnes Papier. Dann schlief ich wieder ein. Gegen 6 Uhr morgens wachte ich auf, und es schien mir, als hätte ich in der Nacht etwas Wichtiges aufgeschrieben. Ich konnte es aber nicht entziffern. In der nächsten Nacht, gegen 3 Uhr, kehrte der Gedanke zurück: Es war die Versuchsanordnung für ein Experiment, das entscheiden konnte, ob die Hypothese von der chemischen Übertragung richtig war. Ich stand sofort auf, ging ins Labor und machte genau

nach der nächtlichen Versuchsanordnung ein Experiment am Froschherzen“ (zitiert nach Geison 1973, S. 453).

Die Resultate dieses Experiments wurden zur Grundlage der Theorie von der chemischen Übertragung von Nervenimpulsen.

Aber wie war es zu den entscheidenden Träumen gekommen? Es stellte sich heraus, daß Loewi genau die Versuchsanordnung, von der er geträumt hatte, schon früher mindestens zweimal erfolgreich benutzt hatte, allerdings in einem anderen Zusammenhang. Im Wachbewußtsein gelang es ihm jedoch nicht, die Verbindung zwischen dieser Methode und der zu beweisenden Hypothese herzustellen. An dieser Stelle half ihm der Traum: Er stellte die Verbindung her, nach der Loewi tagsüber vergeblich gesucht hatte.

[105] Abschließen wollen wir die Reihe unserer Beispiele mit einem Traum aus der politischen Geschichte. Bismarck war seit 1862 preußischer Ministerpräsident. Die Verweigerung der Deckung der finanziellen Mehrausgaben durch die liberale Kammermehrheit löste eine Staatskrise aus. In dieser Zeit träumte Bismarck von preußischen Truppen in Böhmen (Bismarck 1898, S. 487), das ja damals österreichisch war. Für ihn war der Krieg gegen Österreich die Lösung der Krise Preußens. Im Jahre 1866 setzte er dann seinen Traum in die Tat um: Bismarck führte Krieg gegen Österreich, der siegreich endete (Schlacht bei Königgrätz) und als dessen Folge der Norddeutsche Bund als Vorstufe zum Deutschen Reich mit Preußen als Hegemonialmacht gegründet wurde.

Bei diesem Traum sind die gleichen „Mächte“ im Spiel wie bei den „kriegsauslösenden“ Träumen im Altertum (vgl. S. 18 ff.): Die lange Beschäftigung und Suche nach Auswegen aus bestimmten schwierigen Situationen setzt sich im Traum fort. Und leider sahen (und sehen) imperialistische Politiker häufig den Ausweg im Krieg. Kriege sind aber unpopulär, und deshalb gestehen sich diese Politiker – wie das Beispiel Bismarcks zeigt – Kriegsabsichten im Traum eher ein als im Wachen. (Selbstverständlich ist damit nicht gesagt, daß Kriege lediglich als Folge der Absichten einzelner Herrscher oder Politiker entstehen.)

Wir wollen nun die Erkenntnis aus diesem Kapitel zusammenfassen.

Zuerst müssen wir feststellen, daß Problemlösungen im Traum keineswegs parapsychologische Erscheinungen sind. Die Lösung ergibt sich weder aus dem Nichts, noch sind irgendwelche unbekannten Kräfte im Spiel, die hell- oder voraussehen können. In allen Fällen ist es so, daß die Lösung im Traum erst dann erscheint, nachdem der Träumer sich schon lange, lange Zeit, manchmal Jahrzehnte mit dem Problem beschäftigt hat. Die Lösung wird im Traum dann erleichtert dadurch, daß die im Wachzustand vorbedachte Aufgabe anschaulich-[106]symbolisch gestaltet wird. Und es ist genau die Wechselwirkung von anschaulichem und logischem Denken, die schöpferische Leistungen möglich macht (Klix 1980, S. 253 ff.). Wenn also die begrifflich-logische Repräsentation eines Problems anschaulich abgebildet werden kann, führt das häufig „zur Entdeckung völlig neuer Zusammenhänge“ (ebenda, S. 256). Für eine anschauliche Abbildung ist der Traum aber geradezu prädestiniert, und der „Schlangentraum“ Kekulé ist ein eindrucksvolles Beispiel dafür. Was liegt also näher, als zu versuchen, den Traum zur Lösung wissenschaftlicher Probleme heranzuziehen? Um so mehr, als aus der Wissenschaftsgeschichte, wie wir gesehen haben, schon eine Anzahl von Beispielen spontaner Problemlösungen bekannt sind. Doch diese Versuche stecken erst in den Anfängen (vgl. dazu S. 159 ff.).

[107]

Traum und Parapsychologie

*Ich bin weit davon entfernt, im Traum eine
Ankündigung der Zukunft anzuerkennen, nach deren
Enthüllung der Mensch seit jeher mit allen
unerlaubten Mitteln vergeblich strebt.*

Sigmund Freud

Blicke in die Zukunft?

Das Interesse der Parapsychologie konzentriert sich im wesentlichen auf sogenannte telepathische und prophetische Träume. Diese Art von Träumen werden von den Vertretern der Parapsychologie als Ausdruck spezieller Fähigkeiten betrachtet: Telepathische Träume übertragen Gedanken, Gefühle und Empfindungen von einer Person auf eine andere ohne Vermittlung der uns bekannten Sinnesorgane. Prophetische Träume, auf der anderen Seite, könnten zukünftige Ereignisse voraussagen, deren Eintreten nicht auf Grund unserer Erkenntnisse erwartet werden kann. Natürlich darf das vorausgesagte Ereignis auch nicht Folge des es ankündigenden Traums sein.

Das Problem steht und fällt mit der Frage, ob es tatsächlich telepathische und prophetische Träume gibt. Überblickt man die Literatur, so scheint daran kein Zweifel zu bestehen (vgl. S. 11 ff.). In mindestens jedem zweiten Buch über den Traum werden Berichte über solche Art von Träumen durch „absolut glaubwürdige Gewährspersonen“ wiedergegeben. Wir sollten solche Berichte allerdings mit Vorsicht genießen. Wenn wir von den Träumen absehen, die ihre Erfüllung schon deshalb nach [108] sich ziehen, weil sie schon die Absicht des Träumers zum Ausdruck bringen (wie bereits erwähnt bei den Kriegen im Alten Orient oder dem Traum Bismarcks), dann müssen wir sehr harte Vorbedingungen für die Feststellung der Existenz prophetischer Träume annehmen. Der um die Traumforschung sehr verdiente Wolf von Siebenthal (1953, S. 456) nennt z. B. folgende Kriterien für den tatsächlichen Nachweis eines prophetischen Traums:

1. Drei voneinander unabhängige Fachleute (2 Psychologen und ein Arzt) müssen den Traum vor seiner Erfüllung registrieren.
2. Die Person des Träumers darf an dem angekündigten Ereignis in keiner Weise beteiligt sein.
3. Das Eintreffen des Ereignisses darf nicht mit anderen Mitteln voraussagbar sein.
4. Zeitpunkt, Ort und handelnde Personen müssen präzise aus dem Traum hervorgehen.
5. Das prophetische Ereignis muß ohne Wissen oder Beeinflussung der daran beteiligten Personen registriert werden, möglichst von Personen, die von dem Traum nichts wissen.

Wir müssen aber ganz eindeutig feststellen, daß keiner der in der Literatur beschriebenen sogenannten oder scheinbaren prophetischen Träume diesen Kriterien standhält. Das gleiche gilt auch für telepathische Träume: Ein Beweis für die tatsächliche Existenz dieses „Phänomens“ ist bisher nicht erbracht worden.

Denkfehler

Wir wollen hier nicht einzelne Beispiele diskutieren und die Unhaltbarkeit parapsychologischer Behauptungen nachweisen. Das ist schon vielfach getan worden. Viel interessanter erscheint uns die Frage, wieso trotz zahlreicher Nachweise ihrer Unhaltbarkeit das Interesse an [109] Parapsychologie und damit auch an prophetischen und telepathischen Träumen so groß ist. Sind die Menschen tatsächlich so unkritisch, daß sie alles ihnen als wahr und existierend

Vorgestellte für bare Münze nehmen? Welches sind die Mechanismen, auf die sich die Popularität der Parapsychologie in den meisten westlichen, aber auch in einigen sozialistischen Ländern gründet?

Einige Aspekte, die zur Aufklärung dieser Fragen beitragen können, wollen wir hier besprechen.

Erstens. Gewöhnlich wird nicht zwischen parapsychologischen Erscheinungen, deren Existenz zweifelhaft ist, und Erscheinungen, deren Realität zwar bewiesen, deren Wesen aber noch ungeklärt oder nur zum Teil erforscht ist, unterschieden. So bei den Träumen. Ihre Existenz bezweifelt niemand, doch wegen der Schwierigkeiten ihrer experimentellen Erforschung gibt es immer noch keine allgemein anerkannte und befriedigende Theorie über sie. Oder nehmen wir die Röntgenstrahlen. Ihr Wesen war lange Zeit unklar, ihre Existenz wurde jedoch nicht bestritten. Deshalb ist es nicht möglich, Parallelen zwischen behaupteten, aber nicht festgestellten parapsychologischen Erscheinungen und z. B. der Entdeckungs- und Erklärungsgeschichte der Röntgenstrahlen zu machen. Leider sind sich viele Leute darüber nicht im klaren, und die Parapsychologen benutzen diese Lage: Sie werfen Erscheinungen wie Suggestion und Hypnose, deren psychophysiologische Mechanismen relativ gut erforscht, der breiten Öffentlichkeit jedoch unbekannt sind, mit den von ihnen behaupteten übernatürlichen Phänomenen zusammen und suggerieren: Wenn es so etwas wie Hypnose gibt, mit deren Hilfe man solche wundersamen Dinge machen kann, wieso soll es dann nicht auch telepathische und prophetische Träume geben?

Zweitens. Die Vertreter der Parapsychologie benutzen geschickt eine wissenschaftliche Terminologie als Kompensation für fehlende Beweise. Außerdem wird durch [110] die Verwendung der Statistik und Mathematik der Eindruck erweckt, daß die Ergebnisse ihrer Experimente statistisch abgesichert sind. In der Regel jedoch entsprechen die von den Parapsychologen statistisch bearbeiteten Daten nicht den Anforderungen der statistischen Tests, d. h., man wendet diese Tests auf Daten an, für die sie überhaupt nicht gedacht sind. Hinzu kommt, daß die Vertreter der Parapsychologie meistens vergessen, daß eine statistische Korrelation (Zusammenhang) keine Ursache-Wirkungs-Beziehung beschreibt. Wenn das so wäre, könnte man mit Hilfe der Statistik auch beweisen, daß die Störche die Kinder bringen, denn parallel zur Abnahme der Störche in Europa sinkt auch die Geburtenhäufigkeit.

Drittens. In der Psychologie ist die sogenannte sich selbst erfüllende Prophezeiung ein bekanntes Phänomen. Es äußert sich darin, daß die Prophezeiung selbst das angekündigte Ereignis hervorruft. Wenn also jemand Datum und Ort seines bevorstehenden Todes träumt und dann auch tatsächlich unter den geträumten Angaben stirbt, so ist das keineswegs ein Beweis für prophetische Träume, sondern zeigt lediglich, in welcher drastischen Weise die Psyche des Menschen physiologische Vorgänge beeinflussen kann. Ein eindrucksvolles Beispiel in dieser Hinsicht erwähnt Klumbies (1974, S. 308): „Plötzlicher Herztod wurde in neuer Zeit von einem zum Tode verurteilten Verbrecher im Sing-Sing bekannt. Der elektrische Stuhl versagte im entscheidenden Moment, der Delinquent aber war tot.“

Dieses und auch viele andere Beispiele zeigen, daß es keineswegs harmlos ist, wenn Wahrsagerinnen Verschlechterungen oder Verbesserungen des Gesundheitszustandes voraussagen. Im ersten Fall kann die Verschlechterung tatsächlich als Folge der Voraussage eintreten, im zweiten kann eins aus den gleichen Gründen eintretende Verbesserung das Fortschreiten einer ersten organischen Erkrankung verschleiern. Aus der Psychotherapie sind Fälle bekannt, bei denen therapeutische Gespräche eine entscheidende Besserung des subjektiven Befindens herbeigeführt haben, eine unerkannte organische Erkrankung aber gleichzeitig zur objektiven Verschlechterung des Gesundheitszustandes geführt hat.

Viertens. Leider fallen „gesunder Menschenverstand“ und Logik nicht immer zusammen, hört man doch häufig Überlegungen folgender Art zugunsten parapsychologischer Erscheinungen: Nun gut, viele der Ergebnisse und Behauptungen der Parapsychologie sind zweifelhaft, aber alle zusammengenommen sind doch schon ein schlagkräftiges Argument für die Existenz parapsychologischer Erscheinungen; nun gut, keiner der berichteten telepathischen oder prophetischen Träume erfüllt die Kriterien der Objektivität, aber es werden soviel solcher Träume berichtet, daß doch was dran sein muß.

Aus logischer Sicht ist eine derartige Argumentation völlig unhaltbar, da sie von der Annahme ausgeht, daß mit steigender Anzahl zweifelhafter Berichte deren Richtigkeit zunimmt.

Ein weiterer Denkfehler ist die Gleichstellung von Denkmöglichkeit und Wirklichkeit. Freud hat diesen Fehler durch folgende witzige Geschichte zu veranschaulichen versucht: „Im Tempel zu Krakau sitzt der große Rabbi N. und betet. mit seinen Schülern. Er stößt plötzlich einen Schrei aus und äußert, von den besorgten Schülern befragt: Eben jetzt ist der große Rabbi L. in Lemberg gestorben. Die Gemeinde legt Trauer um den Verstorbenen an. Im Laufe der nächsten Tage werden nun die aus Lemberg Ankommenden befragt, wie der Rabbi gestorben, was ihm gefehlt, aber sie wissen nichts davon, sie haben ihn bei bestem Wohlbefinden verlassen. Es stellt sich endlich als gesichert heraus, daß Rabbi L. in Lemberg nicht zu jener Stunde gestorben ist, in der Rabbi N. seinen Tod telepathisch verspürte, da er immer noch weiter lebt. Ein Fremder ergreift die Gelegenheit, einen Schüler des Krakauer Rabbi mit dieser Begebenheit auf-[112]zuziehen: ‚Es war doch eine große Blamage von eurem Rabbi, daß er damals den Rabbi L. in Lemberg sterben gesehen hat. Der Mann lebt noch heute.‘ ‚Macht nichts‘, erwiderte der Schüler, ‚der Kück von Krakau bis nach Lemberg war doch großartig‘ (Freud, Studienausgabe, Bd. IV, S. 62).

Freud erläuterte an Hand dieses Beispiels einen Trick, den viele Parapsychologen täglich benutzen: Die Faszination, die von Gedankenübertragung oder Zukunftsvorhersage ausgeht, wird zum Argument für die tatsächliche Realisierbarkeit solcher „Fähigkeiten“.

Fünftens. In letzter Zeit berufen sich Parapsychologen in westlichen Ländern oder Vertreter der sogenannten Psychobiophysik (wie Spirkin aus der Sowjetunion) in zunehmendem Maße auf den Materialismus. Eben dieser Spirkin ist ein Verfechter der Möglichkeit von Psychokinese, d. h. der Bewegung von Gegenständen nur durch die Anstrengung der Gedanken. Durch starke Konzentration könnten Leute, die die Fähigkeit der Psychokinese besitzen, Streichholzschachteln schweben und Papierkörbe auf sie zukommen lassen. Spirkin ist nun zutiefst von dem „materiellen Wesen“ dieser Erscheinungen überzeugt und hebt hervor, daß es außerhalb des Materialismus überhaupt keine Erklärung dieses Phänomens geben könne (Spirkin 1980, S. 18).

Hier werden natürlich zwei Dichotomien miteinander vermischt: materialistisch – idealistisch und wahr – falsch. Damit wird der Eindruck erweckt, daß das Ausgehen von materialistischen Positionen die Existenz parapsychologischer Erscheinungen garantiert. Es muß aber ganz eindeutig festgestellt werden, daß eine materialistische Hypothese noch lange keine wahre Hypothese ist. Materialität allein sichert noch keinen Anspruch auf Wahrheit. So ist z. B. die Behauptung „Der Mond ist aus Käse“ unzweifelhaft eine materialistische Hypothese; trotzdem wird wohl niemand behaupten, daß sie wahr ist. Die Berufung auf materialistische Philosophie ist nichts mehr als ein Versuch der Parapsychologen, ihre [113] eigene berufliche Existenz zu sichern (vgl. dazu Tögel 1984).

Wir hätten natürlich neben diesen Überlegungen auch eine Reihe von Experimenten anführen können, die die Unhaltbarkeit von Telepathie oder Zukunftsvorhersage beweisen. Zum Beispiel haben Taylor und Balanovsky (1979) in einem Artikel der Zeitschrift „Nature“ berechnet,

daß die für Gedankenübertragung nötige Energie bei weitem die Leistung der vom Gehirn ausgesandten und empfangenen elektromagnetischen Wellen überschreiten müßte. Außerdem können Parapsychologen wohl kaum die Frage beantworten, wie ein Mensch mit paranormalen Fähigkeiten in der Lage sein sollte, die in seinem Gehirn eingehende Information zu entschlüsseln, denn Gedanken werden ja nicht in Form von Schallwellen übertragen.

Aber auch noch so viele negative Experimente können die Parapsychologen und ihre Anhänger nicht von der Unhaltbarkeit ihrer Behauptungen überzeugen, denn wie schon Friedrich Engels in seinem äußerst lesenswerten Artikel „Naturforschung in der Geisterwelt“ feststellte, ist „bloße Empirie unfähig, diejenigen zu überzeugen, die schon soweit von den angeblichen Phänomenen eingefangen sind, daß sie nur das sehen, was sie sehen sollen oder sehen wollen“ (Engels 1962, S. 346). Engels empfiehlt deshalb „theoretisches Denken“, und Freud hat an einem eindringlichen Beispiel die Kraft theoretischer Überlegungen dargestellt:

In seiner Schrift „Traum und Okkultismus“ diskutiert Freud das Für und Wider parapsychologischer Hypothesen und wählt zur Verdeutlichung ihres Charakters eine Analogie. Er schreibt: „Nehmen wir an, es handle sich um die Frage nach der Beschaffenheit des Erdinnern. Bekanntlich wissen wir nichts Sicheres darüber. Wir vermuten, daß es aus schweren Metallen im glühenden Zustand besteht. Nun stelle einer die Behauptung auf, das Erdinnere sei mit Kohlensäure gesättigtes Wasser, also eine Art Sodawasser. Wir werden gewiß sagen, das ist sehr unwahrscheinlich, widerspricht allen unseren Er-[114]wartungen, nimmt keine Rücksicht auf jene Anhaltspunkte unseres Wissens, die uns zur Aufstellung der Metallhypothese geführt haben. Aber undenkbar ist es immerhin nicht; wenn uns jemand einen Weg zur Prüfung der Sodawasserhypothese zeigt, werden wir ihn ohne Widerstand gehen. Aber nun kommt ein anderer mit der ernsthaften Behauptung, der Erdkern bestehe aus Marmelade! Dagegen werden wir uns ganz anders verhalten. Wir werden uns sagen, Marmelade kommt in der Natur nicht vor, es ist ein Produkt der menschlichen Küche, die Existenz dieses Stoffes setzt außerdem das Vorhandensein von Obstbäumen und von deren Früchten voraus, und wir wüßten nicht, wie wir Vegetation und menschliche Kochkunst ins Erdinnere verlegen könnten; das Ergebnis dieser intellektuellen Einwendungen wird eine Schwenkung unseres Interesses sein, anstatt auf die Untersuchungen einzugehen, ob wirklich der Erdkern aus Marmelade besteht, werden wir uns fragen, was es für ein Mensch sein muß, der auf eine solche Idee kommen kann“ (Freud, Studienausgabe, Bd. I, S. 472 f.).

Wir haben Freud so ausführlich zitiert, weil sein Beispiel sehr eindrücklich zeigt, was theoretisches Denken uns alles ersparen kann: Um festzustellen, daß der Erdkern nicht aus Marmelade ist, brauchen wir nicht 6000 km tief ins Erdinnere zu bohren. Wollen wir jedoch etwas über seine genaue Zusammensetzung erfahren, bleiben uns empirische Untersuchungen nicht erspart.

Natürlich liegen die Dinge bei der Parapsychologie nicht so einfach, aber im Prinzip entsprechen alle ihre Behauptungen der „Marmeladenhypothese“. [115]

Träume in Psychotherapie und Psychiatrie

*Wenn die Leute ihre Träume aufrichtig erzählen
wollten, da ließe sich der Charakter eher daraus
erraten als aus dem Gesicht.*

Georg Christoph Lichtenberg

Behandlung durch Träume

Freud war der erste, der auf Grund theoretischer Überlegungen Träume bei der Behandlung von Neurosen verwendete (vgl. dazu S. 35 ff.). Seitdem hat sich vieles geändert, und nur noch wenige Psychotherapeuten arbeiten mit Träumen streng nach den von Freud angegebenen Regeln. Der Grundgedanke von Freud wird jedoch von vielen Therapeuten geteilt: Daß nämlich der Traum die „via regia“, der „königliche Weg“ zum Unbewußten ist. Natürlich auch zum Unbewußten neurotischer Patienten.

Wie sieht nun psychotherapeutische Traumbearbeitung in der Praxis aus?⁹

Dazu müssen wir uns daran erinnern, was eine Neurose ist, d. h., welche Art von Krankheiten Psychotherapie heilt. Ganz allgemein gesagt, handelt es sich bei Neurosen um psychische oder körperliche Erkrankungen, deren Ursache in einer erlebnisbedingten Störung der Person-Umwelt-Beziehung liegt. Ziel der Psychotherapie ist die Beseitigung dieser erlebnisbedingten Störung. Das ist in der Regel ein recht langwieriger Prozeß, [116] und in seinem Rahmen werden verschiedene Hilfsmittel verwendet. Eines dieser Hilfsmittel ist die Traumbearbeitung. Dabei muß man zwei Aspekte unterscheiden, die sich aber nicht voneinander trennen lassen: den diagnostischen und den therapeutischen. Unter diagnostischem Gesichtspunkt versucht man, durch die Träume des neurotischen Patienten entweder Hinweise auf das konkrete Erlebnis (oder die Erlebnisse) zu bekommen, das zur Störung der Person-Umwelt-Beziehung, d. h. zur Neurose mit ihren Symptomen geführt hat, oder auch etwas über die Art der Störung der Person-Umwelt-Beziehung zu erfahren. Der Traum soll also Zugang zu verdrängten Konflikten ermöglichen und unbewußtes Material ans Licht fördern. Wir hatten ja bereits gesehen (vgl. S. 35 ff.), daß der Konflikt erst durch seine Verdrängung ins Unbewußte zur Krankheitsursache wird. Dazu ein Beispiel:

Eine 30jährige Angestellte kommt wegen Kopfschmerzen und Einschlafstörungen in die psychotherapeutische Behandlung. Auf Grund der einführenden Gespräche konnte nicht geklärt werden, was die Ursache ihrer Symptome war. In der ersten Behandlungswoche lieferte sie folgende Träume:

1. Traum:

Ich habe noch einmal geheiratet. Mein jetziger Mann war auch bei der Hochzeitsfeier dabei. Mein neuer Mann und ich schliefen in den Ehebetten, und mein jetziger Mann teilte sich mit seiner Mutter die Doppelbettliege.

2. Traum:

Hatte mir einen Pullover gestrickt. Vorne am spitzen Ausschnitt hingen zwei lange Fäden herunter. An diesen Fäden zog ich, und dieser Ausschnitt wurde immer größer bis zum Bauchnabel.

3. Traum:

Wir hatten in unserer Patientengruppe einen älteren Mann. Dieser Mann sagte zu mir: Es steht ein Artikel [117] über dich in der Zeitung. Dann fragte er mich, ob er mit mir schlafen könne. Leider wachte ich auf.

⁹ Vgl. dazu auch das von Wendt (1985) herausgegebene Buch „Psychotherapeutische Traumbearbeitung“.

Alle drei Träume weisen eindeutige Beziehungen zur Sexualität auf. Die therapeutischen Gespräche über die Träume und die Einfälle, die die Patientin dazu lieferte, führten zum zentralen Problem: Die Patientin hatte mit 18 Jahren geheiratet, seit einigen Jahren aber das Gefühl, durch diese frühe Heirat etwas verpaßt zu haben. Hinzu kommt, daß ihr Ehemann in sexueller Hinsicht nicht ihren Vorstellungen entsprach. In weiteren Gesprächen wurde deutlich, daß die Patientin mit dem Gedanken spielt, sich scheiden zu lassen bzw. sexuelle Beziehungen zu einem Bekannten aufzunehmen. Nach einigen Gesprächen über die ersten drei Träume änderte sich der direkte sexuelle Charakter ihrer weiteren Träume:

4. Traum:

Ich ging mit unserer Gruppe in eine Schwimmhalle. Als ich im Wasser war, fiel mir auf, daß ich noch die Uhr umhatte. Als wir aus dem Wasser kamen, standen an den Rändern des Schwimmbeckens lauter Araber, die alle durchließen, aber mich nicht. Ein paar von ihnen hatten Messer in der Hand. Einer stach mir in den Oberarm, der andere ins Bein.

5. Traum:

Jedesmal, wenn ich den Mund aufmachte, fiel mir ein Zahn raus.

Es läßt sich natürlich nicht beweisen, doch fällt bei diesen beiden Träumen auf, daß sie zumindest im Sinne Freuds sexuellen Inhalts sind: Messer sind Symbole des männlichen Glieds, und Zahnreizträume bei Frauen symbolisieren den Geburtsvorgang.

Wenn wir also für einen Moment annehmen, daß auch der 4. und 5. Traum sexuellen Charakters sind, bleibt die Frage zu klären, wieso die Patientin nach drei direkt sexuellen Träumen zu versteckt sexuellen „übergeht“. Dieses Phänomen läßt sich recht zwanglos als Ausdruck des Widerstands gegen die Aufdeckung ihrer unbewußt-[118]ten Wünsche durch den Therapeuten interpretieren. Aber wir haben uns dabei schon recht weit in das Gebiet des schwer Beweisbaren vorgewagt und wollen nun zu Gesicherterem zurückkehren.

Bei neurotischen Kindern ist es oft noch schwieriger als bei Erwachsenen, etwas über den Ursachenkomplex ihrer Symptome zu erfahren. Deshalb leisten hier Träume – neben anderen Verfahren wie Spiel und Zeichnen – besonders gute Dienste:

Ein 8jähriges Mädchen ist wegen Bettnässen in psychotherapeutischer Behandlung. Es ist recht aggressiv und im Gespräch ziemlich einsilbig. Trotz dieser Schwierigkeiten gelingt es dem Therapeuten, von dem Mädchen einen Traumbericht zu erhalten.

Traum:

Ich habe geträumt, daß ich mit meinem kleinen Schwesterchen auf dem Balkon bin. Die Mutti hat mir gesagt, ich soll aufpassen. Plötzlich – ich weiß gar nicht wie – war Simone weg. Als ich vom Balkon runtergucke, sehe ich sie ganz unten auf dem Pflaster liegen.

Das Mädchen beseitigt also im Traum ihre kleine Schwester. Die Tatsache, daß sie sie nicht eigenhändig vom Balkon geworfen hat, sondern das „hinter ihrem Rücken“ passiert ist, könnte man der Traumzensur zuschreiben. Auf jeden Fall sah der Therapeut in diesem Traum den Ausdruck eines Geschwisterkonflikts und konzentrierte sich in der weiteren Therapie auf die Bearbeitung dieser Problematik. Dabei wurde das Einnässen als Versuch interpretiert, die Stelle des kleinen Geschwisterchens einzunehmen und dadurch von den Eltern mehr Zuwendung zu erlangen. Und tatsächlich: Nach Einbeziehung der Eltern in die Behandlung und ausführlicher Besprechung der Problematik konnte das Mädchen symptomfrei entlassen werden. Offensichtlich war es gelungen, die Eifersucht auf die kleine Schwester abzubauen, bzw. die Eltern, die ihre Tochter einmal wöchentlich besuchten, wandten ihr mehr Aufmerksamkeit zu als früher. Selbstverständlich ist es wichtig, daß nach [119] der Entlassung nicht alles wieder in die alten Gleise zurückkehrt.

In den beiden eben erwähnten Beispielen wurden die Träume der Patientin eher zu diagnostischen Zwecken herangezogen. Allerdings kann der Traum auch zu therapeutischen Zwecken verwendet werden. Die therapeutische Funktion der Traumarbeit liegt in folgendem: Durch Besprechung oder unter Umständen auch durch die Interpretation von Träumen läßt sich der therapeutische Prozeß oftmals eher in Gang setzen als durch das Gespräch über reale Erlebnisse, Gefühle oder Stimmungen des Wachlebens. Wieso? Weil erstens die Patienten eher geneigt sind, über Gefühle, Wünsche, Ängste usw. zu sprechen, wenn diese „nur“ im Traum erlebt worden sind; zweitens, weil der Traum Ausdrucksmittel verwendet, die im Wachleben nur in sehr beschränktem Maße Anwendung finden, und drittens, weil es so zu sein scheint, daß verdrängte Inhalte im Traum eher zum Ausdruck kommen als im Wachzustand.

Das bisher Gesagte gilt für eine Psychotherapie, die im Anschluß an Freud hinter den neurotischen Symptomen einen unbewußten Konflikt sieht. Es gibt aber noch andere Arten der Neurosebehandlung, deren theoretische Grundlagen in scharfem Gegensatz zur psychoanalytischen Neurosenlehre stehen. Eine davon ist die Daseinsanalyse des Schweizer Medard Boss. In seiner daseinsanalytischen Psychotherapie nehmen Träume einen bedeutenden, ja vielleicht den wichtigsten Platz ein. Allerdings benutzt er sie ganz anders als Freud und seine Nachfolger.

Für Boss bedürfen Träume keiner Deutung. Es gibt nichts, was hinter ihnen steht: keine unbewußten Wünsche, keine latenten Traumgedanken. Träume sind eine Daseinsweise des gleichen Menschen, den wir im Wachen kennen. „Ob er wach ist oder ob er träumt, immer trägt sich in den Ereignissen beider Verfassungen ein und dasselbe Dasein aus, stets ist es die Selbigkeit einer menschlichen Existenz, die sich als Identität durch das Wachen und Träumen durchhält“ (Boss 1953, [120] S. 234). Diese Konzeption verlangt natürlich auch eine andere Art des Umgangs mit Träumen bei der Behandlung. Häufig verwendet sie Boss, um den therapeutischen Prozeß voranzutreiben und die positiven Gefühle des Patienten zu bekräftigen. Dazu ein von ihm selbst geliefertes Beispiel:

Ein junges Mädchen mit Kontaktstörungen, besonders im Verhältnis zu ihrer Mutter, kommt zu Boss in die Behandlung. Sie berichtet im Laufe der Therapie von einer Reihe von Träumen, in denen auch ihre Mutter vorkommt. Allerdings nicht als lebendiges Wesen, sondern als Gipsbüste. Schließlich hat das Mädchen einen Traum, in dem die Gipsbüste ihr die Hand gibt, eine menschliche Hand. Boss benutzt diesen Traum sofort, um den bisher eingetretenen Behandlungserfolg zu bekräftigen, und sagt: „Ist es nicht schön, daß Sie im Traum schon Ihrer Mutter die Hand geben können?“ Später erscheint die Mutter dann als Mensch von Fleisch und Blut im Traum, und Boss benutzt diese Tatsache zur weiteren Bekräftigung der positiven Gefühle des Mädchens, die sich im Laufe der Therapie entwickelt haben. Behandlungserfolge haben sich in diesem Falle immer zuerst in den Träumen angekündigt: Bevor das Mädchen tatsächlich in der Lage war, ihrer Mutter die Hand zu geben, tat sie es im Traum.

An dieser Stelle müssen wir ein paar Bemerkungen zu der Frage machen, ob Träume Krankheiten ankündigen können oder nicht. Aristoteles hat behauptet, sie könnten es (vgl. S. 24 f.), und auch in neuester Zeit wird diesem Problem einige Aufmerksamkeit geschenkt. Der sowjetische Traumforscher Kassatkin hat Tausende von Fällen untersucht, in denen ein Zusammenhang zwischen Traumgeschehen und Krankheitsausbruch zu bestehen schien (Kassatkin 1983). Hier seine Ergebnisse:

Viele Krankheiten kündigen sich in Träumen vorher an, und zwar so, daß der entsprechende Schmerz oder das Symptom geträumt wird. Der Zeitraum zwischen Traum und Krankheitsausbruch ist für verschiedene Krankheitsarten unterschiedlich, wie die Tabelle zeigt (nach Kassatkin 1983, S. 181):

Zeitraum zwischen Traum und Krankheitsausbruch

Krankheit	Zeitraum zwischen ankündigendem Traum- und Krankheitsausbruch Traum
Hautkrankheiten	einige Stunden
Angina	einige Stunden
Zahnschmerzen	einige Stunden
Gastritis	ungefähr 1 Monat
Blinddarmenzündung	einige Stunden
Bronchitis	einige Stunden
Schizophrenie	Wochen bis Jahre
Hirntumor	Monate bis reichlich 1 Jahr
Tuberkulose	2 Monate
Bluthochdruck (Hypertonie)	2 bis 3 Monate

Aus den vielen Beispielen Kassatkins sei hier folgendes ausgewählt: Ein Offizier träumt, er sei im Krieg und werde am rechten Unterbauch verwundet. Am nächsten Tag wird er mit akuter Blinddarmenzündung ins Krankenhaus eingeliefert.

Allerdings scheint der Traum für das Ende einer Krankheit sicherere Hinweise zu liefern als für deren Anfang. So stellte Trapp schon 1937 fest, daß ein Teil seiner schizophrenen Patienten ihre Gehörhalluzinationen direkt in ihre Träume übertrugen. Je mehr sich der krankhafte Prozeß besserte, desto weniger trat diese Übertragung auf. Das gilt aber offensichtlich nicht nur für psychische Krankheiten, sondern ganz allgemein. Später wurde von Gödon (1963) beobachtet, daß eine Patientin mit Ödemen (Wassersucht) ständig vom Ertrinken träumte. Als die Ödeme dann zurückgegangen waren, traten auch keine Träume von Wasser und Ertrinken mehr auf.

Die genaue Beobachtung von ähnlichen Beispielen hat gezeigt, daß sich im Traum die Besserung immer [122] schon zeitlich vor der tatsächlich bemerkbaren Besserung im Gesundheitszustand des Kranken ankündigt. Zum Schluß dieses Kapitels wollen wir von der Psychotherapie zur Psychiatrie überwechseln, und zwar zu der Frage nach der Verwandtschaft zwischen Traum und Geisteskrankheit.

Traum und Wahnideen

Wilhelm Griesinger, der große Berliner Psychiater, war wohl der erste, der 1845 Vermutungen über einen dem Traum und der Psychose gemeinsamen Mechanismus angestellt hat. Für ihn war es die Wunscherfüllung. Damit nahm er Überlegungen vorweg, die erst ein halbes Jahrhundert später durch Freud wieder aufgenommen wurden.

Im Jahre 1886 stellte dann Wilhelm Robert seine hochinteressante Hypothese über Psychosen als Folge von Traumentzug auf (vgl. S. 61). Die moderne Traumforschung hat diese Hypothese in glänzender Weise bestätigt. Das entscheidende, von Dement im Jahre 1959 durchgeführte Experiment haben wir bereits beschrieben (vgl. S. 71). Auch andere Experimente zur Traumunterdrückung zeigten immer das gleiche Ergebnis: Traumentzug über längere Zeit führt zu psychotischen Symptomen. Man kann also mit Recht von Traumentzugspsychosen sprechen. Die psychotischen Erscheinungen fassen wir dann als Kompensation des verhinderten Traums auf.

Die biochemische Seite dieses Mechanismus erklärt Jovanovic so: „Noradrenalin, das sich zur Traumsteuerung im subsynaptischen Spalt befindet, kann nicht genug enzymatisch und rechtzeitig abgebaut werden, weil kein Traum stattfindet. Es sammelt sich mehr und mehr im sub-

synaptischen Spalt und erwirkt eine motorische Unruhe im körperlichen Bereich sowie Halluzinationen im psychischen Bereich. Beide Phänomene demonstrieren zusammen einen psychotischen Zustand“ (Jovanovic 1978, S. 1309).

Mit anderen Worten: Das traumsteuernde Hormon Noradrenalin häuft sich an den neuronalen Schaltstellen, wenn nicht geträumt wird. Durch diese gehäufte Noradrenalkonzentration kommt es zu den psychotischen Symptomen.

Interessant ist nun folgendes: Die Wirkung von den die psychische Erregung hemmenden Psychopharmaka (z. B. Reserpin und Phenothiazine) beruht genau auf dem umgekehrten Mechanismus: Der Noradrenalinegehalt an den Synapsen wird vermindert. Damit scheint auf biochemischer Ebene die Verwandtschaft von Traum und Psychose gesichert.

Freud wies als erster nachdrücklich auf die Wichtigkeit der Erkenntnis dieser Verwandtschaft für die psychiatrische Praxis hin. In der Vorbemerkung zur „Traumdeutung“ schreibt er: „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“ (Freud, Studienausgabe, Bd. II, S. 21). Im Anschluß an Griesinger sah Freud in der Wunscherfüllung den Traum und Psychose gemeinsamen psychischen Mechanismus, und wir weisen in diesem Zusammenhang darauf hin, daß Eugen Bleuler, der im Jahre 1911 den Begriff der Schizophrenie in die Psychiatrie eingeführt hat, in seinem „Lehrbuch der Psychiatrie“ an mehreren Stellen auf die Ähnlichkeiten zwischen dem Denken Schizophrener und bestimmten Charakteristika des Traums hingewiesen hat. Er schrieb, daß der schizophrenen Zerfahrenheit ähnliche Denkformen auch dem Gesunden nicht fremd sind. Im Traum finde man bei Gesunden ähnliches Überspringen von Erfahrung und Logik wie bei Schizophrenen. Sogar die Begriffe, mit denen Bleuler die Störungen des Gedankengangs bei Schizophrenen bezeichnet, decken sich teilweise mit denen, die Freud zur Charakterisierung der Leistungen der Traumarbeit [124] verwendet hat. Beide sprechen z. B. von „Verdichtung“, „Verschiebung“ und „Symbolbildung“.

Soviel zur psychologischen und psychiatrischen Seite der Verwandtschaft von Traum und Schizophrenie.

Das Problem kann aber auch erkenntnistheoretisch betrachtet werden. Beide Phänomene, der Traum und die Schizophrenie, sind Erscheinungen des menschlichen Bewußtseins. Die marxistisch-leninistische Philosophie begreift „das Bewußtsein des Menschen als Abbild der objektiven Realität“ (Lenin 1962, S. 267). Es spiegelt also das außerhalb von ihm, tatsächlich (real) und unabhängig (objektiv) Existierende wider. Diese Widerspiegelung kann sich auf einer Skala von „übereinstimmend“ bis „stark verzerrt“ bewegen, etwa in dem Sinne, wie es „normale“ Spiegel gibt, aber auch leicht unebene bis hin zu Zerrspiegeln auf dem Jahrmarkt.

Die Möglichkeit bzw. Unmöglichkeit einer adäquaten (übereinstimmenden) Widerspiegelung der Wirklichkeit ist spätestens seit Immanuel Kant zu einem Grundproblem der philosophischen Auseinandersetzung geworden. Kant war der Meinung daß wir die Dinge an sich, so wie sie tatsächlich sind, nicht erkennen können. Friedrich Engels hat sich mehrfach mit dem Standpunkt Kants auseinandergesetzt. Für ihn ist die schlagendste Widerlegung dieser Auffassung die Praxis: „Wenn wir die Richtigkeit unserer Auffassung eines Naturvorgangs beweisen können, indem wir ihn selbst machen, ... so ist es mit dem Kantschen unfäßbaren ‚Ding an sich‘ zu Ende“ (Engels 1981, S. 276). Die Betonung liegt hier auf „unfaßbar“, denn die Existenz „eines Dings an sich“ erkennt auch die marxistisch-leninistische Philosophie an.

Der Grundgedanke von Engels ist der: Es ist nicht denkbar, daß der Mensch sich in einer Umwelt zurechtfindet, die er nicht annähernd richtig widerspiegelt. Für die Betrachtung unseres Problems, des Zusammenhangs von Traum und Schizophrenie, ist die folgende, aus den obigen erkenntnistheoretischen Überlegungen abgeleitete Hypothese entscheidend: Wenn der Zwang,

sich in der Umgebung zurechtzufinden, eine annähernd ad-[125]äquate Widerspiegelung eben dieser Umwelt erfordert, dann kann das Fehlen dieses Zwangs eine verzerrte (inadäquate) Widerspiegelung ermöglichen.

Bin ich nun nicht gezwungen, mich in meiner Umwelt zurechtzufinden – und genau das ist im Schlaf der Fall! –, so kann sich mein Bewußtsein „leisten“, verzerrt widerzuspiegeln. Dann träume ich z. B., ich sei Old Shatterhand oder ich könne fliegen. Beides entspricht nicht der Wirklichkeit, aber da es nur ein Traum ist, hat es keine negativen Konsequenzen, ja es kann sogar positiv als ein „Training der Phantasie“ aufgefaßt werden (vgl. S. 94 ff.).

Ganz anders im Wachen, wenn der Mensch sich in seiner Umwelt bewegt: 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. Doch dann werde ich zum Psychiater geschickt.

Mit anderen Worten: Wenn das Bewußtsein des sich in seiner Umwelt bewegendenden Menschen diese nicht adäquat widerspiegelt, kommt es zu Kollisionen mit ihr. Wird die Umwelt in der Nacht, wenn der Mensch passiv im Bett liegt, nicht adäquat widergespiegelt, so hat das keine negativen Konsequenzen. Wir betrachten deshalb Wahnideen als pathologisch, d. h. als krankhaft, Träume dagegen als normal. Erfolgreiche Wechselwirkung mit der Umwelt setzt adäquate Widerspiegelung voraus. Fehlende Wechselwirkung dagegen ermöglicht eine verzerrte Widerspiegelung.

Diese erkenntnistheoretischen Überlegungen scheinen die von philosophischer und psychiatrischer Seite schon lange gesehene Verwandtschaft zu bestätigen: Schizophrenien ähneln den in das Wachleben verlagerten Träumen, und Träume sind „Schizophrenien“ ohne Krankheitswert. Praktisch relevant wird diese Auffassung dann, wenn man versucht, über das Verständnis des Traums zum Verständnis der Wahnideen überzugehen. [126]

Traum und Kunst

Der Schriftsteller hat versucht, die unzusammenhängende, aber scheinbar logische Form des Traumes nachzuahmen. Alles kann geschehen, alles ist möglich und wahrscheinlich. Zeit und Raum sind nicht vorhanden, auf einem unbedeutenden wirklichen Boden spinnt die Einbildung weiter und webt neue Muster: eine Mischung von Erinnerungen, Erlebnissen, freien Einfällen, Unwahrscheinlichkeiten und Gelegenheitsdichtungen.

August Strindberg

Strindberg hat in diesen Sätzen die Möglichkeiten zusammengefaßt, die der Traum dem Dichter bietet. Diese Möglichkeiten hat in noch größerem Maße der Filmregisseur, in etwas geringerem der Maler. Wir wollen nun sehen, wie sie genutzt werden.

Die Gänse der Penelopeia und andere Geschichten

Am häufigsten findet sich das Traummotiv in der Dichtung. Es erfüllt dort die verschiedensten Aufgaben: So fungiert der Traum als Gegenwelt zur Wirklichkeit und poetische Einkleidung für Utopien und Idealschilderungen, als Ankündigung bevorstehender Ereignisse der Handlung, als Mittel zur Erhellung der seelischen Verfassung von Personen, als handlungsauslösendes Ereignis und nicht zuletzt als formales Mittel.

[127] Dazu einige Beispiele. Schon in der Odyssee kündigt sich Penelopeia das Kommende im Traum an: Sie träumt von zwanzig Gänsen in ihrem Haus, die sich an ihrem Weizen gütlich tun



Homer [127]

[128] und dann von einem Adler getötet werden. Der Adler gibt sich ihr als Odysseus zu erkennen, und auf diese Art und Weise deutet der Traum sich selbst. Wenig später, in der Wirklichkeit, tötet Odysseus tatsächlich die ungebetenen Gäste in seinem eigenen Haus.

Dieser Traum wird von Homer selbst als „Gottesgesicht“ bezeichnet. Damit ist ganz eindeutig gesagt, daß die von ihm angekündigten Ereignisse auch tatsächlich eintreten werden.

Nicht immer liegen jedoch die Dinge so klar wie bei Penelopeia. In Kriemhilds Traum von den wütenden Ebern aus dem Nibelungenlied klingt vorerst nur eine unbestimmte Angst an. Erst ein zweiter Traum, in dem zwei Berge über Siegfried zusammenstürzen, kündigt ganz deutlich das Schicksal von Kriemhilds Gatten an. Doch wie wir wissen, schlug Siegfried diese Warnungen in den Wind und wurde wenig später von Hagen ermordet.

Noch undurchsichtiger liegen die Dinge in dem 1800-Seiten-Roman des Chinesen Ts'ao Chan aus dem 18. Jahrhundert. Dieser Roman mit dem Titel „Der Traum von der Roten Kammer“ schildert das Milieu einer wohlhabenden und mächtigen chinesischen Adelsfamilie. Eine der Hauptpersonen des Romans, ein elfjähriger Junge, träumt eines Nachts, daß ihm eine Göttin Vergänglichkeit und Kurzlebigkeit irdischer Güter vor Augen führt. Anfangs begreift er diesen Traum nicht, doch im Laufe der weiteren Ereignisse wird ihm die Bedeutung des Traums klar: Er symbolisierte den Niedergang der Familie, dessen äußere Anzeichen sich schon eingestellt hatten: Schwindsucht und Selbstmord.

Für die prophetische Funktion des Traums in der Dichtung ließen sich noch viele Beispiele anführen: Von Iphigenies Traum vom zerstörten elterlichen Palast (der übrigens auch in Glucks Iphigenie-Oper vorkommt), über Calphurnias Traum von der bevorstehenden Ermordung ihres Gatten Cäsar (Shakespeare) bis hin zum unheilkündenden Traum Emilia Galottis (Lessing). Die Varianten der dichterischen Verarbeitung weissagender [129] Träume sind vielfältig: So kann die Warnung in den Wind geschlagen werden, wie es Siegfried tat; oder sie wird nicht verstanden, und der Traum wiederholt sich mehrmals in gleicher oder abgewandelter Weise. Schließlich gibt es noch eine höchst interessante Variante: Ein Warntraum wird vorgetäuscht. Genau das macht Vittoria in John Websters „Der weiße Teufel“. Sie erzählt ihrem Geliebten einen erfundenen Traum, in dem sie von ihrem Mann und der Herzogin von Bracciano umgebracht wird. Durch diesen erlogenen Traum erreicht sie, daß ihr Geliebter sowohl ihren Gatten als auch die Herzogin ermordet.

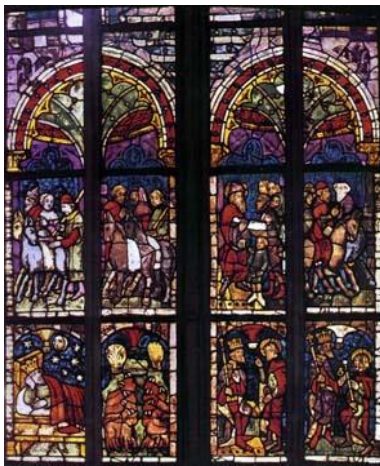
Aber mit diesen Spielarten des weissagenden Traums ist seine Verwendung in der Dichtung längst nicht erschöpft. Unter psychologischem Gesichtspunkt besonders interessant sind jene Träume, die von Dichtern benutzt werden, um die psychische Verfassung ihres Helden oder anderer handelnder Personen zu charakterisieren. Frühe Beispiele solcher Träume finden sich bei Lukian. In seiner Geschichte „Der Traum oder der Hahn“ träumt der arme Schuster Mikyllos von einem üppigen Gastmahl bei Eukrates und von einer großen Erbschaft, die ihm der reiche Gastgeber hinterläßt. Es ist dies ein typischer Wunschtraum, der keiner weiteren Deutung bedarf. Ein weiterer von Lukian überlieferter Traum findet sich in seiner Autobiographie „Über den Traum oder Das Leben Lukians“. Dort berichtet der Dichter, daß er bei seinem Onkel, einem Bildhauer, in die Lehre ging und von diesem eines Tages wegen Ungeschicktheit scharf zurechtgewiesen wurde. Nachts darauf träumte Lukian folgendes: Zwei Frauen faßten ihn jede an einem Arm und versuchten ihn mit großer Anstrengung jede auf ihre Seite zu ziehen. Dabei schilderte jede die Vorteile ihrer Seite: Die eine mit von Arbeit gezeichneten Händen pries in primitiver Sprache vor allem körperliche Stärke. Die zweite Frau dagegen warb recht vornehm für das Wissen. Lukian entschied sich für letztere. Natürlich ist auch dieser Traum Ausdruck eines Wunsches, nämlich nach schwerem Arbeitstag und Zurechtweisungen



Das Heiligtum des Asklepios auf der griechischen Insel Kos [S. 130]



Sigmund Freuds Couch. Auf ihr lagen seine Patienten während der Analyse [S. 131]



Joseph deutet den Traum des Pharaos (Glasfenster im Erfurter Dom) [S. 132]



Die Träume des Königs Suddhodana (aus der chinesischen Holzschnittfolge „Das Leben Buddhas“). Hier ist der Traum als „Seelenleben während des Schlafs“ besonders anschaulich dargestellt. [S. 133]



Henri Rousseau, Der Traum [Ausschnitt. S. 134]



Marc Chagall, Der Traum [S. 135]

[136] durch den Meister nicht wieder mit roher Kraft und Arbeit, sondern mit Bildung in Berührung zu kommen.

Meisterhaft wird in Goethes „Wilhelm Meisters Lehrjahre“ der Traum zur Charakterisierung der psychischen Verfassung des Helden eingesetzt. Während der ersten Nacht in Lotharios Haus träumt Wilhelm einen Traum, in dem die ganze Zwiespältigkeit seiner Einstellung zu Lothario zum Ausdruck kommt.

Häufig haben Träume in der Dichtung auch handlungsauslösende Funktion. So stürzt sich Gustchen in Lenz' Hofmeister nach einem Traum vom Tod ihres Vaters in den Teich. In Dostojewskis „Der Traum eines lächerlichen Menschen“ wird ein solcher Traum sogar zum entscheidenden Ereignis der Handlung: Die Hauptfigur der Erzählung gilt als lächerlicher Mensch, wird verspottet und überhaupt nicht für voll genommen. Deshalb beschließt er sich umzubringen. Und noch während der mit den Gedanken an den Selbstmord beschäftigt ist, schläft er in seinem Lehnstuhl ein. Er träumt, wie er sich erschießt und anschließend begraben wird. Aus dem Sarg wird er dann von einem unbekannten Wesen in den Weltraum entführt und findet sich auf einem der Erde völlig gleichen Planeten wieder. Der einzige Unterschied zur Erde ist, daß die Bewohner dieses Planeten völlig frei von Sünde leben, harmonische Beziehungen untereinander haben und weder Haß noch Eifersucht oder ähnliche schlimme Gefühle kennen. Durch die Schuld des lächerlichen Menschen kommt die Sünde in diese heile Welt, und die Bewohner werden von ihr angesteckt. Ehe man sich versieht, gleicht dieser ehemals so harmonische Planet der Erde. Der lächerliche Mensch bekennt sich schuldig und will auch dafür geradestehen, aber er wird nur belächelt, und man will ihn sogar ins Irrenhaus sperren.

Als der lächerliche Mensch aus diesem Traum erwacht, hat er das Gefühl einer Offenbarung: Er will und kann nicht glauben, daß das Böse der normale Zustand des Menschen sei. Von nun an, so beschließt er, will er den Menschen verkünden, daß sie schon in dieser Welt, [137] nicht erst im Jenseits, glücklich sein können. Dafür braucht man nur die anderen wie sich selbst zu lieben und zu versuchen, die Verhältnisse wenigstens in unserer nächsten Umgebung zum Besseren zu wandeln. Und der lächerliche Mensch fängt sofort nach dem Traum damit an: Er sucht ein kleines Mädchen, das ihn am Abend vorher um Hilfe für seine Mutter gebeten hatte und die er ihm abgeschlagen hatte; nun wird er hingehen.

Von vielen Dichtern wird der Traum auch als formales Mittel benutzt, d. h., durch Träume von handelnden Personen werden Effekte erzielt, die sonst schwieriger oder gar nicht zu erreichen wären. Zum Beispiel kann in einem Traum die ganze Idee eines Stückes ausgedrückt werden, wie es Heinrich von Kleist im „Zerbrochenen Krug“ wunderbar gelungen ist. Dort träumt der Dorfrichter Adam gleich zu Anfang, daß er vor einen Richter gebracht wird, in dem er sich selbst erkennt, und der ihn verurteilt. Schon in diesem Traum ist die ganze Kritik Kleists an der feudalen Justiz enthalten. Im weiteren Verlauf des Lustspiels bekommt sie dann lediglich realistischen Gehalt.

In dem satirischen Gedicht „Der Traum“ des ukrainischen Dichters Taras Ševčenko ist die Kritik am zaristischen Rußland in einen Traum gekleidet: Der Dichter läßt sich von einer Eule (dem Symbol der Weisheit) die Ukraine zeigen. Das Elend, das er sieht, läßt ihn die Flucht ergreifen. Auf einer Wolke gelangt er nach Sibirien. Dort begegnet er den Verbannten des Zarenreiches, und er flieht weiter nach Petersburg. Diese Stadt erscheint ihm wie eine riesige Kaserne. Als er ein Bankett im Zarenpalast besucht, schlägt das Gedicht in beißende Satire um: Die Ereignisse auf dem Bankett wer; den exemplarisch für ganz Rußland genommen. Die Gesellschaftskritik Ševčenkos hat hier die Form eines Traums.

Erwähnung verdient noch der fiktive Traum in der dramatischen Dichtung. Bekanntestes Beispiel ist wohl Calderons Stück „Das Leben ein Traum“. Der Königssohn Sigismund wird einer

als Prüfung inszenierten Traumfik-[138]tion unterzogen. Er erweist sich tatsächlich als der erwartete Tyrann. Sigismund hält das Herrschaftserlebnis für einen Traum und wird nach seiner Thronbesteigung, durch das scheinbare Traumerlebnis moralisch gereinigt, zu einem maßvollen Herrscher. Hier wird also sogar ein fiktiver Traum zum handlungsauslösenden Moment.



Jakobs Traum von der Himmelsleiter

[139] Und schließlich die Verwendung von des Dichters eigenen Träumen in seinen Werken. Franz Fühmann z. B. hatte es sich zur Gewohnheit gemacht, seine Träume sofort nach dem Erwachen aufzuzeichnen. In seinem Ungarntagebuch „Zweiundzwanzig Tage oder die Hälfte des Lebens“ baut er eigene, während der Reise erlebte Träume in den chronologischen Ablauf ein. Sie haben fast ausschließlich die Funktion, die seelische Verfassung des Tagebuchschreibers in bestimmten Situationen durchsichtig zu machen.

Es ließen sich buchstäblich noch Hunderte von Werken anführen, in denen Dichter zu dem einen oder anderen Zwecke Träume verwenden. Wir wollen es jedoch genug sein lassen und dieses Gebiet mit einem Gedicht von Hermann Hesse abschließen, daß das Problem der Verantwortlichkeit für unsere Träume (vgl. S. 27 und 74) behandelt:

Traum

Aus einem argen Traume aufgewacht
Sitz ich im Bett und starre in die Nacht.

Mir graut vor meiner eignen Seele tief,
Die solche Bilder aus dem Dunkel rief.

Die Sünden, die ich da im Traum getan,
Sind sie mein eigen Werk? Sind sie nur Wahn?

Ach, was der schlimme Traum mir offenbart,
Ist bitter wahr, ist meine eigne Art.

Aus eines unbestochenen Richters Mund
Ward mir ein Flecken meines Wesens kund.

Zum Fenster atmet kühl die Nacht herein
Und schimmert nebelhaft in grauem Schein.

O süßer, lichter Tag, komm du heran
Und heile, was die Nacht mir angetan! [140]

Durchleuchte mich mit deiner Sonne, Tag,
Daß wieder ich vor dir bestehen mag!

Und mache mich, ob's auch in Schmerzen sei,
Vom Grauen dieser bösen Stunde frei!



Rembrandt, Joseph seine Träume erzählend

[141]

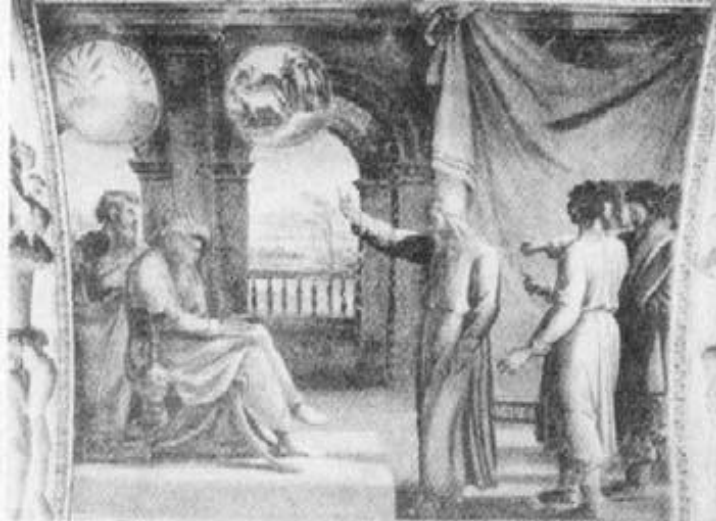
Gemalte Träume

In der Regel handelt es sich bei der Traumdarstellung in der Malerei um Träume, die auf die Dichtung bzw. auf andere literarische Quellen zurückgehen. Besonders beliebt waren biblische Themen wie Jakobs Traum von der Himmelsleiter, gemalt von Ferdinand Bol, Rembrandt und Eugène Delacroix, und die Träume Josephs. Die berühmtesten Darstellungen der Joseph-Träume stammen von Rembrandt und Raffael. Sie sind übrigens einer der nicht wenigen Fälle, in denen ein und dieselben Träume sowohl in Malerei als auch in die Literatur Eingang gefunden haben: In Thomas Manns Joseph-Trilogie ist das vierte Hauptstück des zweiten Teils mit „Der Träumer“ überschrieben, und in ihm werden Josephs Träume und die damit verbundenen Ereignisse meisterhaft gestaltet. Durch das Bild von Peter von Cornelius „Joseph deutet die Träume des Pharao“ ist Joseph nicht nur als Träumer, sondern auch als Traumdeuter in die Bildende Kunst eingegangen.

Neben der grafischen Wiedergabe von in der Dichtung auftauchenden konkreten Träumen finden sich in der Malerei besonders häufig Darstellungen von Alpträumen, z. B. das Bild von Johann Heinrich Füssli „Nachtmahr“. In der expressionistischen und surrealistischen Malerei zeigen Traumdarstellungen in der Regel das der Kontrolle der Vernunft entzogene seelische Geschehen. Beispiele dafür sind Bilder von Max Beckmann, de Chirico und Max Ernst.

Von Charlie Chaplin bis Ingmar Bergman

Besonders interessant ist die Verwendung von Träumen im Film. Der Film ist ein Medium, das als Synthese von Dichtung und Malerei betrachtet werden kann. Das zeigt sich besonders in der praktischen Zusammenarbeit zwischen Dichtern, Malern und Filmschaffenden: Häufig [142] sind Filmszenarien von Dichtern, ja Luis Buñuel hat sogar zwei Filme nach Drehbüchern von Salvador Dalí gemacht, und von letzterem sind auch die Dekors für Hitchcocks Film „Ich kämpfe um Dich“ (1945) entworfen worden. Der Dichtung fehlt das Bild, um einen Traum lebens-



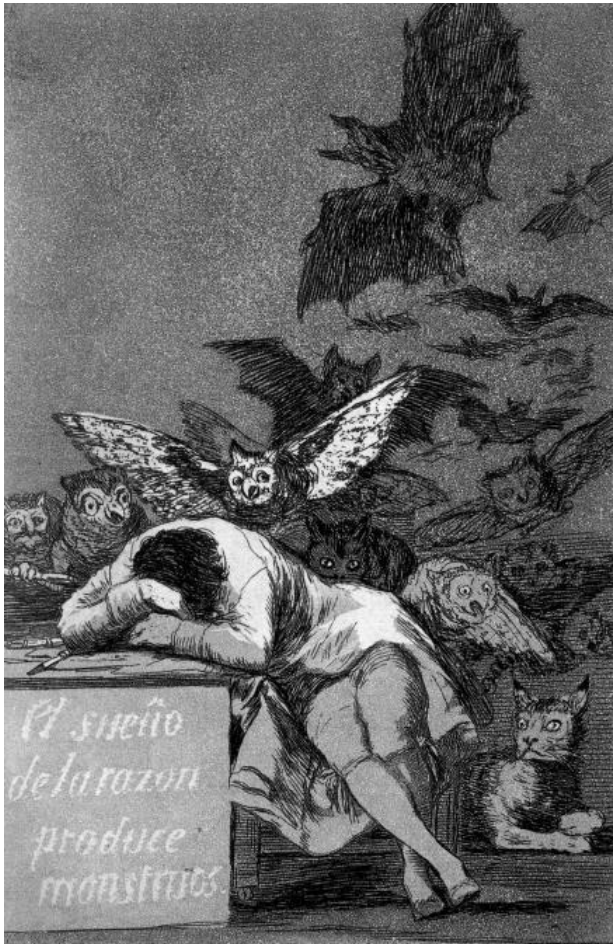
Raffael, Pharaos Traum

[143] echt vor uns wiedererstehen zu lassen, und der Malerei gelingt es wohl, bestimmte Elemente des Traums zu erfassen, sie kann jedoch kaum seinen Prozeßcharakter wiedergeben. Der Film dagegen hat diese Probleme nicht. Vielleicht hat Bunuel ihn deshalb eine „unbeabsichtigte Imitation des Traums“ genannt. Die Ähnlichkeiten zwischen Film und Traum beschränken sich aber nicht nur auf die Darstellungsmöglichkeiten: Sogar der Kinobesucher gerät, während es im Saal dunkel wird und er den Beginn des Films erwartet, in die Rolle des Einschlafenden, dem alsbald die ersten Träume über die geistige Leinwand flimmern werden.



Moritz von Schwind, Der Traum des Gefangenen

[144]



Francisco de Goya, Träumender. Die Übersetzung der Inschrift bedeutet etwa: Der Schlaf der Vernunft produziert Monstren. Die Zeichnung ist Teil einer Serie von Bildern, die Goya ursprünglich mit „Träume“ betitelt hatte.

Wie in der Dichtung, so hat der Traum im Film auch bestimmte Funktionen. In Ingmar Bergmans „Wilde Erdbeeren“ ist der Traum des alten Professors Anstoß für ihn, sein Leben und seine Einstellung zu ihm neu zu überdenken. Gleichzeitig zeigt dieser Traum natürlich auch an, daß schon gewisse Änderungen in der Lebenshaltung des Professors eingetreten sind.

Aber der Traum hat schon lange vor Bergman Eingang in den Film gefunden. Schon in Max Reinhardts Film „Die Insel der Seligen“ aus dem Jahre 1913 ist ein [147] Traum Hauptmotiv der [Platzhalter für das Bild von Dali, das aus urheberrechtlichen Gründen nicht gezeigt werden darf.]

Salvador Dali, Traum, verursacht durch den Flug einer Biene um einen Granatapfel, eine Sekunde vor dem Aufwachen

der Handlung. Und der große Charlie Chaplin hat schon in seinen ersten Filmen viel mit Träumen gearbeitet. Am bekanntesten sind wohl die Szenen aus „The Kid“ (1921) und aus „Goldrausch“ (1925). In „The Kid“ träumt der Glaser, der von Chaplin selber dargestellt wird, er sei im Himmel. Dann wird er von ei-[149]nem Polizisten unsanft wachgerüttelt. Im „Goldrausch“ wartet Charlie auf eine von ihm angebetete Tänzerin, die ihn zu Silvester zu besuchen versprochen hatte. Sie kommt aber nicht, und der Kavalier schläft ein. Im Traum gibt er dem Mädchen eine Vorstellung mit auf Gabeln aufgespießten Brötchen. Dieser Brötchentanz in Charlies Traum ist eine der gelungensten Szenen in Chaplins gesamtem Filmschaffen. Hier ist völlig unpathetisch auf; eindringlichste Art der Kontrast zwischen harter Wirklichkeit und süßem Wunschtraum filmisch umgesetzt.



Der Brötchentanz Charlie Chaplins [S. 148]

In der weiteren Filmgeschichte wurden Träume dann häufig als Vorwand für Experimente mit Avantgardefilm-Techniken benutzt. Außerdem gewann durch André Breton, der 1921 Freud in Wien besucht hatte, der Surrealismus Einfluß auf das Kino. Das waren natürlich goldene Zeiten für den Traum: Doppelt- und Dreifachbelichtungen wurden zu Symboldarstellungen verwendet (Geheimnisse einer Seele, Georg Pabst, 1926), Träume im Negativ gezeigt (Brennende Glut, Iwan Mosshuchin, 1923), komische Effekte wurden erzielt durch Vermischung von Traum und Realität (Sherlock Junior, von Roscoe Arbuckle mit Buster Keaton in der Hauptrolle, 1924), und schließlich zeigte sich auch der Einfluß der Psychoanalyse auf den Film: Der Österreicher Georg Wilhelm Pabst drehte mit dem Film „Geheimnisse einer Seele“ (1926) die Quasidokumentation eines klinischen Falls. Zwei Schüler Sigmund Freuds, Karl Abraham und Hanns Sachs, berieten Pabst bei der „filmischen psychoanalytischen Heilung des Patienten“ (Toeplitz 1975, S. 434). Auf der Leinwand erschienen Kindheitserinnerungen, und es wurden Träume analysiert. Durch Überlagerung von Aufnahmen erreichte Pabst das, was Freud) als Verdichtung in Träumen bezeichnet hatte.

In die Reihe der psychologischen Filme, die Träume verwenden und die mit „Geheimnisse einer Seele“ angefangen haben, gehört auch Peter Weiss' „Studie IV“. Sie ist mit einigen anderen Studien zwischen 1952 und 1955 entstanden und schildert in Traumsequenzen den psychischen Wandlungsprozeß eines Mannes. [150]



Luis Buñuel

Auch beim Film lassen sich noch unzählige Beispiele der Verwendung des Traums anführen; sie folgen jedoch alle den gleichen Mustern: Der Traum ist Wunscherfüllung, Angsttraum, handlungsauslösend, oder er [1512] beschreibt die seelische Verfassung eines Menschen. Übrigens gilt vieles, was hier über den Film gesagt wurde, auch für das Theater. Auch dort können Träume szenisch dargestellt werden (erinnert sei hier nur an den „Fiedler auf dem Dach“). In diesem Zusammenhang sei noch auf eine weitere Synthese verwiesen: auf die zwischen Film und Theater. In der „Rasputin“-Inszenierung von Erwin Piscator aus dem Jahre 1927 wurden Träume als Film projiziert.

Zum Schluß dieses Ausflugs in die Welt der Kunst wollen wir uns noch einem interessanten Problem zuwenden, das Sigmund Freud aufgeworfen hat. Er war der Meinung, daß von Dichtern gestaltete Träume genauso wie „richtige“ Träume gedeutet werden könnten. Der Dichter richte seine Aufmerksamkeit auf das Unbewußte seiner eigenen Seele, lausche den Entwicklungsmöglichkeiten desselben und gestatte ihnen den künstlerischen Ausdruck, anstatt sie mit bewußter Kritik zu unterdrücken. Aus diesem Grunde unterliege die „Erfindung“ von Träumen durch Dichter den gleichen Gesetzmäßigkeiten wie die Entstehung des manifesten Traum inhalts.

Freud versuchte diese These an Hand der kleinen Novelle „Gradiva“ (1903) des norddeutschen Dichters Wilhelm Jensen zu belegen. Die Argumentation in der umfangreichen und brillant geschriebenen Abhandlung „Der Wahn und die Träume in W. Jensens Gradiva“ (Freud, Studienausgabe, Bd. X) ist nicht immer ganz überzeugend, doch scheinen auch Psychologen, die der Psychoanalyse durchaus kritisch gegenüberstehen, ähnliche Positionen zu vertreten. So schreibt Rudolf Arnheim, der ein Leben lang die Psychologie des künstlerischen Schaffens (besonders der Malerei und des Films) untersucht hat, folgendes:

„Das menschliche Bewußtsein scheint im Schlaf in tiefere Schichten hinunterzusteigen, in denen das Leben nicht durch abstrakte Begriffe, sondern durch bedeutsame Bilder beschrieben wird. Wir müssen diese schöpferische Vorstellungskraft bewundern, die der Schlaf in [152] uns erweckt. Aus dieser Kraft der Bildersprache erhält auch der Künstler seine Gedanken“ (Arnheim 1965, S. 344).

Wir denken hier natürlich sofort an die Hypothese von der rechten Gehirnhälfte als Träumer (vgl. S. 57 ff.) und an die Lösung wissenschaftlicher Probleme im Traum (vgl. S. 94 ff.). Tatsächlich scheinen viele Künstler durch Träume zu ihren Werken angeregt worden zu sein. Von Albrecht Dürer ist z. B. folgender Ausspruch überliefert: „Ach, wie oft seh ich große Kunst und gut Ding im Schlaf desgleichen mir wachend nit fürkommt.“ Der amerikanische Filmregisseur Ian Hugo benutzte eigene Träume als Material für seine Filme, um die „unbewußten Gefühle“ der Zuschauer besser zu erreichen. An diesem Beispiel zeigt sich aber auch, daß der Übergang vom Traum des Künstlers als schöpferische Anregung zum Traum als Motiv im Kunstwerk selbst fließend ist. Wieland Herzfelde hat die in seinen „Tragigrotesken der Nacht“ zusammengetragenen Träume einigen Psychoanalytikern zugeschickt, mit der Bemerkung, einer der Träume sei erfunden, und sie sollten doch herausbekommen, welcher. Die Antwort: Das ließe sich nicht feststellen, denn auch die Phantasie folge den Gesetzen des Traums. Und Herzfelds Reaktion: „Träfe das zu, wäre jeder, wenn er schläft ein Dichter“ (Herzfelde 1920).

Ja wieso eigentlich nicht? [153]

Hypnos und Morpheus oder die Dialektik von Schlaf und Traum

*Und es ist immer ein und dasselbe, was in uns wohnt:
Lebendes und Totes, und Wachendes und Schlafendes
und Junges und Altes. Denn dieses ist umschlagend
jenes und jenes zurück umschlagend dieses.*

Heraklit

Hypnos ist der griechische Gott des Schlafs. Er wohnt im Hades, der Unterwelt; seine Mutter ist die Nacht und sein Sohn ist Morpheus, der Gott des Traums.

In der griechischen Mythologie sind also die tatsächlichen Verhältnisse ganz richtig abgebildet: Die Nacht gebiert den Schlaf, und dieser ist der Vater des Traums. Nur sind die Dinge in Wirklichkeit noch etwas verwickelter, als es die Verwandtschaftsverhältnisse zwischen den griechischen Göttern ahnen lassen.

Es gibt nämlich mehrere Arten von Schlaf, und der Traum ist lediglich mit einer dieser Arten verbunden. Erinnern wir uns: Während des gesamten Nachtschlafs gibt es Perioden, die durch bestimmte physiologische Aktivitäten ausgezeichnet sind. Wir hatten diese Perioden „Aktiver Schlaf“ (AS) genannt. Genau während des Aktiven Schlafs träumen wir nun. Es gibt also im Laufe des Nachtschlafs Phasen, in denen physiologische (AS) und psychologische (Traum) Prozesse parallel laufen. Wir wollen die Phasen *Traumschlaf* (TS) nennen. Die Verhältnisse zwischen Aktivem Schlaf, Traum und Traumschlaf lassen sich etwa folgendermaßen veranschaulichen: [154]

Aktiver Schlaf $\wedge$ Traum = Traumschlaf.

An dieser Stelle ist es wichtig, darauf hinzuweisen, daß man den Aktiven Schlaf vom Traum wohl *unterscheiden*, aber nicht *scheiden* kann.



Morpheus, griechischer Gott des Traums

[155] Um diesen Gedanken zu erläutern, wollen wir zu dem Traumunterdrückungsexperiment von Dement (vgl. S. 71 ff.) zurückkehren. Dement hatte nach Traumunterdrückung festgestellt, daß es bei den Versuchspersonen zu Entzugserscheinungen kommt. Bei der Interpretation dieser Ergebnisse entsteht nun die für uns entscheidende Frage: Treten diese Entzugserscheinungen ein, weil die Versuchspersonen nicht träumen konnten oder weil ihnen der Aktive Schlaf entzogen wurde?

Diese Frage ließe sich nur klären, wenn man den Traum verhindern könnte, ohne den Aktiven Schlaf zu beeinträchtigen, oder wenn man den Aktiven Schlaf unterbinden könnte und die Versuchspersonen trotzdem träumten. Genau das ist aber prinzipiell unmöglich. Warum?

Die prinzipielle Unmöglichkeit einer isolierten Unterdrückung entweder des Traums oder des Aktiven Schlafs ergibt sich aus der Tatsache, daß es keine Phase unseres Lebens gibt, in der Aktiver Schlaf ohne Traum bzw. Traum ohne Aktiven Schlaf auftritt. Jovanovic hat gezeigt, daß 80% des Schlafs von Frühgeborenen Aktiver Schlaf ist. Er begleitet uns also von der ersten Stunde unseres Lebens bis zum Tod. Bleibt also noch zu zeigen, daß der Mensch auch von Beginn seines Lebens an träumt. Auch hierfür scheint es gute Gründe zu geben. Jovanovic schreibt: „Es gibt noch andere als nur visuelle Träume, für die der Tast- und Drucksinn, Geschmack, Geruch sowie andere Sinne dem Frühgeborenen genügend Möglichkeiten bieten. Auf seiner niederen Stufe der ontogenetischen Entwicklung im Mutterleib könnte das Kind auch eine Art Drucksinn-Träume haben“ (Jovanovic 1978, S. 1297). Diese Hypothese steht durchaus im Einklang mit den Befunden der Entwicklungspsychologie: Danach entwickelt sich der Tastsinn im 1. bis 3. Monat nach der Konzeption, der Geschmacksinn im 4. bis 6. Monat, Gehör, Gesichts- und Temperatursinn im 7. bis 9. Monat und Geruch und Schmerz gleich nach der Geburt (Schmidt 1970, S. 94).

Traum und Aktiver Schlaf lassen sich also nicht von-[156]einander trennen. Beide Komponenten können aber wohl unterschieden werden. Auf Grund dieser Möglichkeit haben sich zwei Forschungsrichtungen entwickelt: die physiologisch orientierte Schlafforschung und die psychologisch orientierte Traumforschung. Beide Richtungen haben ihren Sinn und ihre Berechtigung. Probleme ergeben sich erst dann, wenn man sich nicht über die Zusammenhänge von Aktivem Schlaf, Traum und Traumschlaf im klaren ist. Wozu Unklarheiten führen können, wollen wir an einem Beispiel zeigen.

Unter der Überschrift „Träume und Riesenzellen“ haben wir im 3. Kapitel die Traumauffassung von MacCarley und Hobson vorgestellt. Zu dem von ihnen angenommenen Mechanismus muß zuerst festgestellt werden, daß keinerlei Art physiologischer Aktivitäten des Zustandekommens psychischer Inhalte erklären kann. Auch die elektrische Aktivität des Gehirns kann nicht für den spezifischen Trauminhalt verantwortlich gemacht werden. Aber MacCarley und Hobson machen genau das. Ihr Erklärungsmechanismus ähnelt einem Versuch, die menschliche Sprache allein durch die Arbeitsweise des Kehlkopfes zu erklären.

Aber es gibt noch eine Schwäche in ihrer Theorie. Die Tatsache, daß sie den Trauminhalt als „Rechtfertigung“ für die während des Aktiven Schlafs ablaufenden Aktivitäten auffassen, ist eine eindeutige Absage an den einheitlichen Charakter des Traumschlafs, denn der Aktive Schlaf wird als *Ursache* für den Traum begriffen und der Traum als Rechtfertigung des Aktiven Schlafs. Damit werden Aktiver Schlaf und Traum als in der Realität getrennt behandelt.

Außerdem vermuten MacCarley und Hobson, daß die physiologischen Aktivitäten während des Traums durch Riesenzellen im Bereich der Brücke ausgelöst werden, daß also ein bestimmter Gehirnbereich Ursache des Aktiven Schlafs ist. Die Theorie der beiden Wissenschaftler läßt sich also so zusammenfassen: Ein Gehirnbereich löst den Aktiven Schlaf aus und dieser wiederum den Traum.

[157] Unter Berücksichtigung der Dialektik dieser Prozesse können die Beziehungen zwischen einem bestimmten Gehirnbereich, dem Aktiven Schlaf und dem Traum nur so beschrieben werden: Wenn aus der Vielzahl der möglichen Schaltungen innerhalb des Gehirns diejenige realisiert wird, die die Riesenzellen im Bereich der Brücke in Aktion treten läßt, dann hat diese Schaltung (wenigstens) zwei Eigenschaften: den Aktiven Schlaf und den Traum.

Die neuesten Ergebnisse der Schlaf- und Traumforschung bestätigen die dialektische Einheit von Aktivem Schlaf und Traum im Traumschlaf: Danach kann als gesichert gelten, daß Acetylcholin (die von Otto Loewi entdeckte chemische Überträgersubstanz von Nervenimpulsen, vgl. S. 104 f.) für den Gesamtschlaf verantwortlich ist. In Kombination mit einem anderen Überträgerstoff (Transmitter), dem Serotonin, führt Acetylcholin zum *traumlosen* Schlaf. Wird es dagegen mit Noradrenalin kombiniert, führt es zum *Traumschlaf* mit seinen beiden Komponenten: dem Aktiven Schlaf und dem Traum. Die entsprechende Form des Schlafs wird immer dann ausgelöst, wenn der dafür verantwortliche Transmitter eine bestimmte Konzentration übersteigt. So führt eine bestimmte NoradrenalinKonzentration zum Traumschlaf; während des Traumschlafs wird Noradrenalin abgebaut. In den traumlosen Phasen steigt die Konzentration wieder an, es kommt zum Traumschlaf usw. usf.

Wenn wir also eine Ursache für den Traumschlaf suchen, dann ist es die Konzentration des Noradrenalins am subsynaptischen Spalt. Dieser biochemische Steuerungsmechanismus hat aber nichts mit dem Trauminhalt zu tun. Weder kann man diesen Mechanismus noch irgendwelche andere Aktivitäten biochemischer oder neurophysiologischer Art für ihn verantwortlich machen.

Aber es gibt noch eine andere Überlegung, die gegen die Hypothese von MacCarley und Hobson und überhaupt gegen Ansätze dieser Art spricht: Das Verhältnis eines bestimmten Gehirnbereichs (z. B. der Brücke) zum Traum ist ja lediglich ein Spezialfall des Leib-Seele-Problems oder, wie wir heute sagen könnten, des Gehirn-Bewußtsein-Problems. Das Bewußtsein ist aber eine „Funktion jenes besonders komplizierten Stückes Materie, das als Gehirn des Menschen bezeichnet wird“ (Lenin 1962, S. 226). Damit ist einerseits klar, daß Psychisches an das Gehirn gebunden ist, und andererseits, daß die graue Masse in unseren Köpfen nur dadurch zum Gehirn wird, daß sie „funktioniert“. Ein totes Gehirn ist in diesem Sinne kein Gehirn mehr, sondern etwas qualitativ anderes.

Übertragen wir diesen Gedanken auf Traum und Riesenzellen, so kommen wir zur nämlichen Schlußfolgerung: Gehirnbereiche können nur Funktionen haben, sind aber nicht „Auslöser“ von psychischen Aktivitäten, d. h., die Riesenzellen der Brücke könnten allenfalls Träger des psychischen Prozesses „Traum“ sein.

Aus diesen Überlegungen sollte eines klar werden: Solange uns der Trauminhalt interessiert, bzw. die Art und Weise seines Zustandekommens, führen uns physiologische Untersuchungen nicht weiter. Und sogar wenn wir die neurophysiologischen und biochemischen Mechanismen, die in unserem Gehirn ablaufen, bis ins Detail kennen, so sind wir dem Geheimnis des Traums damit keinen Schritt näher gekommen.

Es bleibt uns nur, eine Möglichkeit: die Suche nach den Mechanismen der Umsetzung des individuellen Gedächtnisbesitzes in den Trauminhalt. Daß diese Mechanismen neurophysiologische und biochemische Grundlagen haben, wird hier natürlich keineswegs bestritten, sondern lediglich bezweifelt, daß die neurobiologischen Parameter Auskunft über psychische Inhalte geben können. [159]

Was sind Klarträume?

*Es ist scheußlich, nie kann man seine
Träume so träumen, wie man möchte.*

Helga Königsdorf

Sicher werden die meisten diesem Satz aus dem Band „Meine ungehörigen Träume“ von Helga Königsdorf zustimmen. Trotzdem scheinen sich Möglichkeiten zu eröffnen, daß der Träumer tatsächlich bestimmen kann, was er träumt. Die Versuche stecken noch in den Anfängen, doch wollen wir sehen, was es mit den sogenannten „Klarträumen“ (lucid dreams) auf sich hat.

Es gibt einen geringen Prozentsatz von Menschen, die regelmäßig Träume haben, von denen sie genau wissen, daß es Träume sind. Außerdem sind sie in der Lage, weitgehend zu bestimmen, wie ihre Träume verlaufen; sie können also das träumen, was sie möchten. Sie können z. B. die Personen im Traum auftreten lassen, die sie wünschen. Typisch für diese Art von Träumen, die der amerikanische Traumforscher Keith Hearne „lucid dreams“, d. h. Klarträume nannte, ist ein so gut wie unbegrenzter Einfluß auf die Traumaktivitäten.

Wie kommt es dazu, daß sich bestimmte Leute bewußt werden, daß sie träumen? In der Regel sind es Ungereimtheiten des normalen Traums, die plötzlich zu der Einsicht führen, das alles nur ein Traum ist. Gewöhnlich lassen sich die meisten Menschen durch solche Ungereimtheiten nicht stören, sondern setzen ihren Traum fort, ohne an dessen Realitätscharakter irre zu werden. Aber es gibt eben auch Personen, bei denen Unstimmigkeiten im Traum diesen zu einem Klartraum werden lassen. Ernst Mach berichtet z. B., daß ihm im Traum plötzlich klar wurde, daß es ein Traum ist, als er einige Zweige sich ungewöhnlich bewegen sah.

Keith Hearne (1981) begann nun solche „Klarträumer“ in seinem Labor zu untersuchen. Das erwies sich aber als recht kompliziert, da er anderthalb Monate ständig seine erste Versuchsperson beobachten mußte, um nur 8 Klarträume berichtet zu bekommen. Hearne fragte sich nun, ob man nicht Klarträume künstlich hervorrufen könne. Bei seinen weiteren Überlegungen ging er davon aus, daß spontane Klarträume durch Unstimmigkeiten in der Szenerie des gewöhnlichen Traums ausgelöst werden, und fragte sich, ob dieser innere Reiz nicht durch einen äußeren ersetzt werden könne. Hearne versuchte das und machte folgendes Experiment:

Den Versuchspersonen wurde vor dem Einschlafen die Instruktion gegeben, während der Nacht auf einen elektrischen Stromstoß am Handgelenk zu achten. Sobald sie ihn bemerkten, sollten sie dem Versuchsleiter durch mehrmaliges schnelles Hin- und Herbewegen der Augen zu verstehen geben, ob sie träumen oder nicht.

Was erreichte Hearne mit diesem Experiment?

Da der elektrische Stromschlag während der Emphase, d. h. während des Aktiven Schlafs gegeben wurde, also während die Versuchspersonen mit Sicherheit träumten, konnte der Auftrag, zu überprüfen, ob sie träumten, nur zu dem Ergebnis führen, daß sie sich ihrer Träume bewußt wurden. Und tatsächlich gelang es Hearne auf diese Art und Weise bei 75% seiner Versuchspersonen Klarträume hervorzurufen.

Das Aufregende an diesem Experiment sind die Möglichkeiten, die es eröffnet. Erstens erlaubt die Kontrolle des Traumgeschehens durch den Träumer selbst einen Vergleich und sogar eine Kombination mit hypnotisch induzierten Träumen. Es könnte also z. B. durch posthypnotischen Auftrag ein bestimmtes Thema hervorgerufen werden, das der Träumer im „Klartraum“ dann weiterspinnt. Dadurch eröffnen sich nicht nur ungeahnte Möglichkeiten zur Untersuchung der Mechanismen des [161] Traumgeschehens, sondern es deuten sich auch neue Perspektiven für die Rolle des Traums im künstlerischen, Schaffensprozeß und beim Lösen wissenschaftlicher Probleme an. Und damit sind wir bei der zweiten wichtigen Schlußfolgerung

aus diesem Experiment: In Klarträumen kann der Träumer Situationen konstruieren, die in der Wirklichkeit nicht vorkommen und in der Wachphantasie nur schwer vorstellbar sind. In Klarträumen ist es leichter, den Problemraum zu erweitern und „verrückte“ Dinge anzustellen. Man kann eher Dinge miteinander kombinieren, die das Wachbewußtsein unter keinen Umständen unter einen Hut bringt.

Wohlgemerkt: soweit ist es noch nicht. Und niemand kann mit Sicherheit sagen, ob Klarträume tatsächlich einmal in breitem Maße zur Stimulierung schöpferischer Prozesse in Wissenschaft und Kunst angewendet werden können. Bis jetzt sind es lediglich Hoffnungen. Wie Seifenblasen werden sie jedoch nicht zerplatzen, denn daß der Traum solche Möglichkeiten in sich birgt, haben I“ wir schon auf S. 94 ff. gesehen. Und schon lange bevor die Anwendung der Klarträume für Wissenschaft und Kunst diskutiert wurde, hat der große Regisseur Luis Buñuel auf die Frage, was er machen würde, wenn ihm noch 20 Jahre Leben blieben, geantwortet: „Gebt mir zwei Stunden täglich aktives Leben und 22 Stunden Traum!“ (Bunuel 1982). Bunuel hat gewußt, was er sagt: In fast jedem seiner Filme hat er Anregungen aus seinen Träumen benutzt. Gelingt das nicht nur Künstlern, sondern auch Wissenschaftlern, dann werden wir vielleicht eines Tages in den Träumen nicht mehr nur in der „Unterwelt hausende Kinder der Nacht“ sehen, sondern sie auch wegen ihrer Erkenntnisfunktion zu schätzen wissen. [162]

Ausblick

Wir sind nun am Ende unseres Streifzugs durch die Welt des Traums. Bleibt noch die Frage nach den Tendenzen der gegenwärtigen Forschung. Auf eine haben wir im Kapitel über Klarträume schon hingewiesen: Es ist der Versuch, das Traumgeschehen durch den Träumer selbst kontrollieren zu lassen. Hier deutet sich die Möglichkeit an, dieses Verfahren mit der Tagtraumtechnik von Leuner (1970) zu verbinden und für die Psychotherapie nutzbar zu machen. Der Vorteil bestünde darin, daß die Traumbilder nicht vom Therapeuten, sondern vom Patienten selbst angeregt werden.

Eher theoretisch ausgerichtet sind neuere Untersuchungen über Träume bei Tieren. Man erhofft sich durch sie auch Aufschluß über die analogen Vorgänge beim Menschen. Im Rahmen dieser Forschungen gelangte man zu einem überraschenden Ergebnis: Während man bisher annahm, daß sich Säugetiere in bezug auf die neurophysiologischen Begleiterscheinungen des Traums vom Menschen nicht wesentlich unterscheiden, zeigte sich, daß Delphine eine interessante Ausnahme bilden (Kowalson 1985). Sie weisen eine völlig andere Verteilung der AS-Perioden auf als der Mensch. Bei ihnen wechseln sich beide Gehirnhälften in schnellem Wechsel beim Träumen ab, d. h., die von Bakan für den Menschen aufgestellte Hypothese von der rechten Gehirnhälfte als „Träumer“ trifft für Delphine nicht zu. Im Zusammenhang mit den in vielen Ländern angestellten und zum Teil auch erfolgreichen Versuchen zur Kommunikation zwischen Mensch und Delphin kann man sicher interessante Ergebnisse zur Schlaf- und Traumforschung erwarten (vgl. auch Rotenberg 1985).

Was die Hauptfragen der Traumforschung betrifft (vgl. [163] S. 87 ff.), so werden die Antworten auf die ersten beiden sicher zunehmend an Präzision gewinnen. Auf Grund verfeinerter Untersuchungsmethoden lassen sich genauere Aussagen darüber machen, wie lange Erlebtes den Trauminhalt beeinflussen kann und ob bestimmte Elemente des Tageserlebens bevorzugt in den Traum aufgenommen bzw. bevorzugt weggelassen werden. Was die Frage nach den Gesetzen der Umsetzung des Tageserlebens in den Trauminhalt angeht, so sind die Aussichten viel schlechter. Trotz einiger interessanter Ergebnisse und Theorien hat sich die Lage seit Freud kaum verändert. Und es deutet nichts darauf hin, daß in naher Zukunft gesicherte und allgemein anerkannte Ergebnisse zu diesem Problem vorgelegt werden können.

Aber wir sollten uns deshalb nicht entmutigen lassen. Im Vergleich zu anderen Disziplinen ist die Wissenschaft vom Traum noch jung, sie steckt noch in den Kinderschuhen. Was für die Physik Newton, war für sie Freud. Doch auf ihren Einstein wird sie wohl noch eine Weile warten müssen.

Literatur

Empfohlene Literatur

Raths, P.: Zwischen Traum und Tag. Leipzig 1978.

Wendt, H. (Hrsg.): Psychotherapeutische Traumbearbeitung. Leipzig 1985.

Wippermann, G.: Über Schlaf und Traum. Berlin 1963.

Zitierte Literatur

Arnold, A.: Unbewußtes und Unterbewußtes im Denken und Handeln. Berlin 1985.

Arnheim, R.: Kunst und Sehen. Berlin 1965.

Aserinsky, E., and N. Kleitman: Regularly occurring of eye motility, and concomitant phenomena during sleep. Science 118, 273-274, 1953.

Bakan, P.: The right brain is the dreamer. Psychology today 10, 66-68, 1976.

Bakeland, F.: Effects of the day's events on sleep. In: E. Hartmann (Ed.), Sleep and dreaming. Boston 1970.

Bassin, F.: Bewußtsein, „Unbewußtes“ und Krankheit Über eine moderne Betrachtungsweise des psychosomatischen Problems. In: R. Löther und A. Thom (Hrsg.), Forschen Vorbeugen Heilen. Berlin 1974.

Bassin, F.: Unbewußtes und Verhalten. Stuttgart 1978.

Berger, R. J., et al.: The EEG, eye movements and dreams of the blind. Quart. J. exper. Psychol. 14, 183-186, 1962.

Berger, R., and I. Oswald: Effects of sleep deprivation on behavior. subsequent sleep and dreaming. EEG clinicsl neurophysiology 14, 294-297, 1962.

Bismarck, O. v.: Gedanken und Erinnerungen. Stuttgart o. J.

Bleuler, E.: Dementia praecox oder die Gruppe der Schizophrenien. Leipzig 1911.

Bleuler, E.: Lehrbuch der Psychiatrie. Berlin 1916.

Börner, J.: Das Alpdrücken, seine Begründung und Verhütung. Würzburg 1855.

Boss, M.: Der Traum und seine Auslegung. Bern 1953.

Boss, M.: Grundriß der Medizin und der Psychologie. Bern 1976.

Brentjes, B., und S. Brentjes: Ibn Sina (Avicenna). Leipzig 1979.

Brun, R.: Sigmund Freuds Leistungen auf dem Gebiete der organischen Neurologie. Schweiz. Arch. Neurol. u. Psychiatr. 37, 200-207, 1936.

Bunuel, L.: Mon dernier soupir. Paris 1982.

Cartwright, R., et al.: Effect of an erotic movie on the sleep and dreams of young men. Arch. Gen. Psychiatr. 10, 262-271, 1968.

Crick, F., and G. Mitchison: The function of dream sleep. Nature 304, 111-114, 1983.

Dement, W.: The effect of dream deprivation. Science 131, 1705-1706, 1960.

Dement, W., and E. Wolpert: The relation of eye movements, body motility and external stimuli to dream content. J. exper. Psychol. 55, 543-553, 1958.

- Domhoff, B., and J. Kamiya: Problems in dream content study with objective indicators. Arch. Gen. Psychiatr. 11, 519-532, 1964.
- Engels, F.: Ludwig Feuerbach und der Ausgang der klassischen deutschen Philosophie. In: K. Marx und F. Engels, Werke, Bd. 21, 1981.
- Engels, F.: Naturforschung in der Geisterwelt. In: K. Marx u. F. Engels, Werke, Bd. 20, Berlin 1962.
- Freud, S.: „Psychoanalyse“. In: M. Marcuse (Hrsg.), Handwörterbuch der Sexualwissenschaft. Bonn 1923.
- Freud, S.: Vorlesungen zur Einführung in die Psychoanalyse. Neue Folge der Vorlesungen zur Einführung in die Psychoanalyse. Studienausgabe, Bd. I. Frankfurt (Main) 1969.
- Freud S.: Die Traumdeutung. Studienausgabe. Bd II Frankfurt (Main) 1972.
- Freud, S.: Der Witz und seine Beziehung zum Unbewußten. Studienausgabe, Bd. IV. Frankfurt (Main) 1970.
- Freud, S.: Die Zukunft einer Illusion. Studienausgabe, Bd. IX. Frankfurt (Main) 1974.
- Freud, S.: Warum Krieg? Studienausgabe, Bd. IX. Frankfurt (Main) 1974.
- Freud, S.: Der Wahn und die Träume in W. Jensens „Gradiva“. Studienausgabe, Bd. X. Frankfurt (Main) 1969.
- Freud, S.: Psychoanalyse, hrsg. von A. Thom. Leipzig 1984.
- Frisch, M.: Tagebuch: 1966-1971. Frankfurt (Main) 1972.
- Geison, G.: Loewi, Otto. In: C. C. Gillisple (Ed.), Dictionary of Scientific biography, vol. VIII. New York 1973 I.
- Das Gilgamesch-Epos, hrsg. von G. Burckhardt. Leipzig 1958.
- Gödon, H.: Der Traum als Indikator für den therapeutischen Effekt. Z. Psychother. u. med. Psychol. 13, 54-56, 1963.
- 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.
- Griesinger, W.: Pathologie und Therapie der psychischen Krankheiten. Stuttgart 1845.
- Grotjahn, M.: Freuds Briefwechsel. In: Die Psychologie des 20. Jahrhunderts, Bd. II. Zürich 1976.
- Günther, H.: Die Weckbarkeit während der Traumphasen. Diss. Würzburg 1972.
- Hall, C., and R. van de Castle: The content analysis of dreams. New York 1968.
- Hearne, K.: Control your own dreams. New Scientist 24, 783-785, 1981.
- Herodotos: Das Geschichtswerk. Leipzig 1956.
- Herzfelde, W.: Tragigrotesken der Macht. Berlin 1920.
- Jezower, I.: Das Buch der Träume. Berlin 1928.
- Jorswieck, E.: Ein Beitrag zur statistischen Contentanalyse manifesten Traummaterials. Z. psychosom. Med. Psychoanalyse, 12, 254-264, 1966.
- Jovanovic, U.: Sexuelle Reaktion und Schlafperiodik bei Menschen. Stuttgart 1972.
- Jovanovic, U.: Schlaf und Traum. Stuttgart 1974.

- Jovanovic, U.: Schlaf und vegetatives Nervensystem. In: A. Sturm und W. Birkmeyer (Hrsg.), Klinische Pathologie des vegetativen Nervensystems. Jena 1976.
- Jovanovic, U.: Traumforschung. In: Handbuch der Psychologie, 8. Bd., 2. Halbbd. Göttingen 1978.
- Jus, K., et al.: Effects of post-hypnotic suggestions on the allnight-sleep pattern. In: P. Levin and W. Koella (Eds.), Sleep 1974. Basel 1975.
- Kassatkin, W.: Theorie des Traums. Leningrad 1983 (russ.).
- Kiener, F.: Empirische Kontrolle psychoanalytischer Thesen. In: Handbuch der Psychologie, Bd. 8, 2. Halbband. Göttingen 1978.
- Klix, F.: Erwachendes Denken. Berlin 1980.
- Klumbies, G.: Psychotherapie in der Inneren und Allgemeinmedizin. Leipzig 1977.
- Kokkou, M., und D. Lehmann: Psychophysiologie des Träumens und der Neurosentherapie. Das Zustands-Wechsel-Modell, eine Synopsis. Fortschr. Neurol. Psychiatr. 48, 324-350, 1980.
- Kowalson, W.: Evolution und Schlafmodelle. Znanie-Si/a 4, 20-23, 1985.
- Lachman, F. M.: Recall of dreams, its relation to expression and cognitive control. J. abnorm. soc. psychol. 64, 160-162, 1962.
- Lenin, W. I.: Materialismus und Empiriekritizismus. In: Werke, Bd. 14. Berlin 1962.
- Lenormant, F.: Die Magie und Wahrsagekunst der Chaldäer. Jena 1878.
- Leuner, H.: Kathartymes Bilderleben. Stuttgart 1970.
- Lintener-Fabian, M.: Deutung erotischer Träume. München 1970.
- MacCarley, R., and J. Hobson: The brain as a dream state generator: An activations-synthesis hypotheses of dream processes. Amer. J. Psychiatr. 34, 1334-1348, 1977.
- Mitscherlich, A.: Kekules Traum. Psyche 26, 649-655, 1972.
- Nietzsche, F.: Morgenröthe. In: Werke, Bd. V. Leipzig 1906.
- Pisarzhenky, O.: Mendeleyev. Moscow 1954.
- Planck, M.: Scheinprobleme der Wissenschaft. Leipzig 1947.
- Poincaré, H.: Mathematical creation. In: P. E. Vernon (Ed.), Creativity. Harmondsworth 1970.
- Polikarov, A., und C. Tögel: Über den adaptiven Charakter des Traums. Comptes rendus de l'Académie bulgare des Sciences 35, 407-410, 1982.
- Pötzl, O.: Experimentell erregte Traumbilder und ihre Beziehungen zum indirekten Sehen. Z. ges. Neurol. Psychiatr. 37, 278-349, 1917.
- Prangishvili, A., et al.: The unconscious. Nature, functions, methods of study, 3. Vol. Tbilissi 1978.
- Prawda vom 18.4.1971: Psychologen deuten Träume (russ.).
- Robert, W.: Der Traum als Naturnotwendigkeit erklärt. Hamburg 1886.
- Rotenberg, V.: Kommentar zu Kowalson, W.: Evolution und Schlafmodelle. Znanie-Sila 4, 23, 1985.
- de Sanctis, S.: Die Träume. Halle 1901.

- Schiff, S., et al.: A study of ocular movements in hypnotically induced dreams. J. Nervous and mental Disease 133, 59-68, 1961.
- Sieenthal, W. v.: Die Wissenschaft vom Traum. Göttingen 1953.
- Sintschenko, W., und M. Mamardaschwili: Die Erforschung der höheren psychischen Funktionen und die Evolution der Kategorie des Unbewußten. Z. Psychol. 189, 255-268, 1981.
- Scherner, K.: Das Leben des Traums. Berlin 1861.
- Schmidt, H.-D.: Allgemeine Entwicklungspsychologie. Berlin 1970.
- Soschtschenko, M.: Schlüssel des Glücks. Leipzig 1977.
- Spirkin, A.: Die Psychobiophysik. Eine Realität. Kosmos 8, 17-19, 1980 (bulg.).
- Störig, H.J.: Kleine Weltgeschichte der Wissenschaft. Stuttgart 1957.
- Tart, C. T.: Frequences of dream recall and some personality measures. Psychol. Bull. 36, 467-470, 1967.
- Taylor, J., and E. Balanovsky: Is there any scientific explanation of the paranormal? Nature 279, 631-633, 1979.
- Toeplitz, J.: Geschichte des Films, Bd. 1. Berlin 1975.
- Tögel, Ch.: Der Traum. Historisches, Philosophisches und Empirisches zum Thema. Diss. Berlin 1981.
- Tögel, Ch.: Parapsychologie Avantgarde oder Pseudowissenschaft? Novo Vreme 60, 112-122, 1984 (bulg.).
- Trapp, C.: Dream studies in hallucinated patients. Psychiatr. Quart. 11, 1937.
- Träume: Wirr wie ein Stück vom Beckett. In: Der Spiegel vom 28.04.1980.
- Vahle-Schmidt, S.: Über Form und Inhalt des Träumens in Abhängigkeit von Diagnosen und Geschlecht. Diss. Frankfurt (Main) 1973.
- Wendt, H. (Hrsg.): Psychotherapeutische Traumbearbeitung. Leipzig 1985.