

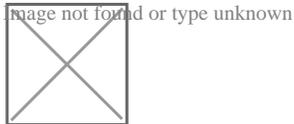
Traumarbeit/Traumdeutung

URL



https://gradido.community/anzeige/Potenzialentfaltung/Gesundheit--Wellness/Weiteres-Gesundheit--Wellness/TraumarbeitTraumdeutung_496

Produktbild



Beschreibung

Träume sind ein Spiegelbild unseres seelischen Zustandes oder besser unseres psychischen Gleichgewichts. Das erkannten bereits die Urgroßväter der neuzeitlichen Traumforschung Sigmund Freud und sein Schüler C.G. Jung.

Unser Unterbewusstsein ist in den Traumphasen des Schlafes sehr aktiv: Da im Schlaf viele äußere Reize fehlen und die meisten Sinneswahrnehmungen ausgeblendet werden, kann es sich jetzt besser der Auswertung der aufgenommenen Informationen widmen. Dabei werden auch diejenigen Wahrnehmungen unter die Lupe genommen, die der Aufmerksamkeit des Tagesbewusstseins entgangen sind.

In Alltagsträumen werden Tageserlebnisse verarbeitet und Probleme, für die das Tagbewusstsein keine Lösung fand, werden weiter bearbeitet.

Alte Erlebnisse und Informationen - z.B. aus der Kindheit oder sogar aus früheren Leben - werden mit neuen Informationen in Verbindung gebracht. Das kann z.B. helfen, traumatische Erlebnisse neu zu bewerten und die negativen Auswirkungen in der Gegenwart aufzulösen.

Der Schlaf wird auch »Der kleine Bruder des Todes« genannt. Das heißt nicht, dass wir sterben, sondern dass wir der geistigen Welt im Schlaf sehr viel näher sind, als im Wachbewusstsein. So kann sich das Unterbewusstsein nicht nur mit Themen, die in erster Linie mit uns selbst zu tun haben befassen, sondern unter Umständen eine größere Gruppe von Menschen (Familie, Freundeskreis, Arbeitskollegen) oder gar die ganze Menschheit betreffen (das »Kollektive Unbewusste, C G Jung). - Siehe auch den Abschnitt über den Wahrtraum weiter unten.

Traumdeutung

Die psychoanalytische Traumdeutung Sigmund Freuds verwendet zur Verwirklichung ihrer Aufgabe die Methode der Freien Assoziation, für die der Träumer aufgefordert wird, sowohl spontane, unkritische als auch gezielt beschreibende Einfälle über die Symbole seines Traumes zu gewinnen.

Carl Gustav Jung, ein ehemaliger Schüler Freuds, verstand den Traum als unmittelbar deutlich werdende Darstellung der inneren Wirklichkeit des Träumenden. Er stellte einen Katalog von ihm als archetypisch angenommener Symbole zusammen, denen er eine tendenziell feste Bedeutung zuordnete.

Da meiner Erfahrung nach die Menschen aufgrund ihrer individuellen Prägung und Entwicklung gleiche Bilder und Szenen sehr unterschiedlich sehen (können), halte ich mich bei der Traumdeutung eher an den Ansatz Sigmund Freuds. Wichtig ist dabei, die aktuelle Lebenssituation und die Geschichte des Klienten einzubeziehen.

In freier Assoziation werden die im Schlaf symbolisch erlebten Bilder, Handlungen und Gefühle zunächst vom Träumer selbst interpretiert. Ich unterstütze ihn lediglich darin, den Zusammenhang zur aktuellen Lebenssituation herzustellen.

Selbsteinschätzung: Fortgeschritten

Details zur Anzeige

ebiz-consult e.K.

Kurt-Schumacher-Ring 2

D-63329 Egelsbach

GERMANY

TEL: +49 (0) 6103 831 47-0

FAX: +49 (0) 6103 831 74-29

Email : info@ebiz-consult.de

Internet: <http://www.ebiz-consult.de>