

Arbeit mit Träumen

DIRK REVENSTORF

ELSBETH FREUDENFELD

Universität Tübingen

Milton-Erickson Akademie
Gartenstr. 18
72074 Tübingen
email: Kontakt@MEG-Tuebingen.de
homepage: www.MEG-Tuebingen.de

Annäherung an den Traum



Traum
Bericht



Kompensatorischer
Aspekt

traum
erich



Kausale
&
Finale
Aspekte

Kompensatorischer
Aspekt

traum
erich



Symbolik
Im
Traum

tion
hell

agna

traum
erich



Objekstufe
Subjektstufe

Symbolis
weitert

tion
gehell

agna

traum
erich

Arbeit mit Träumen

Überblick

Hinwendung zum Träumen

Traumnotiz

Traumsammlung

Traumtagebuch / Tagebuch

Traubesprechung morgens (in der Familie -> Senoi)

Traumvornahme

Traumwiedereintritt in der nächsten Nacht

Systematische Traumbearbeitung

Leitzätze

Traumbericht (Ichform-Präsens)

Zusammenfassung durch den Therapeuten

Bearbeitung: Annäherung (nicht Ausdeutung)

- 1) Tagesrest (Traumkontext)
- 2) Sicht des Träumers
- 3) Fragen zur Prägnanz und emotionalem Fokus
- 4) Dramaturgie: *Thema – Entwicklung – Krise – Lösung*
- 5) Traum-Ich und Wach-Ich
- 6) Kompensatorische bzw. Hinweisfunktion
- 7) Autorenform und Wink
- 8) Objektstufe: Kausalität-Finalität (Affektbrücke)
- 9) Symbole (semiotische und persönliche und archetypische Symbole)
Amplifikation der Symbole
Hypnotische Bearbeitung der Symbole
- 10) Subjektstufe
Darstellung: Gestalt / Psychodrama
- 11) Weiterführung des Traumes (Wiedereintritt in Trance)
- 12) Übertragungsmomente im Traum (Wo ist der Therapeut)
- 13) Besondere Träume
Alpträume
Großträume
Hellsichtige Träume
Präkognitive Träume
Luzide Träume
Schlafwandeln

Drei Leitsätze der Arbeit mit Träumen

(nach Elsbeth Freudenfeld)

Der Traum gehört dem Träumer

Nicht wegnehmen, nicht an sich reißen

Privatheit respektieren

Individuation verlangt keine Deutung

Übergangsraum, der geschützt werden muss

Therapeuten als Mutter:

Kinder sind gewohnt, Erwartung der Mutter zufrieden stellen

nicht reinlatschen

Entlarven verhindern

Im Traum drückt sich das ganze Selbst aus

Entsetzliche und fremde Anteile

Das wahre Selbst muss sich entwickeln; dazu akzeptierender Raum nötig.

(behutsam, verfügbar so wie es der Träumer will)

Träume sind die Poesie der Seele

Träume verbinden uns mit unserer Seele in der Sprache unserer Seele, nämlich die der Bilder und der Poesie. Die Äußerungen des Unbewussten muten immer irrational und chaotisch an, wenn wir von unserer linearen, rationalen Art zu denken ausgehen. In Wahrheit jedoch hat das Unbewusste lediglich eine andere Art von Logik, die in sich genauso schlüssig ist -> Matte-Blanco.

Prinzipien: Verdichtung (nichts Überflüssiges, Bedeutungsloses, sondern mehrfach bedeutsam), Symbolisierung, gegensatzvereinigend, ein Teil ist das Ganze, assoziativ, einschließend. Insofern entspricht die Traumlogik der Trancelogik.

Wenn man einen Traum analysiert, zerlegt und ausdeutet, geht wie bei einem Gedicht das Wesentliche dabei verloren, der Zauber, die Schönheit, das Rätsel, das Irrationale, das Transzendente.

Deshalb: nie ganz ausdeuten, den Traum als Ganzes anmuten lassen.

Die Auseinandersetzung mit Träumen

- macht durchlässiger für diesen kreativen Bereich meiner selbst
- vermittelt ein Gefühl für das ganze Selbst, verbindet mich damit
- schult die Intuition
- macht emotional intelligenter (kein Selbstbetrug möglich, Gefühl für Zusammenhänge, Perspektivübernahme)
- gibt innere Orientierung
- verbessert das Gedächtnis
- fördert die Individuation

Der Traum aus der Sicht des Träumers

I. Traumbericht (Traumtext)

erst spontan vom Klienten

dann Zusammenfassung durch den Therapeuten

II. Traumerleben

„Wie war das Gefühl beim Aufwachen?“

„Wie war die Stimmung im Traum?“

„Was für Gefühle hatten Sie an verschiedenen Stellen des Traumes?“

Details, Eigenschaften, Assoziationen und Beziehung zu Traumteilen: „Was war das für ein Hund?“

„Wie ist Ihre Beziehung zu der Person? Was hat sie für eine Bedeutung für Sie?“

bis auch der Therapeut einen lebendigen Eindruck von dem Traum hat.

III. Allgemeines Thema des Traumes

„Um was geht es Ihrer Meinung nach im Traum?“

Fragen 1-6 des folgenden Blattes

Satz

IV. Zusammenhang mit der gegenwärtigen Lebenssituation:

„Was glauben Sie, warum Sie das jetzt geträumt haben?“

„Was hat der Traum mit Ihnen zu tun?“

„Gibt es etwas in Ihrem realen Leben, worauf der Traum Bezug nimmt?“

Fragen 7-18 des folgenden Blattes.

Umkehrung der Satz

FRAGEN ZUR PRÄGNANZ DES TRAUMES

1. Was tut das Traum-Ich im Traum
2. Welches sind die Gegensätze; welche die Ähnlichkeiten im Traum
3. Welche Sequenzen enthält der Traum
4. Welche Themen, Beziehungen, Konflikte, ungelösten Situationen werden dargestellt?
5. Welche nicht realisierten Möglichkeiten, Lösungen, Beziehungen deutet der Traum an?
6. Gibt es mit diesen zusammen hängende Träume ?

FRAGEN ZUR AUFFHELLUNG DES TRAUMES

7. Welche Beziehung hat der Traum zu dem . was gerade in meinem Leben geschieht ?
8. Welche Gefühlsqualität hat der Traum
9. Wer ist mein Gegner im Traum ?
10. Wer ist mein Helfer im Traum ?
11. Was ist die heilende Kraft
12. Wem wird geschadet im Traum ?
13. Wem wird geholfen im Traum ?
14. Was würde ich am liebsten im Traum vermeiden ?
15. Was könnte der Traum nahe legen ?
16. Welche Fragen stellt der Traum an mich ?
17. Was möchte der Traum von mir ?
18. Welche Entscheidungen kann ich mit dem Traum erleichtern ?

Das Traum-Ich

Das Traum-Ich kann als eine durch Regression ins Unbewusste modifizierte Form des Wach-Ich verstanden werden. Es ist insofern dem Wach-Ich ähnlich, kann sich aber ungehemmter, kindlicher, triebhafter, aggressiver und unangepasster als das Wach-Ich verhalten. Das Traum-Ich setzt sich mit Inhalten des Unbewussten auseinander und bringt sie dem Träumer näher.

Der Vergleich von Wach-Ich und Traum-Ich offenbart noch unbewusste Anteile, Neigungen oder Fähigkeiten des Träumers, die aber bereits relativ bewusstseinsnah sind.

Hilfreiche Fragestellungen:

- Welche Rolle hat das Traum-Ich? Beobachtet es oder ist es in das Geschehen involviert?
- Wie erlebt sich der Träumer im Traum? Wie fühlt, denkt und handelt er im Traum?
- Worin unterscheidet es sich vom Wach-Ich? „Wie würden Sie sich realistisch in der Situation verhalten? Inwiefern verhält sich das Traum-Ich anders?“
- Welche unbewussten Elemente (Schatten) melden sich an?
- Inwiefern kompensiert das Traum-Ich das Verhalten oder die Haltung des Wach-Ich? Z.B. Progression-Regression, Stärke-Schwäche, Pflicht-Lust...
- Hat das Traum-Ich Fähigkeiten, die das Wach-Ich noch nicht hat?
- Gibt es Hinweise auf aktuelle Probleme? „Wo verhalten Sie sich aktuell ähnlich wie im Traum?“

Kausalität und Finalität im Traum

Die *kausale* Betrachtungsweise beschäftigt sich mit Wirkfaktoren aus der Vergangenheit: Biografisches Material, Traumata, ungelöste Konflikte, die verstanden, bearbeitet, integriert werden wollen.

→ regressives Aufarbeiten

Die *finale* Betrachtungsweise fragt nach dem Sinn, Zweck und Wohin: Entwicklung neuer Möglichkeiten und Fähigkeiten,

→ progressives, lösungsorientiertes Arbeiten

Die Träume zeigen, woran der Klient innerlich arbeitet, wohin seine Orientierung geht. Der Therapeut kann das unterstützen oder ausgleichen. Doch erst die Berücksichtigung beider Aspekte ermöglicht die Integration der ganzen Person mit ihrer Geschichte und ihren Zielen im Sinne der Individuation.

HINWEISE AUF KAUSALZUSAMMENHÄNGE

- Frühes Alter
- Familienthemen/Verwandte
- Signale aus der Vergangenheit

HINWEISE AUF FINALITÄT

- Veränderungen des Verhaltens, der Einstellung
- Andeutung von Entwicklungsmöglichkeiten
- Vorausschau, prospektive Tendenzen
- Das Gefühl, dass der Traum eine Intention hat
- Appell oder Fingerzeig

Die *finalen* Aspekte müssen vom Therapeuten meist aktiv erfragt werden. Besonders wichtig ist dies bei regressiver Fixierung, Festhängen an einem Thema, Wiederholungsträumen. Hier auch nach kleinen Veränderungen und Entwicklungsimpulsen schauen.

Weiterführende Interventionsmöglichkeiten:

- Den Traum in Trance weiterträumen lassen
- An den Ressourcen arbeiten, die es für die Lösung braucht

Symbolik im Traum

Traumelemente können als *Zeichen* (ich-nah) oder *Symbol* (archetypisch) gedeutet werden.

Zeichen stehen für etwas Bestimmtes, Eingegrenztes. Einem Zeichen wird eine konkrete Bedeutung zugeordnet. Die zeichenhafte Bedeutung eines Traumbildes leitet sich aus dem aktuellen Leben oder der Biografie her und ist dem Träumer bewusst.

Symbole sind nicht eingrenzbar in ihrer Bedeutung. Sie sind vielschichtig, mehrdeutig und vereinen Gegensätze, da sie einer tiefen Schicht der menschlichen Seele entstammen. Sie können nie ausgedeutet oder zugeordnet, sondern nur umkreist und intuitiv erfasst werden. Traum Inhalte mit symbolischer Dimension berühren uns emotional und werden als energiegeladen wahrgenommen, d.h. sie beschäftigen uns und machen Energie aus dem Unbewussten verfügbar.

Stufenweise Annäherung an das Symbol:

Aktueller Bezug: „Was verbinden Sie ganz aktuell mit dem Traumbild?“ (Zeichen-Ebene)

Biografischer Bezug: Assoziationen und Erinnerungen des Patienten aus seiner Lebensgeschichte (Zeichen-Ebene).

Archetypischer Bezug: Anreicherung des Bedeutungsgehaltes durch Amplifikation naturwissenschaftlichen und mythologischen Wissens (Symbol-Ebene).

Beispiele für Zeichen und Symbole

- Alltagssprachliche Metaphern: es brennt = es ist wichtig
- Zahlen: 2 = Polarisierung, 3 = Überwindung der Polarisierung, Synthese
- Schichten des Symbols: z.B. Traum von feindseliger Begegnung mit älterem Bruder (siehe Adam, 2000, S. 132):

Aktueller Bezug: Bruder vor wenigen Tagen als Konkurrent erlebt (Zeichen)

Biografischer Bezug: Träumer wurde durch Geburt des Bruders entthront (Zeichen)

Archetypischer Bezug : Rivalität (Urkomplex) Kain-Abel, Osiris-Seth.
Erkennen der Projektion der eigenen Aggression (Schatten) auf den Anderen (Du rivalisierst).
Rücknahme der Projektion vom Bruder (ich rivalisiere).
Bewusst werden der archetypischen Dimension des persönlichen Konfliktes.

Mit der Symbolebene geht die Traumbearbeitung in die Subjektstufe über, was bedeutet, dass Projektionen auf Objekte in der Außenwelt zurückgenommen werden und die Integration der abgespaltenen Anteile stattfinden kann.

Die Objekt- und die Subjektstufe

Auf der *Objektstufe* betrachtet man die im Traum vorkommenden Objekte als mit realen Objekten identisch und untersucht die Beziehungen des Träumers zu diesen Objekten. Das Traumgeschehen gibt Hinweise auf unbewusste oder übersehene Aspekte dieser Beziehungen. In objektstufigen Träumen kommen daher meist reale Personen, Dinge und Orte aus dem Leben des Träumers vor.

Auf der *Subjektstufe* werden alle Elemente des Traumes als dem Träumer zugehörig betrachtet -> Im Traum zeigt sich das ganze Selbst des Träumers. Die Traumelemente bilden symbolisch unbewusste, z.T. archetypische Anteile, Kräfte und Dynamiken ab. Die subjektstufige Bedeutung von Träumen kann durch die Beschäftigung mit der Symbolik leichter zugänglich gemacht werden.

Die meisten Träume lassen sich auf beiden Ebenen sinnvoll bearbeiten. Objekt- und Subjektstufe ergänzen sich dabei.

Objektstufiges Arbeiten empfiehlt sich:

- am Beginn einer Therapie
- bei Ich-schwachen Patienten
- wenn mit den Traum-Objekten aktuelle Konflikte bestehen

Subjektstufiges Arbeiten ist möglich bei:

- ausreichender Ich-Stärke des Patienten
- Bereitschaft des Patienten, sich mit Ich-fernen eigenen Anteilen zu befassen
- Träumen, die kaum Realitätsbezug haben

Beginn der Bearbeitung immer auf der Objektstufe. Annäherung an die Subjektstufe durch behutsames und gestuftes Vorgehen entsprechend der *Ich-Ferne* der Traumelemente:

Traum-Ich - gleichgeschlechtliche Objekte - gegengeschlechtliche Objekte (Anima/Animus)

Tiere/Pflanzen (Trieb, Vitalität) – Naturphänomene - unbelebte Objekte

GESTUFTES VORGEHEN

Reine Objektstufe: Den Traum wörtlich nehmen.

Relativierte Objektstufe: Wofür stehen die Objekte emotional für den Träumer?

Teilsubjektstufe: Nur die Ich-nahen Objekte als eigene Anteile betrachten.

Volle Subjektstufe: Alle Objekte im Traum als eigene Anteile betrachten.

Weitere Interventionsmöglichkeiten: Gestalt-Dialog oder psychodramatische Inszenierung.

Symbolbearbeitung

Traum-Symbol	Aktueller Bezug	Biografischer Bezug	Subjektiver Bezug	Archetyp. Bezug
1.				
2.				
3.				
4.				
5.				
6.				

Die fünf häufigsten Träume:

Flucht:

kommt in allen Kulturen vor, da es immer Feinde gegeben hat.

Freud: Männer: Kastrations-Angst / Frauen: Angst vor Entjungferung, Vergewaltigung oder Wunsch nach Aufmerksamkeit.

Jung: Eine vom T nicht akzeptierte Seite (Schatten) muß bearbeitet werden.

Fragen: besteht die Gefahr eines Überfalls? Ist der T Opfer einer Aggression? Gibt es bedrängende Probleme?

Versucht der Träumer einer gerechten Strafe zu entkommen?

Fallen:

Biologisch begründete Erfahrung:

Affen auf dem Baum, Kinder beim laufen lernen

Physiologische Ursache:

Blutdruckabfall, Bewegung im Innenohr, Arm aus dem Bett gefallen

Freud: erotischer oder kindlicher Wunsch nach Geborgenheit

Jung: sich von einem hohen Niveau herablassen

Fragen: Gibt es einen Kontroll- oder Balanceverlust, fehlt Rückhalt, oder besteht die Gefahr, aufgegeben zu werden?

Fliegen:

Naturvölker denken, dass im Traum die Seele (Astralleib) vom Körper zu den Göttern fliegt. Alte Menschen träumen häufiger vom Fliegen als Junge.

Freud: Wunsch oder Erinnerung an Orgasmus

Jung: Überlegen sein, Ketten lösen

Fragen: Gibt es etwas, von dem sich der T befreien will, Gebrechen oder irdische Belastungen, Beziehungen?

Nackt:

Konkret: Hat der T für eine reise etwas zu wenig Kleider eingepackt?

Freud: Wunsch kindlich zu sein, ohne Scham

Jung: Wunsch ehrlich zu sein

Fragen: Wenn das Publikum bestrafend reagiert: Schuld, Scham für geheime Fehler, sich ohne Maske zu zeigen ?

Wenn das Publikum neutral reagiert: übertriebene Schuldgefühle?

Wenn das Publikum positiv reagiert: gibt es unnötige Hemmungen?

Prüfung:

Kommt bei Naturvölkern nicht vor.

Häufig bei Athleten, Schauspielern und Schülern.

Fragen: Aufgaben, Gefühle der Inadäquatheit, der Bewertung usw.

PRINZIPIEN DER TRAUM-SPRACHE

Verdichtung
 Verschiebung
 Dramatisierung
 Wiederholung
 Symbolisierung

METAPHORIK DER TRAUM-SPRACHE

<u>Bild</u>	<u>mögliche Bedeutung</u>
erschießen	jemand ist zum abschießen
jemand im Bild:	jemanden ins Bild setzen
Treppe hoch gehen	auf eine höherer begeben
in der Bar trinken	zuführen Geistiges
Ausfallen der Zähne	keinen Biss haben
auf Hunde treffen	auf den Hund kommen
vereist sein	erstarren, kalt sein
herzhafte Nahrung	was nach dem Herzen ist
Wäldchen	Schonung
auf dem Grab liegen	den Tod des anderen im Rücken
in den Keller gehen	untergehen
auf dem nackten Rücken	den Buckel runterrutschen
rechts herüber holen	politisch nach rechts beeinflussen
auf den Arm nehmen	auf den Arm nehmen
Kopf hoch halten	ermutigen
Arm	arm
überfahren	nicht berücksichtigen
Gericht	Essen
Polizist	Recht
heiraten	auf seiner Seite haben

Archetypen

<i>Archetyp</i>	<i>mögliche Traumbilder</i>
Persona	Statussymbole (Auto / Kleid)
Anima/ Animus	Gegengeschlechtlicher Anteil
Schatten	bedrohliche, lächerliche Gestalt
Körper	Haus
Instinkte	Tiere (primitive, entwickelte, Haustiere)
Unbewusstes	Wasser
Inneres Kind	Kind
Mutter	ältere Frau
Vater	älterer Mann
Selbst	Mandala (zentralsymmetrische Figur)
.....	

WEITERE ARCHETYPISCHE SYMBOLE:

<i>Traumbilder</i>	<i>mögliche Bedeutungen</i>
Sonne	Energie, Ich, Schöpferkraft u.a.
Berg	Aufstieg u.a.
Baum	Wachstum u.a.
Fluss	Lebenslauf u.a.
Höhle	Herkunft, Uterus u.a.
Feuer	Transformation u.a.
.....	

Zahlen als Archetypen der Verwandlung

- 1 = Auftauchen eines Themas
- 2 = Polarisierung in Gegensätze
- 3 = Synthese, Überwindung der Gegensätze
- 4 = Transzendenz: Überwindung der konkreten Realisation

Klassische Archetypen

Alles (Tao)			
Männlich (Yang)		Weiblich (Yin)	
Feuer	Luft	Erde	Wasser
<i>Eigenschaften</i> aufwärts leuchtet heiß dehnt aus unwägbare energie braucht Stoff verzehrt transformiert feurig	<i>Eigenschaften</i> aufwärts ungerichtet in der Mitte elastisch beweglich leicht nicht fassbar wenig Widerstand zwischen durchsichtig luftig	<i>Eigenschaften</i> fällt abwärts fest dauerhaft abgegrenzt im Grund bindend schwer greifbar kalt trocken	<i>Eigenschaften</i> fließt abwärts folgt Gefälle horizontale Ruhe passt sich an dringt ein löst auf nimmt auf benetzt, haftet löscht Feuer kalt, trüb wässrig

Alles (Tao)			
Männlich (Yang)		Weiblich (Yin)	
Feuer	Luft	Erde	Wasser
<i>Bilder</i> Funke, Glut Explosion Flamme, Flächenbrand Vulkan, Lava Ofen, Herd Lagerfeuer Sonne, Stern	<i>Bilder</i> Wind Sturm Sauerstoff Atem Vogel Ballon, Blatt Flugzeug Gerüche	<i>Bilder</i> Erde Fels, Höhle Berg Gefäß Stein Mineralien Acker, Ufer	<i>Bilder</i> Tropfen, Oase Quelle, Brunnen FLUSS, WASSERFALL Meer Welle Regen, Nebel Flut, Strudel

Alles (Tao)											
Männlich (Yang)						Weiblich (Yin)					
Feuer			Luft			Erde			Wasser		
<i>Psychisch</i>			<i>Psychisch</i>			<i>Psychisch</i>			<i>Psychisch</i>		
Führung			vielseitig			bescheiden			Demut		
Erekenntnis			Austausch			Verlässlichkeit			Ruhe,		
lebendig			flexibel			Sinn für			Passivität		
Dynamik			Beweglichkeit			Form			Hingabe,		
Leichtigkeit			Leichtigkeit			Ausdauer,			Anpassung		
Willen			Feinheit			Geduld			Einführung		
Zuwendung			nachgiebig			Distanz,			Intuition		
Verwertung			Interesse			geradlinig			aufnahmefähig		
Läuterung			Klarheit			gründlich			bindungsfähig		
Begeisterung			beschwingt			tiefgründig			Dämpfung		
						Zusammenhalt, Treue,			aggressionslos		
						greifbar			fließend		
						Realismus					
Choleriker			Sanguiniker			Melancholiker			Phlegmatiker		
<i>Mars</i>	Sonne	<i>Jupiter</i>	<i>Uranus</i>	<i>Merkur</i>	Venus	<i>Venus</i>	<i>Merkur</i>	<i>Saturn</i>	<i>Mond</i>	<i>Pluto</i>	Neptun
Aggression	Lebensspender	Entwickelnd	Exzentrische	Vermittelnd	Auagleichend	Ausgleichend	Vermittelnd	Begrenzend	Widerspiegelnd	Zer-setzend	Auf-lösend
Widder	Löwe	Schütze	Wasser	Zwilling		Stier	Jungfr	Steinb	Krebs	Skorpn	Fisch

VERFOLGUNGSTRAUM-BEARBEITUNG

(Quelle unbekannt)

1. Sich vor dem Einschlafen vornehmen,
von der Opferrolle in die Konfrontation wechseln:
2. Den Verfolger angreifen
3. Kämpfen, bis er verschwindet, nötigenfalls bis er tot ist.
 - a) Der Tod des Traumfeindes setzt eine positive Energie frei,
die der Träumer investiert hat, um den Traumfeind auszustatten.
 - b) Der Traumfeind wird sich in eine positive Figur verwandeln.
4. Einen Traumhelfer herbeirufen. Inzwischen weiterkämpfen.
5. Wer kein Traumfreund ist, ist Traumfeind, auch alle die nicht helfen.
6. Auch wenn der Verfolger amorph ist, ihn angreifen.
Er wird die Form ändern.
7. Nachdem der Traumfeind besiegt ist, ein Geschenk von ihm verlangen
(etwas Schönes, Nützliches, Lösung, im Leben gültiges).
8. Verhandeln um das Geschenk.

Traumprotokoll von.....

1. Datum:..... Alptraum?.....Wiederholungstraum?.....

2. Traumtext

.....
.....
.....
.....
.....

3. Traum-Kontext.....

4. Sentenz:.....Umkehrung:.....

5. Was kompensiert der Traum?

6. Unterschiede zwischen Traum-Ich/Wach-Ich:.....

.....

5. Kausale Anteile (Biografisches):.....

6. Finale Hinweise.....

7. Symbole, sprachliche Metaphern.....

.....

8. . Symbole, persönlich.....

.....

9. . Symbole, archetypisch.....

10. Objektstufe.....

.....

11. Subjektstufe.....

.....

12. Autorenform:.....

13. Ressourcen

14. Defizite.....

15. Entwicklungshinweis.....

Literatur zum Traum

- Adam, KU (2000) *Therapeutisches Arbeiten mit Träumen*; Heidelberg Springer
- Aeppli E (1980) *Der Traum und seine Deutung*. Knaur München
- Artemidoros *Traumbuch* Reclam
- Barz H, Baumgardt U, Blomeyer R, Dieckmann H, Remmler H, Seifert T (1986)
Grundwerk C. G. Jung. Band 5. Walter Olten Freiburg im Breisgau
- Borbely A (1987) *Das Geheimnis des Schlafs*. dtv München
- Cushway D & Robin S (1992) *Counselling with dreams and nightmares*. Sage, London
- Dieckmann H (1986) *Umgang mit Träumen*. Kreuz Stuttgart
- Devereux G (1985) *Träume in der griechischen Tragödie*. Suhrkamp Frankfurt/M
- Faraday A (1985) *Deine Träume - Schlüssel zur Selbsterkenntnis*. Fischer Frankfurt/M
- Freud S (1961) *Die Traumdeutung*. Fischer Frankfurt/M Hamburg
- Hall JA (1982) *Arbeit mit Träumen in Klinik und Praxis*. Junfermann Paderborn
- Heise (1989) *Traumdiskurse* Fischer
- GWG-Heft über Träume-
- Jung CG (1990) *Traum und Traumdeutung*. München: dtv
- LaBerge S. (1987) *Hellwach im Traum*. Paderborn: Junfermann
- Langs, R. (1990) *Die Sprache der Träume*, München Heyne (Psycho)
- Mindell A (2003) *Seine Träume deuten*. Petersberg: Via Nova
- Nell R (1976) *Traumdeutung in der Ehepaar-Therapie*. Kindler München
- Obrist () *Archetypen*. Olten: Walter
- Phillips, A. (1997) *Vom Küssen, Kitzeln und Gekitzelt sein*, Göttingen Steidel
- Riedel U (1996) *Träume. Wegweiser in neue Lebensphasen*. Kreuz-Verlag
- Stekel W (1967) *The interpretation of dreams*. . Washington Square Press New York
- Wiegand M, Sprei F von, Förstl H (2006) *Schlaf und Traum*. München: Schattauer
- Williams SK (1987) *Durch Traumarbeit zum eigenen Selbst*. Ansata Interlaken
- Winson J (1986) *Auf dem Boden der Träume*. Beltz Weinheim Basel
- Wolf A (1997) *Physik der Träume*. Berlin: Byblos Verlag
- Zimmer DE (1986) *Schlafen und Träumen*. Ullstein Frankfurt/M Berlin