
Vorwort

Sie finden hier eine ausführlichere Version des Beitrags „Mit Imagination an Albträumen arbeiten“, der im Forum Psychoanalyse, Heft 2/14 erschienen ist und der Luise Reddemann zum 70. Geburtstag gewidmet war. Fantasien erscheinen nach Jung im Schlaf als Traum, im Wachen als mehr oder weniger bewusste Vorstellungen. Fantasie versteht er als Ausdruck der Selbsttätigkeit der Psyche. Aus dieser Nähe von Traum und Fantasie, oder beobachteter Fantasie, der Imagination, ist es naheliegend, dass Träume durch Imagination vergegenwärtigt und besser verstanden werden können, dass aber auch besonders an Albträumen durch die Imagination die Hilflosigkeit überwunden und eine gewisse Selbstwirksamkeit hergestellt werden kann. Steven Starker hat bereits 1974 eine Methode vorgeschlagen, wie Albträume durch Imaginationen verändert werden können, wie der Stil der Nachtträume durch die Arbeit mit Imaginationen sich verändert.

Anhand einer klinischen Arbeit an einem Albtraum zeige ich, wie eine solche Arbeit aussehen kann. Psychoanalytikerin und Analysandin sind gemeinsam im Vorstellungsräum, der durch den Albtraum vorgegeben wird. Dieser Vorstellungsräum wird als ein Raum der Interaktion und damit der potenziellen Wandlung verstanden, in dem die Analytikerin im Bereich der Symbolik Anregungen gibt, Ideen aufgreift, die zu beruhigenden und zukunftsfrächtigen Bildern führen. Die imaginative Arbeit wird auch unterbrochen durch ein Gespräch, das sowohl Verständnis bringt als auch Zugang zu einer Ressource – durch die Analysandin selbst.

Ziel einer solchen Arbeit ist es, die Angst im Albtraum zu bannen, der Träumerin aber auch zu vermitteln, dass es nicht nur von der Angst bestimmte Imaginationen gibt, sondern dass diese sich auch verwandeln lassen in kreative Fantasien.



<http://www.springer.com/978-3-658-09277-1>

Alpträume in der Psychotherapie
Ein klinisches Beispiel für das ressourcenorientierte
Imaginieren

Kast, V.

2015, IX, 25 S., Softcover

ISBN: 978-3-658-09277-1