

Bernd Schmid / Andrea Günter

# **Systemische Traumarbeit**

Der schöpferische Dialog anhand  
von Träumen

Vandenhoeck & Ruprecht

# Inhalt

<b>I.</b>	<b>Systemisches Arbeiten mit Träumen</b> .....	9
	Einführung .....	9
	Zum Buch .....	15
<b>II.</b>	<b>Der schöpferische Dialog mit einem Traum</b> .....	18
	Der systemische Blick auf Träume .....	18
	<i>Das Dialogische des Traums</i> .....	18
	<i>Ein Traumgeschehen schöpferisch entfalten</i> .....	22
	<i>Gesprächspartner im Traumdialog sein</i> .....	24
	<i>Den Träumer beobachten, das Träumen beobachten</i> ....	26
	<i>Begegnung von Wirklichkeitsstilen</i> .....	27
	<i>Aktives Gestalten mit Trauminszenierungen</i> .....	29
	Traditionelle Traumarbeit .....	30
	<i>Freud: Angst, Wunscherfüllung und Traumbedeutung</i> ...	30
	<i>Adler: Selbstwert, Vermeidungen und Ambitionen</i> .....	33
	<i>Jung: Individuation, Schattenintegration und</i> <i>Traumdialog</i> .....	35
	Das besondere Potential des Träumens nutzen .....	37
	<i>Wirklichkeiten kreativ erforschen</i> .....	37
	<i>Balancen finden</i> .....	39
	<i>Vielschichtige Wirklichkeitsbezüge üben</i> .....	41
	<i>Innen- und Außenwirklichkeiten verknüpfen</i> .....	42
	<i>Traum- und Wachwirklichkeiten aufeinander beziehen</i> ..	43
	<i>Persönliche und kulturelle Bedeutung anreichern</i> .....	44
	<i>Archetypische Betrachtungen anstellen</i> .....	46
	<i>Sinnempfindliche Kommunikationskulturen entwickeln</i>	47
	<i>Ein Traumtagebuch führen</i> .....	47

<b>III. Traumdialoge und Diskurskultur</b> .....	49
Erste Schritte .....	49
Traumdialoge als gemeinsame Erzählung .....	50
Kollegiale Traumdialoge .....	51
Traumdialoge als experimentelle Collagen .....	52
Intuitionen folgen .....	53
Schutz intimer Sphären .....	54
Spontaner Traumdialog in der Morgenrunde .....	55
Traumdialog als ein methodisches Experiment .....	56
Sich auf professionelle Traumdialoge vorbereiten .....	62
<b>IV. Systemische Arbeitsfiguren</b> .....	66
Den Kontext einer Erzählsituation beleuchten .....	66
Fokussierungen von Träumer und Zuhörer beleuchten ....	70
Suchprozesse auslösen .....	71
Zu Assoziationen einladen .....	72
Eine Traumerzählung vervollständigen .....	74
Traumfragmente anreichern .....	75
Mit verwirrenden Erzählungen umgehen .....	76
Erinnerungs- und Erzählgewohnheiten ansprechen .....	77
Deutungsgewohnheiten zum Thema machen .....	79
Die Inszenierungsebene einführen: Die Theatermetapher .	79
Nach den Traumelementen und ihrer Qualität fragen ....	81
Kulturelle Bedeutung zur Anreicherung nutzen .....	82
Momente mit besonderer Bedeutung .....	83
<b>V. Vertiefende Arbeitsfiguren, Beispiele und Erläuterungen</b>	85
Die Kontextgenerierung zum Traumgeschehen einleiten ..	85
Kontextthinweise einführen .....	86
Die Beobachterperspektive stark machen .....	89
Deutungsgewohnheiten transformieren .....	91
Mit Erzählgewohnheiten experimentieren .....	93
Die Differenz von Wirklichkeitsstilen nutzen .....	95
Wirklichkeitsstile weiterentwickeln .....	96
Zu Wirklichkeitslogiken Kontraste bilden .....	98
Eine Auswahl fokussieren und vereinbaren .....	100
Konkret und spezifisch werden .....	101

Zukunftsorientierung im Traum .....	103
Das Traumgeschehen und die Spiegelung aktueller Erfahrung .....	105
Lebensherausforderungen in Beziehung setzen .....	106
Konfrontieren .....	108
Mehrere Perspektiven integrieren .....	110
Archetypen studieren .....	112
Seelische Hintergrundbilder erkennen und einbeziehen ...	114
Symbolwissen anbieten .....	116
Mit Symbolen und ihren Bezügen spielen .....	117
<b>VI. Herr MIDLIFE in der Krise. Eine Fallstudie mit Übungsmöglichkeit .....</b>	<b>120</b>
Träume im Coaching .....	120
Zuweisung .....	121
1. Sitzung: Die berufliche und persönliche Situation .....	122
3. Sitzung (8. Woche): Ein wiederkehrender Traum .....	124
4. Sitzung (13. Woche): Der zweite Traum .....	127
Die weitere Entwicklung .....	130
7. Sitzung: Eine Lebenskrise .....	132
8. Sitzung: Ein Traum inmitten der äußerlichen Krise .....	133
Nachlese .....	134
<b>VII. Schluss .....</b>	<b>135</b>
<b>VIII. Leitfaden für den schöpferischen Dialog mit einem Traum .....</b>	<b>137</b>
Leitlinien .....	137
Erstes Fragen .....	138
Grundsätzliche Vorgehensweisen und Perspektiven .....	139
Die Bezüge des Traums erfragen .....	140
Fragen zur Traumerzählung .....	141
Traum inhalte erfragen .....	142
Wirklichkeitsbezüge des Traums erkunden .....	144
<b>Literatur .....</b>	<b>147</b>