



# Über den Sweet Spot des Deutens und die Traumarbeit als Leasingvertrag

*Fabian Ludwig (Luzern)*

*Zusammenfassung: Seit 2019 betreiben Mitglieder des Vereins The Missing Link und des Psychoanalytischen Seminars Zürich das Projekt Traumstation. Per E-Mail können Träume eingereicht werden, welche kostenlos und anonym mit einer Deutung beantwortet werden – bei entsprechendem Einverständnis auch in Form einer Audiodeutung im Podcast Traumstation. Träume werden hier also in einem neuartigen Setting gedeutet, welches sich von der an Funktionalität orientierten klinischen Situation mit dem entsprechenden Erwartungsdruck entkoppelt hat, und neue Perspektiven auf das Deuten und auf das «Ich unter Druck» eröffnet. Dieser Beitrag ist die erweiterte Fassung eines Vortrags, welcher am Psychoanalytischen Seminar Luzern gehalten wurde.*

*Schlüsselwörter:* Traum, Traumdeutung, Traumstation, Traumarbeit, Deutung

## **Einleitung**

Während des Schlafens sind die Ich-Funktionen alteriert. Die Augen sind verschlossen, die Türen stehen offen zu dem, was von den Erlebnissen des Tages angeregt und angestossen worden ist. Dementsprechend erlauben Träume einen besonderen Einblick darin, auf welche spezifische Weisen das Ich unter Druck gerät, und welche immer wieder neue Gestalt das Ringen des Ichs um seine Entlastung und Behauptung erhält. Es handelt sich, wenn man so will, um einen Einblick in den Maschinenraum des wachen Ichs und seiner Aktivitäten bei Tage.

Alteriert ist auch unsere Funktion als Deutende, wenn uns ein Traum nicht im Rahmen einer Psychotherapie oder Analyse erzählt wird, sondern im Projekt *Traumstation*<sup>1</sup>. An das «*analytische Ich*» wird hier nicht der Erwartungsdruck einer therapeutischen Situation gerichtet, sondern vor allem Neugierde: Was wird ein anonymes Gegenüber in dem eingeschickten Traum wohl erkennen? Auch unsere Augen sind verschlossen, in dem Sinne, dass wir kaum etwas davon wissen, welches die faktischen Erlebnisse des Tages (und des Lebens) sind, welche die innere Bewegung in Gang gesetzt haben, die zum Träumen drängt.

Das Arbeiten mit den Träumen in diesem alterierten Setting bietet einen eigenen Einblick in verschiedene Weisen, wie das Ich unter Druck gerät, wie es von der Traumarbeit Entlastung erfährt und wie sich aus diesem Wechselspiel ein Traum entwickelt. Gleichzeitig ergibt sich aus dem Arbeiten ohne therapeutischem Erwartungsdruck eine andere Perspektive auf das Deuten, ein anderer Blick in den Maschinenraum des «analytischen Ichs». Ausgehend von diesen Annahmen setzt sich dieser Beitrag mit im Projekt Traumstation gemachten Erfahrungen auseinander.

### **Traumdeuten macht süchtig**

Letztens ist mir aufgefallen, dass das Deuten der anonymen Träume in der *Traumstation* ein bisschen süchtig macht. Es gibt einen bestimmten Effekt, der sich während des Schreibens einer Deutung einstellt, bei dem sich zwischen der Deutung und dem Traum eine Schwingung ergibt, eine Resonanz, ähnlich vielleicht, wie wenn man mit dem Finger ein Weinglas zum Singen bringt. Diesem Punkt, diesem *Sweet Spot*, habe ich begonnen zu folgen.

Es spielt keine grosse Rolle, wo man mit dem Deuten anfängt. Der Anfang muss nicht perfekt sein. Es kann ein bisschen holpern – wie mit dem Finger am Weinglas eben –, muss es vielleicht sogar, damit Reibung entsteht. Nach ein paar Absätzen beginnt sich beim Schreiben, wenn es klappt, ein Ton zu ergeben, der nicht mehr einfach mein Ton ist, sondern einer, der sich aus der Reibung und Schwingung zwischen Traum und Deutung ergibt.

Die Schwingung ergibt sich aus den Assoziationen, die während des Deutens aus dem Traum heraus auftauchen. Man hebt aus dem Traum irgendein Muster, ein Element hervor, schreibt also in ein paar Sätzen etwas – erst einmal recht beliebig Erscheinendes – fest, und merkt plötzlich, dass die Deutung über eine Schwelle gegangen ist. Ein Muster oder Element taucht jetzt auf einmal an verschiedenen Orten des Traumes in verschiedenen Formen und Verkleidungen auf.

Das ist ein Effekt, über den man sich ja auch in der Therapie und Analyse freut: Als Antwort auf eine Deutung vervielfältigen sich auf einmal die Assoziationen, neue Verbindungen tauchen auf. Eine Deutung bekommt Evidenz, indem sie sich verknüpft und erweitert, mit Einfällen und Erinnerungen, mit dem Geschehen in der Therapie und ausserhalb.

Dass es diesen Effekt auch beim Deuten von anonymen Träumen in der Traumstation geben kann, war eine Überraschung für mich. Im Unterschied zu einer Therapie kann ja kein neues Material – keine neuen Einfälle oder Erinnerungen – hinzukommen, um eine Deutung zu beantworten und zu erweitern. Wir haben bloss die E-Mail mit der Niederschrift des Traums und vielleicht noch ein paar Sätzen dazu.

Und doch scheint in dieser Niederschrift, kaum hat man ein paar Sätze gedeutet, auf einmal hier und dort eine Assoziation auf, eine Antwort, und es entsteht das Gefühl von einer Richtung und Bewegung, die der Traum hat, und das mit einer Evidenz, die sich nicht von der Hand weisen lässt.

Nicht um eine äussere Evidenz handelt es sich also, wie sie sich in einer Analyse ergeben kann, wenn die Analysandin mit einem neuen Einfall, einer Erinnerung oder Übertragungsreaktion auf die Deutung antwortet. Obwohl wir dieser äusseren Evidenz schon auch in der Traumstation begegnen, wenn etwa eine Träumerin auf eine Deutung nochmals antwortet, weil sie mit der Deutung etwas anfangen konnte und uns etwas davon erzählen will (was uns natürlich immer sehr freut).

Ich meine aber etwas anderes, eine Art von innerer Evidenz, die aber dennoch keine autistische ist, die sich für jeden Traum neu und spezifisch gestaltet, und die sich allein aus der Wechselwirkung zwischen Traum und Deutung ergibt. Mit dieser Art von Evidenz hat es zu tun, wenn wir in der Traumstation immer wieder die erstaunliche Erfahrung machen, dass verschiedene Deutende zwar verschieden an denselben Traum herangehen, dass zwar verschiedene Deutungen entstehen, aber nicht beliebig verschiedene – dass die Deutungen, auch wenn sich die Gewichtung und Betonung deutlich unterscheiden kann, in eine ähnliche Bewegung geraten, die sich aus dem Traum ergibt.

### **Ein Kampf geht über Schwellen**

«Liebes Psychoanalyse-Team», schreibt uns eine Träumerin, «ich habe wieder einen Traum geträumt, der mich sehr nachdenklich gestimmt hat. Ich bin gespannt, was euch dazu einfällt!»

*Ich wache morgens früh auf, weil ich draussen vor meinem Haus laute Geräusche, wie ein Kreischen eines Tiers, höre. Ich öffne die Haustür und sehe meine Hauskatze im Vorgarten, die miaut. Durch ein Loch meines Gartentors versucht eine offenbar wütende Gans ihren Hals durchzustecken. Sie schafft es in wenigen Sekunden, das Gartentor zu überwinden und greift die Katze an. Während ich den Kampf der beiden Tiere von der Schwelle der Haustür aus beobachte, kommt auf einmal ein Affe angerast und rennt das Gartentor nieder. Er rennt direkt auf mich zu und versucht mich anzugreifen, versucht sich an mich zu klammern. Ich kann ihn mir nur schwer vom Leib halten, renne in die Küche und hole Töpfe und Pfannen, um mich zu verteidigen. Als ich aus der Küche zurückkomme, haben sich bereits mehrere Affen*

*kreischend und brüllend in mein Haus gedrängt und versuchen alle an mir zu klammern. Ich kämpfe mich mit den Kochutensilien frei, schlage alle Affen weg und schliesse überwältigt und abgekämpft die Haustür. Damit endet der Traum.*

Wie gesagt spielt es keine so grosse Rolle, wo ich anfangen mit dem Deuten. Es darf auch holprig anlaufen. Manchmal erscheinen Träume auf den ersten Blick auch glatt, und erhalten erst dann Profil, wenn man irgendwo einen Einstieg genommen hat. Eine Übersicht ist jetzt nicht zu haben. Eher geht es darum, den Traum abzutasten auf etwas, was ich greifen kann.

Ich kann damit anfangen, dass der Traum einen ausgesprochenen Spannungsbogen hat, einem Crescendo gleich. Oder ich fange damit an, dass es ja nicht nur die Tiere im Traum sind, sondern auch der Traum selbst, der die schlafende Träumerin überfällt und bei ihr einbricht.

Ich kann damit beginnen, dass ganz offensichtlich ein Kampf stattfindet, und feststellen, dass dieser Kampf der Träumerin immer näher rückt: Zuerst kann sie dem Kampf noch zuschauen, von der Türschwelle aus, und ist wenig später selbst darin verwickelt.

Oder ich fange mit den Grenzen an, die in diesem Traum – das Gartentor, die Schwelle der Haustür – offenbar eine Rolle spielen, die Grenzen und Grenzüber tretungen. Es scheint um Grenzen zu gehen, welche die Träumerin hat, ihre Limiten, und gleichzeitig scheinen in der Träumerin Wünsche und Impulse zu erwachen, diese Grenzen zu überschreiten.

Während die Träumerin also schläft, steigen diese Wünsche auf, und führen nicht zu einem realen Erwachen der Träumerin, sondern zum Erwachen in einen Traum.

Die Distanz zwischen der Träumerin und diesen Wünschen und Impulsen, die eigenen Grenzen zu überschreiten, wird dabei immer kleiner: Zuerst ist es noch «da draussen», wo sich ihr innerer Konflikt abspielt, «da draussen» im Vorgarten, ein Kampf zwischen der häuslichen Katze und der offenbar wütenden Gans.

Die Träumerin beobachtet diesen Kampf an der Schwelle, also wieder an einer Grenze, hin- und hergerissen zwischen dem sicheren, vertrauten häuslichen Umfeld und dem Impuls, in die Auseinandersetzung zu gehen mit dem, was sich da draussen (oder eben in ihr drin) anbahnt.

Sie scheint also noch in der Ambivalenz zu verweilen. Und da wird sie auch schon überwältigt, gepackt, diesmal in Form des Affen, der sich an sie klammern will. Jetzt überwiegt nicht mehr das Interesse, sondern die Angst: Es geht darum, sich diesen Affen vom Leib zu halten, mit Töpfen und Pfannen.

Vielleicht geht es in dem Traum ja auch darum, dass sich die Träumerin aus einem Klammergriff befreien will. Bei der «Hauskatze», den Küchenutensilien und den Klammeraffen könnte man auch an eine Lebenssituation mit Kindern und Haushalt denken. Es wäre zumindest eine lustige Darstellung von einer solchen Situation und den Impulsen, die darin freigesetzt werden.

Dann geht es womöglich auch um den Wunsch, die eigenen Grenzen zu verteidigen, und dass dies der Träumerin nicht leichtfällt, dass dies keine Selbstverständlichkeit für sie ist, sondern dass sie ziemlich mit sich ringen muss, um für die eigenen Grenzen einzustehen.

Es beginnt etwas zu schwingen zwischen der Deutung und dem Traum, und zugleich wird die Deutung auch ein bisschen glatt, die Reibung geht abhanden. Jedenfalls stellt sich das Gefühl ein, dass dies noch nicht alles ist, und dass ich nochmals ansetzen will.

Weil wenn die Träumerin dann «überwältigt und abgekämpft» die Haustüre schliesst, wenn sie alle Affen weggeschlagen hat, dann kann man nicht umhin, auch etwas von der grossen Erregung, Aufregung und Befriedigung zu spüren, die diese Grenzüberschreitung, dieses Eindringen, aber nicht das Eindringen allein, sondern vor allem das gleichzeitige Kämpfen und Verteidigen und Ausloten der eigenen Grenzen mit sich gebracht hat – man stelle sich einen Traum vor, in dem die Träumerin bloss drinnen und ihre Hauskatze bloss draussen im Vorgarten verweilt wäre, ohne Eindringlinge und ohne Kampf. Und genauso lustlos wäre ein Traum, in dem die Träumerin einfach kampfflos überrumpelt und überfahren worden wäre.

Hier bringt das Eindringen und Überschreiten, das Ringen und Kämpfen für die eigenen Bedürfnisse, für die eigenen Grenzen, auch eine erregende, eine sexuelle Konnotation mit sich, worauf mit dem sich auf die Träumerin stürzenden wilden Affen, mit dem Gänsehals im Loch des Gartentors ja auch angespielt wird.

Und dabei sind es nicht das Eindringen und «Überwältigtwerden» alleine, welche Lust erzeugen, sondern die Lust entsteht dadurch, dass die Träumerin mit diesem «Eindringling» in eine Auseinandersetzung geht, sich überwältigen lässt und zugleich für sich einsteht und kämpft.

Das Ringen um die eigenen Grenzen ist eine lustvolle Erfahrung für die Träumerin, was sich auch daran zeigt, wie die Träumerin mit dem Traum umgeht. Während am Ende des Traums die Haustür endlich geschlossen ist – alle eindringenden Wünsche und Impulse sind ausgesperrt –, ist es in Wirklichkeit ja so, dass die Träumerin mit dem Traum selbst als «Eindringling» in eine Auseinandersetzung geht. Sie ringt mit diesem grenzüberschreitenden Traum, schickt ihn uns an die *Traumstation* weiter, wo sich

beim Deuten die Stimmung einstellt von einem lustvollen Ringen ums überwältigt werden und Kämpfen für die eigenen Grenzen.

Und weil es süchtig macht, gleich nochmals.

**«Ich unter Druck» – ein Massstab-Auto**

«Guten Tag», schreibt eine andere Träumerin, «diesen Traum habe ich nicht mal im Ansatz verstanden».

*Ich habe ein Kleinkind im Kinderwagen, es schläft zwar, aber bloss oberflächlich. Ich hab aber auch ein Auto, ich muss zu einer Tagung oder so ähnlich, jedenfalls bin ich sehr im Stress. Ich kann den Kinderwagen mit dem schlafenden Kind nicht ins Auto verfrachten, deshalb stelle ich ihn irgendwo ab. Und mache mir natürlich sofort Sorgen, dass mir jemand das Kind stiehlt. Das Kind ist seltsam neutral: kein Mädchen oder Junge. Ich habe zwei Jungs, erwachsen inzwischen, irgendwie ist dieses Wissen im Hintergrund abgespeichert. Deshalb ist das Kind im Kinderwagen auch nicht so richtig meines, aber trotzdem, ich habe die volle Verantwortung und auch Zweifel, ob es nicht doch meines ist. Aber die Tagung ist wichtig, also los, ich fahre hektisch auf der Suche nach einem Parkplatz um die Ecke – und siehe da, ein Parkplatz ist frei, recht schmal allerdings. Aber mein Auto ist bloss ein Massstab, vielleicht einen guten Meter lang, einige Zentimeter breit und höchstens ein, zwei Zentimeter hoch. Natürlich wundere ich mich über dieses Massstab-Auto, aus Metall übrigens, aber ich bin auch sehr zufrieden mit diesem Geschehen: So schnell einen Parkplatz gefunden und problemlos schön in der Mitte parkiert. Im richtigen Leben kann ich nicht so gut parkieren, obwohl ich sehr gern Auto fahre, und alle sehr gern mit mir Auto fahren, weil ich sehr sicher und vorausschauend fahre. Ich schaue also nochmals auf den wunderschön geparkten Massstab, und laufe zum Konvent oder der Tagung. Dort bin ich etwas spät, fühle mich aber dem Geschehen durchaus gewachsen. Ich greife auch sofort scharfzüngig in eine Diskussion ein – eine Frau hat etwas ziemlich Dummes, ja, sogar Rassistisches gesagt, ich mache eine eindeutig niederschmetternde Bemerkung dazu. Man greift mich an, aber ich fühle mich sehr souverän, antworte klug und schnell, und etwas persönlich-bös. Dann kommt mir aber wieder mein Kind im Kinderwagen in den Sinn, ich möchte, dass diese Tagung sofort endet, und ich mein Kind*

*in Sicherheit bringen kann ... ich versuche, dem endlosen Gerede der Teilnehmenden ein Ende zu setzen mit ungeduldigen Voten, aber deren Redestrom ist nicht zu stoppen. Ich verzweifle zunehmend, und dann wache ich auf.*

Ja, mit welchem Ansatz soll man einsteigen in diesen Traum?

Für mich ist es das Gefühl, dass die Träumerin zwischen Stuhl und Bank steht, zwischen Kinderwagen und Auto, zwischen Tagung und Kind. Am Anfang des Traums ist sie hin- und hergerissen, und am Ende dann wieder. Und dann fällt mir auf, dass dieses Element des «Dazwischenseins» im Traum ja immer wieder auftaucht: Das Kind «schläft zwar, aber bloss oberflächlich», es ist «seltsam neutral: kein Mädchen oder Junge», und das Kind ist «nicht so richtig meines», und trotzdem hat die Träumerin «Zweifel, ob es nicht doch meines ist».

Dieses «Dazwischen» wird dann sogar ganz triumphal ausgefüllt von der Träumerin: Zwischen all den Autos steht ein schmaler Parkplatz frei, und die Träumerin parkt sich und ihr Massstab-Auto passgenau in dieses schmale «Dazwischen» ein. Das «Ich unter Druck» – ein Massstab-Auto!

Hier stellt sich bei mir das Gefühl einer Evidenz ein, dass dieses von mir erst einmal beliebig aufgegriffene Element eines «Zwischen-Stuhl-und-Bank-Seins» kein beliebiges, sondern ein besonderes ist. Es ist nicht die Art von Evidenz, bei der ich jetzt sagen könnte: «So und so ist es.» Evident wird vielmehr: Wenn ich beim Deuten dieses Element aufnehme, dann beginnt zwischen Deutung und Traum unbestreitbar etwas zu passieren, was mehr ist als die einseitige Anwendung einer Deutung auf den Traum.

Fritz Morgenthaler hat in seinem Technikbuch vom «Summationseffekt» gesprochen (1978, S. 69), und damit, wie mir scheint, etwas ähnliches bezeichnet: Indem sich das Element vom «dazwischen sein» wiederholt, indem sich diese Assoziation zum Traum zu vervielfältigen beginnt und hier und dort, wieder und wieder, in verschiedener Gestalt erscheint, schlägt das Quantitative – das wiederholte Aufscheinen einer Idee – in etwas Qualitatives um: In das sichere Gefühl, dass die Träumerin ein besonderes Verhältnis zu diesem «Dazwischen» hat.

Das ist der *Sweet Spot*, jetzt hat der Traum begonnen, die Deutung mitzuschreiben. Und wenn ich jetzt weitere Elemente des Traums aufgreife und mich zum Beispiel wundere: Warum ist das Auto eigentlich ausgerechnet ein Massstab? Dann merke ich, direkt auf diese Stelle, wo ihr Auto «bloss ein Massstab» ist, «vielleicht einen guten Meter lang, einige Zentimeter breit und höchstens ein, zwei Zentimeter hoch», direkt auf diese Stelle folgend beginnen sich die Massstäbe in Bezug auf die Träumerin selbst zu verschieben. Sie ist zufrieden mit sich, «so schnell einen Parkplatz gefunden, und

problemlos in der Mitte parkiert», relativiert dann erst einmal bescheiden, «im richtigen Leben kann ich nicht so gut parkieren», und doch fahren alle gerne Auto mit ihr, «weil ich sehr sicher und vorausschauend fahre».

Und dann, direkt in der weiteren Abfolge, schnellst das Mass durch die Decke, die Träumerin geht zur Tagung, fühlt sich «dem Geschehen durchaus gewachsen», greift «sofort scharfzüngig in eine Diskussion ein», macht eine «niederschmetternde Bemerkung», fühlt sich allen Angriffen gewappnet, «sehr souverän», sie antwortet «klug und schnell, und etwas persönlich-bös».

Als hätte sie damit das Mass überschritten, wird die Träumerin daraufhin abgestraft, mit einer überhandnehmenden Angst. Es ist dann, als hätte sie mit ihrem grossen Auftreten einen vulnerablen Teil von sich – ihr Kind – in Gefahr gebracht, als hätte sie sich schuldig gemacht.

Es scheint also auch um eine Frage des Mass Haltens zu gehen, und um eine Lust daran, das Mass zu überschreiten, um das Gas geben und das Bremsen, wie beim Autofahren. Die Frage des Masses und der Grösse der eigenen Wünsche, des «zuviel» und «zuwenig», scheint eine virulente und problematische zu sein. Da ergibt es nochmals einen neuen Sinn, dass es ausgerechnet ein Massstab ist, den sie «so problemlos» und genau «in der Mitte» parkiert hat.

Und nicht zuletzt geht es ja auch um eine Frage der Kontrolle. Einmal handelt der Traum von einem Fahrzeug, in dem die Träumerin am Steuer sitzt, dem Auto, in dem sie «es» im Griff hat – wie ja dann auch an der Tagung mit ihrem souveränen Auftreten –, und dann auch von einem Fahrzeug, das ein Kinderwagen ist, in dem man liegt, sich schieben lässt, sich dem auch hingeben muss, dass man nicht kontrollieren und auch nicht sehen kann, wohin man geschoben wird.

Diese Frage der Kontrolle stellt sich im Übrigen auch für das Deuten und für dessen *Sweet Spot*. Der Traum schreibt jetzt die Deutung mit. Das ist wie beim Wellensurfen, wenn man den richtigen Moment erwischt hat, und den Auftrieb von der Welle unter dem Surfbrett spürt. Man spürt es gleich, ob man ihn hat oder nicht, diesen Punkt. Und wenn man ihn hat, dann ist es ein Glück, weil dann weiss man: Jetzt kann ich mich ein Stück tragen lassen und sehen, wohin ich komme.

### **Der Traum unter dem Gesichtspunkt der Druckverhältnisse**

Im Abschnitt über die «Rücksicht auf Darstellbarkeit» bezieht sich Freud in der *Traumdeutung* auf Herbert Silberer, welcher «die bei der Traumbildung vor sich gehende Umsetzung der Gedanken in Bilder» (Freud 1900, S. 349) als «autosymbolische Funktion» beschrieben und an sich selbst untersucht hat:



*Wenn er sich im Zustande der Ermüdung und Schlaftrunkenheit eine Denkanstrengung auferlegte, so ereignete es sich ihm häufig, dass der Gedanke entschlüpfte und dafür ein Bild auftrat, in dem er nun den Ersatz des Gedankens erkennen konnte. [...]*

*Beispiel Nr. 1. Ich denke daran, dass ich vorhabe, in einem Aufsätze eine holprige Stelle auszubessern.*

*Symbol: Ich sehe mich ein Stück Holz glatthobeln.*

*Beispiel Nr. 5. Ich suche mir den Zweck gewisser metaphysischer Studien, die ich eben zu betreiben vorhabe, zu vergegenwärtigen. Dieser Zweck besteht darin, so denke ich mir, dass man sich auf der Suche nach den Daseinsgründen zu immer höheren Bewusstseinsformen oder Daseinsschichten durcharbeitet.*

*Symbol: Ich fahre mit einem langen Messer unter eine Torte, wie um ein Stück davon zu nehmen. (Freud 1900, S. 349–350)*

Unter dem Gesichtspunkt der Druckverhältnisse besehen macht der Traum vom «Massstab-Auto» deutlich, welch grosse Entlastung diese «autosymbolische Funktion» des Träumens – das Umgiessen eines Gedankens in ein anderes, visuelles Medium – dem Ich bieten kann.

Die Träumerin ist am Anfang des Traumes durch die ständigen Abwägungen, durch das ständige «zwischen Stuhl und Bank sein» blockiert: Sie muss zu einer Tagung und muss zugleich zum Kind schauen, sie ist gestresst und kommt nicht vom Fleck. Indem dieses «dazwischen sein» in das Bild vom schmalen Parkplatz umgegossen wird – indem der innere Konflikt also in einem anderen Medium eine Darstellung findet –, kann die Träumerin eine scheinbare Lösung dafür finden: Sie parkiert ihr Auto – und damit auch ihr in Abwägungen gefangenes Ich – in den Parkplatz ein und steigt aus der verkeilten Situation einfach aus.

Mit anderen Worten: Ein innerer Konflikt, der sich im Denken des Sekundärvorgangs (mit den dazugehörigen Abwägungen und Rationalisierungen) zunehmend verkeilt und Druck erzeugt, findet im Denken des Primärvorgangs eine wundersame Lösung. Das Bild vom gekonnten Einparkieren, genau in der Mitte, hat dem Ich der Träumerin das Gefühl von Kontrolle vermittelt – und ihr damit den Freipass gegeben, die Bremsen zu lösen, die Kontrolle zu lockern. Der Druck des ständigen «dazwischen

seins» fällt von ihr ab, die Entlastung ist sofort spürbar: Endlich kann sie zur Tagung gehen und tritt dort gehörig aufs Gaspedal.

Die Traumarbeit funktioniert hier wie ein Leasingvertrag: Den Preis dafür muss die Träumerin erst später bezahlen, als die Sorge sie wieder einholt und sie am Ende zunehmend verzweifelt aus dem Traum erwacht.

### **Die Dritte Person**

Ein anderer Traum, der die *Traumstation* neulich erreicht hat, treibt dieses Spiel mit der Ich-Entlastung durch die Möglichkeiten des Primärvorgangs – insbesondere durch den Medien- und Perspektivwechsel – zur Meisterschaft, und soll den Abschluss dieses Beitrags bilden. Die Träumerin schreibt:

*Ich habe von einem Mann geträumt, der mit einer Frau, seiner Partnerin, zu einer Veranstaltung geht. Während des Traums war ich immer wieder mal mehr, mal weniger der Mann. Ich erlebte das Geschehen mal mehr aus seiner Perspektive, mal mehr als Beobachterin, als würde ich einen Film schauen. Es gab dabei keinen klaren Perspektivwechsel, sondern fließende, undeutliche Übergänge.*

*Zu Beginn beobachtete ich das Geschehen eher aus seinen Augen. Keine der vorkommenden Personen kenne ich in Wirklichkeit.*

*Ich kam mit meiner Partnerin zusammen bei einer Veranstaltung an. Die Räume waren sehr festlich eingerichtet. Es gab alte, königlich wirkende Möbel, Kellner mit Tablett auf denen Sekt serviert wurde, an den hohen Decken hingen Kronleuchter, der Boden war z. T. ausgelegt mit rotem Teppich und die Gäste waren schick angezogen. Zwischen meiner Partnerin und mir war es etwas angespannt. Ich merkte, dass ich mich von ihr loslöse, auf der Veranstaltung mehr machen möchte, als mit ihr zu sein und sie verärgert darüber war. Deswegen sagte ich zu ihr dann auch, dass sie schon zum Platz gehen könne und habe mich selbst weiter umgesehen. Dabei habe ich eine andere Frau getroffen, die ich auch schon kannte, mit der ich eine Affäre habe oder die meine Geliebte ist. Den folgenden Teil habe ich eher aus der dritten Person beobachtet.*

*Der Mann flirtete mit dieser anderen Frau, sie machte mit, aber spielte auch mit ihm, wich ihm aus. Es gab eine heimliche Annäherung zwischen den beiden im Bad. Sie trug einen roten Lippenstift, den sie dem Mann gegeben haben muss. Nun ging das eigentliche Event des Abends los. Es war ein Catwalk, die Veranstaltung war also eine Modenschau, was mir als Beobachterin erst dann klar wurde. Ich erlebte das Geschehen nun wieder mehr aus der Perspektive des Mannes.*

*Meine feste Partnerin sass im Publikum auf der Tribüne, meine Geliebte lief in der Show als Model. Ich erwies mich als eine Art Jury, da ich überlegte, welches Outfit in den Katalog kommt. Ich hatte den roten Lippenstift meiner Geliebten und machte für jedes Outfit, das mir gefiel, einen roten Punkt auf einen meiner Finger oder Handballen, an denen ich die Outfits und Models abzählte (ähnlich, wie man die Monate an den Fingerknöcheln abzählt, nur an den Handinnenflächen). Meiner Geliebten hatte ich vor dem Walk noch ein gestreiftes Oberteil gegeben, das sie unter ihr weisses, bauchfreies Oberteil ziehen sollte, sodass es ein bisschen wärmer wurde. Das sah gut aus und gefiel auch meiner festen Partnerin. Mir wurde klar, dass meine feste Partnerin vermutlich noch eine höhere Position in der Modewelt hatte als ich, weil es wichtig war, dass ihr die Outfits gefallen.*

*In diesem Moment hat man gemerkt, dass die feste Partnerin erkennt, dass der Mann dieses Outfit nochmal verändert hat (ich glaube, weil sie das gestreifte Oberteil kannte). Es hat zugleich ihren Geschmack getroffen, aber auch mehr bedeutet, nämlich, dass das Model die Geliebte ihres Partners ist. Das gestreifte Oberteil war ein Zeichen dafür. In der Modenschau gab jedoch auch die feste Partnerin dem Mann ein Zeichen: Ein Model hielt Toiletten-Papierhandtücher in den Händen. Das stand dafür, dass die Partnerin ihren Partner im Bad mit der anderen Frau gesehen hat. Der Mann erschrak, als er das sah, obwohl er schon zuvor wusste, dass seine Partnerin es weiss und sie auch weiss, dass er es weiss.*

*Ich in der Rolle des Mannes habe für jedes Outfit einen roten Punkt mit dem Lippenstift auf meine Hand gemacht, weil ich alle total gut fand. Nach der Show war die Freude gross, weil die Outfits beim Publikum so*

*gut ankamen. Das war wiederum gut für mich, vielleicht war ich auch der Designer. Ich war am Ende nicht glücklich, weil meine Partnerin nicht gut auf mich zu sprechen war und die Beziehung zu meiner Geliebten mir flüchtig erschien.*

Die Deutung dieses Traumes soll hier weitgehend offen bleiben<sup>3</sup>, nur den einen Aspekt möchte ich herausgreifen: Jedes Mal in diesem Traum, wenn sich die Rollen zu verfestigen und die Verhältnisse zu klären drohen, passiert etwas. Als sie die Veranstaltung als «festes Paar» besuchen, fühlt sich die – bereits in die Rolle eines Mannes geschlüpfte – Träumerin eingengt. Sie weist der Partnerin ihren Platz zu, und löst sich von ihr los, um sich weiter umzusehen.

Dass blosse «zu zweit sein» war zu eng, und so trifft die Träumerin in der Rolle des Mannes auf eine Frau, welche offenbar die «Affäre», die «Geliebte», also sozusagen die «dritte Person» in Bezug auf die feste Beziehung ist. Auch hier wird es also wieder eng, die Rollen und Verhältnisse drohen sich zu klären in den bekannten Mustern und Dramen von festen Paarbeziehungen und ihren Affären.

Um der Enge dieser klischeehaften Rollenzuteilung zu entkommen, macht der Traum einen genialen Sprung: Er nutzt die Mehrdeutigkeit des Begriffs der «dritten Person», indem er ihn vom Inhalt auf das Medium überträgt – auf die Perspektive, die Kameraführung.

Genau auf dieser Stelle nämlich, wo von der «Affäre» und «Geliebten» die Rede ist, folgt ein Teil, den die Träumerin «eher aus der dritten Person beobachtet», wie sie schreibt. Die folgende Passage ist tatsächlich auch in der dritten Person verfasst. Erst als sie sich aus dieser Enge wieder befreit hat, wechselt die Traum erzählung zurück in die erste und springt dann wieder in die dritte Person, als die Affäre auf dem Laufsteg auffliegt.

So wie sich im Inhalt des Traums anfangs der Mann von der Partnerin loslöst, um sich umzuschauen, so löst sich dann in der Form und Erzählung des Traums die Träumerin von der ersten Person los, um sich in der dritten Person als Beobachterin umzuschauen. Das unter Druck stehende Ich wird hier entlastet, indem es sich verflüchtigt und zu einer Kameraperspektive wird, «als würde ich einen Film schauen». So eröffnet sich ein Spiel mit der Gefahr und auch dem Reiz, von festen Rollen – und insbesondere von einer festen Beziehung – eingenommen zu werden.

Auch in diesem Traum hat das Spiel seinen Preis, den die Träumerin am Ende in Form einer Verstimmung und Ernüchterung zu bezahlen hat. Und doch ist es der Traumarbeit zu verdanken, dass sie – als Kreditgeberin sozusagen – mit den Möglich-

keiten des Primärvorgangs einen Vorschuss geleistet hat, der diese Spielweise eröffnet und diesen faszinierenden Traum ermöglicht hat.

### Literatur

Freud, S. (1900). *Die Traumdeutung*. GW II/III.

Morgenthaler, F. (1978). *Technik. Zur Dialektik der psychoanalytischen Praxis*. Psycho-  
sozial Verlag.

The Missing Link (2021). *Traumstationen – Geheimagent Traum*. Scheidegger & Spiess.

### Anmerkungen

1 Träume können an die E-Mail-Adresse [traum@the-missing-link.online](mailto:traum@the-missing-link.online) eingeschickt werden. Weiterführende Informationen zu den *Traumstationen* und deren Entstehungsgeschichte finden sich auf der Homepage von *The Missing Link* (<https://the-missing-link.online/traumstationen/>) und in der dazugehörigen Buchveröffentlichung *Traumstationen – Geheimagent Traum* (The Missing Link, 2021). Der Podcast *Traumstation* ist bei allen bekannten Podcast-Anbietern zu finden. Die Mitarbeit im Deutungspool der *Traumstation* steht allen Interessierten vom Psychoanalytischen Seminar Zürich und von anderen Institutionen offen.

2 Der *Sweet Spot*, wörtlich übersetzt «süßer Punkt», bezeichnet in verschiedenen Fachbereichen und Sportarten eine Art effektive Zone. Beim Golfspielen beispielsweise gibt es bestimmte Schläge, die sich weit besser anfühlen als andere, bei denen der Ball mit verhältnismässig geringem Kraftaufwand besonders weit fliegt. Es sind dies die Schläge, bei denen man den Ball mit dem *Sweet Spot* des Golfschlägers getroffen hat: Dem etwa stecknadelkopfgrossen Punkt, welcher das Massenzentrum des Schlägerkopfes bildet, und an dem die optimale Energieübertragung auf den Ball stattfindet.

3 Eine Deutung dieses Traums kann im Podcast *Traumstation* angehört werden. Es handelt sich um die am 12. März 2023 erschienene Podcast-Folge mit dem Titel «Traum 143: Dritte Person».

### Angaben zum Autor

*Fabian Ludwig*, Dr. med., 1986, ist Mitglied des Vereins *The Missing Link* und Teilnehmer des Psychoanalytischen Seminars Zürich. Er arbeitet als Oberarzt und Stellenleiter des akutpsychiatrischen *Home Treatments* der Luzerner Psychiatrie. Mail: [fabian.ludwig@gmx.ch](mailto:fabian.ludwig@gmx.ch)