

GRUNDWISSEN TRAUMTHEORIEN

PHILIPP HÜBL

Dieses Thesenpapier verwende ich in meinen Seminaren.
Ich freue mich über Anmerkungen und Ergänzungen.

huebl@philo.uni-stuttgart.de
www.philipphuebl.com

1. Aristoteles: Träume als Nachbilder

- Frühe physiologische Theorie: Träume sind Nachwehen der Wahrnehmung, verursacht durch Veränderungen der Blutbeschaffenheit.

2. Freud 1900: Die Psychoanalyse

- *Psychoanalyse*
 - (a) *Methode* des Aufdeckens von «unbewussten» Bedeutungen in Reden, Handlungen, Vorstellungen; Quelle: Träume, Phantasien, Wahnvorstellungen
 - (b) *Therapie*
- *Modell der Psyche*
 - (a) *Über-Ich*: die internalisierten Normen der Eltern und der Kultur
 - (b) *Ich*: die Person, das Selbstbewusstsein(?)
 - (c) *Es*: die Triebe (Sexualität, Aggression)
- *Verdrängung* («Grundpfeiler» der Psychoanalyse): ein aktiv («absichtlich») eingeleiteter, für sich selbst genommen passiver/automatischer Mechanismus; Wünsche, Triebe, Vorstellungen werden vom Ich wegen möglicher Gefahr weggeschoben.
- *Traumtheorie*
 - (a) Im bewusst erlebten Traum *erfüllen* wir uns Wünsche.
 - (b) Der Traum ist *Hüter des Schlafes*: Er verhindert das Aufwachen. Ein *Zensor* wandelt daher inakzeptable Wünsche in *Symbole* um (der Penis wird zur Lanze oder Krawatte, der «Frauenleib» zum Ofen oder Zimmer).
 - (c) Bedeutung und Quelle der Symbole sind «unbewusst» (hier sowohl im Sinne von «nicht phänomenal» als auch von «nicht direkt zugänglich»), können aber vom Psychoanalytiker aufgedeckt werden.
- *Kritik an der Psychoanalyse und der Traumtheorie*
 - (a) Kenny 1991: *Homunkulus-Fehlschluss* nach Lateinisch «Homunkulus» für «kleiner Mensch»: Ein Teil der Person soll Handlungen ausführen, die nur die ganze Person ausführen kann
 - (i) Beispiel: Platons *Seelenwagen* (*Phaidros*, 246 f.)
 - Lenker mit *edlem Pferd* («Mut») und *wildem Pferd* («Instinkt»)
 - Problem: Wer ist die Person? Der Lenker oder alles zusammen?
 - (ii) Beispiel Freuds *Psyche*
 - *Das Ich* steht zwischen dem *Es* der Triebe und dem *Über-Ich* der Normen
 - Problem: Wer ist die Person? Die ganze Psyche, oder nur das Ich? Und wer ist der Zensor?
 - (b) *Unwissenschaftliche Methode*: In der *Traumdeutung* analysiert Freud nur etwa 40 *eigene* Träume sowie einige Traumberichte aus zweiter Hand. Breit angelegte repräsentative Testgruppen fehlen.
 - (c) *Vernachlässigung anderer Theorien*:
 - (i) Wilhelm Wundt: Assoziationstheorie
 - (ii) Hermann von Helmholtz: Bewegungillusionen Kernelement in Träumen
 - (iii) Carl Gustav Jung: Parallele zwischen Träumen und Psychosen
 - (d) *Kokainismus*: Kokaingebrauch während der Arbeit zur Traumdeutung (Freud 1884 «Über Coca»: «plötzliche Aufheiterung», «Gefühl von Leichtigkeit»). Drogen verändern nicht nur den Wachzustand, sondern auch Träume. Daher eventuell verzerrtes Bild.
 - (e) *Fragwürdige Interpretation*:
 - (i) Grünbaum 1984: Unbelegte Behauptung, dass der Trauminhalt symbolisch ist und eine tiefere Bedeutung hat.
 - (ii) Hobson 2002a: Problem der *Übersemantisierung*. Bei Freud: Fliegen als komplizierte Umdeutung des Geschlechtsverkehrs; Gegenthese: Körperillusion durch Lähmung der Muskeln in der REM-Phase (Aserinsky 1959)

- (f) *Mangelnde Falsifizierbarkeit*: Kein Kriterium dafür, wann ein Schnürstiefel einfach nur ein Schnürstiefel ist und nicht etwa ein Phallus. Wie kann man *unabhängig* vom Interpretieren überprüfen, ob dieser Recht hat? Popper 1935: Freuds Theorie ist nicht falsifizierbar.
- (g) *Sexualität überbewertet*:
- (i) Babys träumen ungefähr 8 Stunden bei 16 Stunden Schlaf pro Tag – unwahrscheinlich, dass sie verdrängte sexuelle Wünsche verarbeiten (vergleiche auch: Tiere mit REM-Schlaf)
 - (ii) Problem Eigenwahrnehmung: Kurz vor dem Aufwachen ist der Sexualhormonspiegel besonders hoch. Daher Verzerrung in Traumberichten möglich.
- (h) *Verdrängung nicht belegt*:
- (i) Die Oberschicht im pruden Österreich um 1900 hat Wünsche eventuell *aktiv* verborgen. Daraus folgt nicht, dass alle Menschen zur *passiven* Verdrängung neigen.
 - (ii) Gut belegt: *unbewusste Informationsverarbeitung*. Schlecht belegt: das «Unbewusste» als eigenständige Instanz im Geist, die Gedanken und Wünsche umdichtet und verschlüsselt
 - (iii) *Widerspruch* zwischen «bewussten» und «unbewussten» Inhalten: In Träumen tauchen Gewalt und Sex auf. Überspitzt gefragt: Warum läuft im selben Kino der Director's Cut neben der zensierten Fassung?

3. Hobson 2002a/2002b: Aktivierungs-Synthese-Theorie

- These: Unsere bunten, narrativen Träume haben wir während des REM-Schlafs.
- *Aktivierung*: Während der REM-Phasen steigt im Stammhirn die Konzentration des Neurotransmitters *Acetylcholin* und produziert zufällige Erregungsmuster in Zentren für Sehen, Bewegungen und Gefühle.
- *Synthese* in der höheren Hirnrinde: Interpretationsmechanismus unter Rückgriff auf unsere Erinnerungen; Assoziationen werden zu einer kohärenten Geschichte.
- *Problem*: Wiederkehrende Träume widersprechen einer zufälligen Aktivierung.

4. Solms 1997/Solms und Turnbull 2002: Wunscherfüllungstheorie

- These: REM-Schlaf und Traumschlaf nicht identisch: Hinweise auf eine *doppelte Dissoziation*
- Ursache von Träumen («Antriebskraft») sind Aktivierungen *im limbischen System* (Sitz von Vergnügen, Lust, Wünschen)
- Das *SUCH-System* ist aktiviert: Traum daher Ersatz für «motivierende Handlung»
- Theorie *neofreudianisch*: zwar kein Zensor, aber Träume als *Wunscherfüller*
- *Problem*: Wo genau ist der Unterschied zu Hobson?

5. Crick/Mitchison 1983: Datenlöschtheorie

- Da Lernen hyperaktiv ist, werden auch schädliche oder *unnütze Assoziationen* gebildet, die in Nervenverbindungen als Gedächtnisinhalte gespeichert sind.
- Träume haben die Funktion des *reversen Lernens*: Sie schwächen und *löschen* schließlich diese Nervenverbindungen.
- *Probleme*:
 - (a) Das Gedächtnis verbessert sich in Träumen.
 - (b) Im Traum gelangen Inhalte ins Bewusstsein. Normalerweise verbessert das die Erinnerung daran. Wenn als Nebeneffekt behandelt, dann Version der Spandrillentheorie.

6. Flanagan 2000: Spandrillentheorie

- *Schlaf* und andere Ruhephasen haben eine evolutionäre Funktion: *Regeneration*.
- *Träume* haben keine evolutionäre Funktion: Sie sind die *Spandrillen* («spandrels») des Schlafes, Verzierung ohne tragende Funktion (in Anschluss an Gould/Lewontin 1979)
- *Argumente*
 - (a) keine Korrelation zwischen Trauminhalt und Lernfunktionen während des Schlafes
 - (b) Einige wichtige Probleme tauchen nie in Träumen auf; Traum inhalte enthalten oft Unwichtiges

- Sekundäre, nicht-evolutionäre Funktion: Träume geben uns Aufschluss über unser Leben (Analogie: Geräusch des Herzschlags hat keine evolutionäre Funktion, gibt aber Aufschluss über die Gesundheit des Patienten)
- *Problem:* Wenn Nebenprodukt der Evolution, warum haben Träume eine kreative, narrative Struktur?

7. McGinn 2004: Immersionstheorie

- Träume sind *Vorstellungen* («images»), keine *Wahrnehmungseindrücke* («percepts»)
- Vorstellungen haben eine *narrative Struktur*
- *Mentale Teilung* («psychic split»): Die Person ist gleichzeitig *Autor* und *Zuschauer* der Träume; meist erlebt sie Träume aber nur als Zuschauer.
- Wir *halten* im Traum das Geträumte *für wahr* («believe»), weil wir im Traum in eine virtuelle Welt eintauchen («immersion») vergleichbar mit der von Romanen und Filmen. Zudem sind wir wie Hypnotisierte anfällig für *Suggestionen*.
- *Probleme:*
 - (a) Wie kann der Traumautor handeln (also willentlich etwas tun), wenn er nicht weiß, was er tut?
 - (b) Immersion lebt vom Kontrast der realen und der fiktiven Welt. In Träumen gibt es keinen Kontrast. Treffender ist da die Charakterisierung von Hobson 2002a: Träume sind *komplexe Halluzinationen* wie in Psychosen. Das erklärt auch, warum wir nicht am Inhalt zweifeln. Was ist darüber hinaus originell an McGinns These?
 - (c) Hypnose und Traum: Wer suggeriert wem was?

8. Dennett 1976: Traumskepsis

- Es könnte sein, dass es im Schlaf keine (phänomenalen) Erfahrungen gibt
- Träume könnten *Rekonstruktionen* sein, die erst nach dem Aufwachen als echte Erinnerungen erscheinen
- *Probleme:* Empirische Hinweise sprechen dagegen (Äquivalenz von neuronalen Mustern und Traumberichten).

Literatur

Seitenzahlen beziehen sich auf den Wiederabdruck, wenn angegeben.

Aristoteles, *Kleine naturwissenschaftliche Schriften*

Aserinsky, Eugene et al. (1953) «Regularly Occurring Periods of Eye Motility and Concomitant Phenomena during Sleep» *Science* 118: 273–274

Crick Francis und Mitchison Graeme (1983) «The Function of Dream Sleep» *Nature* 304: 111–114

Dennett, Daniel C. (1976) «Are Dreams Experiences?» *The Philosophical Review* 85, 2: 151–171

Hobson, Allan (2002a) *Dreaming. An Introduction to the Science of Sleep*. Oxford: Oxford University Press

————— (2002b) *The Dream Drugstore. Chemically Altered States of Consciousness*. Cambridge (MA): MIT Press

Flanagan, Owen (2000) *Dreaming Souls: Sleep, Dreams and the Evolution of the Conscious Mind*. New York: Oxford University Press

Freud, Sigmund (1884) «Ueber Coca» *Centralblatt für die gesamte Therapie* 2: 289–314

————— (1900) *Die Traumdeutung*. Frankfurt/Main: Fischer (Wiederabdruck)

————— (1994) *Schriften über Traum und Traumdeutung*. Frankfurt/Main: Fischer (Wiederabdruck)

————— (1923) *Das Ich und das Es*

Gould, Stephen Jay und Lewontin, Richard (1979) «The Spandrels of San Marco and the Panglossian Paradigm» *Proceedings of the Royal Society of London, B*, 205: 581–598

Grünbaum, Adolf (1984) *The Foundations of Psychoanalysis. A Philosophical Critique*. Berkeley: University of California Press

Kenny, Anthony (1991) «The Homunculus Fallacy» in Hyman, John (Hg.) (1991) *Investigating Psychology*. London: Routledge, S. 155–165

McGinn, Colin (2004) *Mindsight: Image, Dream, Meaning*. Cambridge (MA): Harvard University Press.

Platon: *Phaidros*

Popper, Karl R. (1935) *Logik der Forschung*. Wien: Springer

Solms, Mark (1997) *The Neuropsychology of Dreams*. Mahwah (NJ): Lawrence Erlbaum Associates

Solms, Mark und Turnbull, Owen (2002) *The Brain and the Inner World: An Introduction to the Neuroscience of Subjective Experience*. New York: Other Press