

Es geht darum, auf die Erinnerungen des Traumes, die jetzt gegenwärtig sind zu schauen.

- So wie wir es (den Traum) jetzt erleben ist so, wie wir es z.B. in der Kindheit erlebt haben.
- Ein Traum sind gegenwärtige Erfahrungen, die auf Erinnerungen beruhen.
- Rekonstruktion ist - was war.

Schauen, was du (Klient) mir (Therapeuten) mitteilen möchtest ist, was jetzt ist.

Ich versuche durch einen Traum mein jetziges Leben zu verstehen.

Wenn ich als Psychotherapeut Gefühle und Wahrnehmungen wahrnehme, ist es Resonanz.

- Bei dieser Resonanz muss ich auseinanderhalten:
 - Die Selbstresonanz. Dabei kommt die eigene Erfahrung des Therapeuten zum Thema des Klienten zum Klingen, sie ist da und stelle sie auf die Seite.
 - Die konkordante empathische Resonanz. Diese ist gleichlaufen, symbolisierend mit dem Klienten. Das was der Klient spürt wird ausgesprochen und dabei kann der Therapeut quasi für ihn (Klienten) sprechen.
 - Die komplementäre empathische Resonanz. Diese Empathie ist ergänzend zu dem was der Klient wahrnimmt. Es kann passieren, dass der Therapeut damit daneben liegen kann und wird vom Klienten dementsprechend korrigiert.

Wenn mir der Klient was erzählt, ist es Empathie.

Etwas was der Klient in der Therapie zeigt, wird vom Therapeuten angesprochen. z.B. zu spät kommen.

Als Therapeut bin ich interessiert an den Konzepten, im Moment der Beziehung lege ich das Konzept aber bei Seite.

Wichtig ist ein konsistentes Beziehungsangebot!!!

Angstträume sind Versagen der Traumarbeit.

- Der Traum dient der Möglichkeiten, dass wir erkennen, worum es geht.
- Durch einen Traum einen Einblick in die innere Dynamik bekommen.
- Der Traum ist eigenes seelisches Problem und seine Lösungen.
- Angst ist Anzeichen, dass was bewusst werden will.

Traumarbeit:

- Träume symbolisieren die besondere Form des Erlebens.
- Die Vorstellung, dass aus Möglichkeiten etwas wirklich wird, ist die Aktualisierungstendenz.
- Potenziale und Möglichkeiten werden im Traum verwirklicht.
- Eine aktualisierte Möglichkeit wird verwirklicht.
- Das dem Möglichen ein sein zukommen lässt - Aristoteles.
- Der Therapeut nimmt die Möglichkeit genau so wahr wie die Wirklichkeit.
- Es muss jemand von außen dazu kommen, damit es zur Wirklichkeit kommt.
 - Möglichkeit + Wirklichkeit + Dritter.
 - Dritter ist der Psychotherapeut, wenn Beziehungsbedingungen gegeben sind.
- Das Potenzial und Tendenz etwas zu verwirklichen, ist die Aktualisierungstendenz.

- **Selbstaktualisierungstendenz ist alles, wo der Mensch aktualisiert werden soll.**
 - **Aktualisierung seines Selbst, Selbstbildes, Selbststruktur, Selbstkompetenz.**
 - **Zu sich selber in Kontakt zu treten.**

Traum und Aktualisierungstendenz:

- **Alles psychische Erleben ist die Aktualisierungstendenz.**
- **Der Traum ist Ausdruck der Aktualisierungstendenz.**
- **Der Traum entspricht "psychotischem Erleben"**
 - **Es zeigt sich ungenutztes Potenzial und zeigt Möglichkeiten auf.**
- **Die Erfahrungen, die, die Selbstaktualisierungstendenz nicht zulässt, melden sich im Traum.**
- **Der Traum ist ein Konflikt zwischen Aktualisierungstendenz und Selbstaktualisierungstendenz.**
- **Inkongruenzen werden im Traum deutlich.**
 - **Wenn die Selbstaktualisierungstendenz in eine andere Richtung geht als die Aktualisierungstendenz, ist das Selbstbild nicht in Kongruenz mit meinem organismischen Erleben.**
 - **Das Selbstbild und die Person werden laufend in Beziehung gesetzt.**
 - **Bei dieser Beziehung zur Weiterentwicklung, geht es darum, diese Hilfe anzunehmen, sich um sie zu kümmern.**
- **Der Traum ist unserem Bewusstsein voraus.**

Der Traum ist ein kreatives Geschehen.

- **Vorstellungen erhalten Realitätscharakter.**
- **Ist selbstgestaltetes Kunstwerk und begegne mir selbst.**
- **Ist Prozess nächtlicher Selbstheilung und Nachreifung.**
- **Es geht um das, was man erlebt und was es für jemanden bedeutet.**