

## Affektregulierung während der Covid19-Pandemie

Eine Traumstudie über den Lockdown

## Affect regulation during the Covid19 pandemic

A dream study about the lockdown

Ghazal Delawar

### ***Kurzzusammenfassung***

Der Themenkomplex Traum und Traumata wurde unter dem Aspekt der COVID-19 – Pandemie auf Grundlage des Traumgenerierungsmodells, welches Ulrich Mosern und Ilka von Zeppelin gemeinsam entwickelt haben, beleuchtet. Durch die Analyse der Traumstruktur einer Traumfolge aus Träumen, die im Rahmen des Covid-19 – Forschungsprojekts gesammelt wurden, sollten Einsichten in die Affektregulierung gewonnen werden. Der Regulierungsprozess innerhalb der Träume soll dabei Aufschluss darüber geben, ob die Ausbreitung eines unbekanntes Virus und dem damit einhergehenden Lockdown, zu einer (Re)Traumatisierung geführt haben, dies aus den Träumen ablesbar ist und, ob eine Bearbeitung des Traumata dahingehend erfolgte. Hierfür wurde kurz die Ausgangslage, sowie das „Zurich Dream Processing Coding System“ von Moser und Zeppelin beschrieben, um mit der Analyse nach dem Traumcodierungsmodells, die Bedeutung der Träume hinsichtlich der Traumaver- und -bearbeitung fassen zu können.

### ***Abstract***

The topic of dreams and trauma was analysed under the aspect of the COVID-19 pandemic on the basis of the Zurich Dream Processing Coding System jointly developed by Ulrich Mosern and Ilka von Zeppelin. By analysing the dream structure of a dream sequence from dreams collected as part of the Covid-19 research project, insights into affect regulation were to be gained. The regulation process within the dreams should provide information on whether the spread of an unknown virus and the associated

lockdown have led to (re)traumatisation, whether this can be read from the dreams and whether the trauma has been dealt with in this way. For this purpose, the initial situation and the Zurich Dream Processing Coding System by Zeppelin and Moser were briefly described in order to be able to summarise the significance of the dreams with regard to trauma processing and treatment by analysing them according to the dream coding model.

#### Schlüsselwörter

COVID-19, Trauma, Traum, Traumcodierung Moser und Zeppelin

#### Keywords

COVID-19, trauma, dream, Zurich Dream Process Coding Moser and Zeppelin

## 1 *Ausgangslage*

Es sind nun vier Jahre vergangen, seit sich die Ereignisse rund um das damals rasch ausbreitende neue Virus Sars-CoV-2 ab Anfang des Jahres 2020 überschlugen und die ersten Maßnahmen im März 2020 zur Verlangsamung der Ausbreitung der COVID-19 Pandemie getroffen wurden. Damals war jede\*r Einzelne bemüht, diese außergewöhnliche Situation auf die ganz eigene, individuelle Art und Weise einzuordnen.

Inzwischen macht es den Eindruck, schon sehr lange her zu sein, und längst vergessen scheint die persönliche, emotionale Haltung zur Pandemie. Die damalige Ausnahmesituation hatte aufgrund der massiven Kontaktbeschränkungen, Einschränkungen der persönlichen Freiheit und die menschliche Isolation zur Folge. Auch Themen rund um eine etwaige Infektion beunruhigten aufgrund des ungewissen Krankheitsverlaufs und der möglichen Folgen der Krankheit, die in manchen Fällen bis zum Tod führten. Dies ist nur ein kleiner Ausschnitt rund um diese Thematik, denn bei vielen hat die Corona-Krise auch Arbeitslosigkeit und damit immense finanzielle und existentielle Unsicherheiten mit sich gebracht. Neben den wirtschaftlichen Folgen traten immer stärker die psychischen Herausforderungen und Belastungen in den Vordergrund. Wenngleich es also schon fast vergessen scheint, hat es uns einen kleinen persönlichen Einblick verschafft, wie wir persönlich oder Nahestehende auf eine derartige Ausnahmesituation reagieren können.

Alles bisher Erlernte und Bekannte, was den Menschen Halt gab, kam ins Wanken, was bisher einen Eindruck von vermeintlicher Sicherheit gab, schwand. Ein Gefühl des Ausgeliefertseins, eine tiefe Angst und eine gewisse Machtlosigkeit machten sich breit. Es fühlte sich fast so an, wie im Krieg, der einzige Unterschied war nur, man sah den „Feind“ nicht. Die Bedrohung gegenwärtig, aber nicht genau lokalisierbar, ähnlich wie in einem Alptraum.

Die damit einhergehende Dynamik ergab unterschiedlichste Stimmungsbilder, die einen Spannungsbogen zwischen Verleumdung und Regression aufspannten. Diese seltsame und unheimliche Situation reaktivierte aus psychotherapeutischer Sicht nicht nur gesellschaftliche Gruppen- und Massenphänomene, sondern bewirkte ebenfalls, dass sich das Individuum auf seine früh erlernten, persönlichen Coping-Strategien und Abwehrmechanismen zurückwarf.

Dabei sind die verschiedensten Fragen aufgetaucht und es galt zu untersuchen, ob die COVID-19 Pandemie und der damit einhergehende Lockdown eine (Re-) Traumatisierung ausgelöst hat, dies aus den Träumen ablesbar und eine Bearbeitung dieser in den Träumen erfolgte.

## 2 *Zurich Dream Processing Coding System (ZDPCS) - Traumkodierungsmodell*

Wilfred Bion sah Träume als ein Grundmodell der Arbeitsweise der menschlichen Psyche an (vgl. Crepaldi, 2018, S. 31) und meinte, wer seine emotionale Erfahrung nicht wandeln könne, der könne nicht träumen (Bion, 1992, S. 53).

Nach Moser und Hortig (2019, S. 11) sind Träume Produkte der Imagination, welche Aussagen über Veränderungen oder der Starre in unseren mentalen Prozessen treffen. Mit Hilfe von bildhaftem Denken werden diese dargestellt und kreieren so unentwegt Mikrowelten. Da diese Bilder affektiv besetzt sind, wird durch die Abfolge der Bilder eine affektive Dynamik im Verarbeitungsprozess bestimmt und so belehren und berichten sie uns über noch offene innere Konflikte und Traumata.

In der jahrzehntelangen Auseinandersetzung mit dem Traum setzten sich Ulrich Moser und Ilka von Zeppelin das Ziel, Träume der Forschung und der klinischen Arbeit zugänglich und nutzbar zu machen, indem sie versuchten, Träume simulativ nachzubauen. Daraus entstand die Idee des Traumcodierungsmodells. Dabei entwickelten die Schweizer Psychoanalytiker\*innen eine neue Herangehensweise an Träume und erarbeiteten eine Methode, die vor allem die Analyse der Traumstruktur fokussiert. Die Struktur zeigt, wie der\*die Träumer\*in mit der Affektregulierung umgeht, wie sie bearbeitet wird, welche kognitiven affektiven Elemente gebraucht werden und auf welche Art und Weise ein Affekt oder ein (Traum-)Komplex zu lesen ist. Ebenfalls liefert sie zusätzlich wesentliche Informationen über die affektive Regulierung des Traumes, sowie über die affektiven Abläufe im Traum. Es gab nie den Anspruch, dass diese neuartige Herangehensweise an Träume einen Ersatz für die klassische Methode der Traumdeutung sein sollte, bei welchem mittels freier Assoziation, Deutung und Interpretation des manifesten Traum inhalts gearbeitet wird. Vor allem, da die kontextuelle Einordnung des Traumes in den psychoanalytischen Prozess wegfällt (vgl. Moser & Hortig, 2019, S. 12-15). Markant ist, dass der erzählte Traum verändert wird, einerseits durch die gefilterten Erinnerungen und andererseits durch bewusste Veränderungen, Auslassungen und Ausformulierungen (Konsistenz-Verzerrungshypothese), die strukturelle Identität vom geträumten und aufbereiteten Traum jedoch bestehen bleibt (ebd., S. 23).

So sehr der Traumerzähler sich auch bemüht, so kann er sich meist kaum mehr vollständig an alle Details seiner Träume erinnern. Noch schwieriger wird es, den geträumten Traum zu erzählen. Moser und von Zeppelin (1999, S. 12) unterscheiden zwischen Traum und Traumerzählung drei Stadien: den geträumten Traum, den erinnerten Traum und den erzählten Traum.

In der „Mikrowelt Traum“ geht es um das Zusammenwirken von affektiver und kognitiver Regulierung, sowie um Konzepte der impliziten und expliziten Reflexivität und des bildhaften Denkens. Über die Traumerzählung wird sodann in die intersubjektive Reflexivität und wieder in die Innenwelt zurückgegangen.

Daraus ergeben sich drei Ebenen des Traumgeschehens, die sich folglich in die sensuellen, primär visuellen, konkreten Prozesse, die verbalen Relationen und die kognitiven Prozesse und deren direkte affektive Reaktionen als Antwort auf die Interaktionen gliedern. Die Generierung sind situativ entstandene Mikrowelten, die sich im Verlauf des Prozesses immer wieder unter Vorbehalt der Wunschaktualisierung, die der Traum verfolgt, sowie unter Einhaltung der Abwehr- und Copingstrategien umformen. Der daraus resultierende Code soll laut den Autoren die Orientierungspunkte der Veränderung kennzeichnen, wobei Anfang und Ende eines Traumes als Schnittstellen betrachtet werden und von besonderer Bedeutung sind, da sie jeweils den erinnerbaren Teil der Traumaktivität markieren (vgl. Moser & Hortig, 2019, S. 13-15).

Das Differenzierungsniveau deklariert „die Ausstattung eines Traumes“. Es wird zwischen einem hohen (viele Elemente) und niedrigen (wenige Elemente) Differenzierungsniveau unterschieden, welches das Informationsverarbeitungsvermögen des\*der Träumer\*in in Bezug, auf den im Traum zu bearbeitenden Komplex widerspiegelt (vgl. Moser & von Zeppelin, 1999, S. 13; Moser & Hortig, 2019, S. 23). Ein Traum inkludiert also insgesamt eine Abfolge von Situationen, welche jeweils einander durch Veränderung, wie etwa durch hinzugefügte oder wegfallende Elemente, ablösen. Die jeweiligen Situationen werden durch Interrupt-Reaktionen voneinander abgegrenzt und gekennzeichnet, die jeweils affektiv unbefriedigende Situationen monitorieren und aufgrund dessen eine neue Situation entwerfen. Je intensiver die affektive Ladung eines kognitiven Elements, desto wahrscheinlicher folgt das Interrupt. Daher ist die Traumorganisation für den Traumkomplex bemüht, jene relevanten Attribute zu suchen und auszuwählen, deren affektiver Gehalt die geringste Interrupt-Wahrscheinlichkeit besitzt (vgl. Moser & Hortig, 2019, S. 24- 26).

Einen wesentlichen Rahmen zum Traumcodierungsmodell haben dahingehend die traumtheoretischen Ausführungen von Thomas French (1954; French und Fromm, 1964) gegeben. Darin geht es nach French um den Zugang, dass jeder Traum eine charakteristische Struktur aufweist und der Traum eine problemlösende Komponente enthält. Unverarbeitete bzw. ungebundene Informationen, wie etwa ungelöste, unbewusste neurotische Konflikte oder widerfahrene traumatische Situationen, die im Weiteren „Komplexe“ genannt werden, sollen im Traum dahingehend bearbeitet werden, dass entweder eine Problemlösung oder eine solche Anpassung gesucht wird, um sie integrieren zu können.

Unter Berücksichtigung verschiedener Konzepte, wie die generalisierten Interaktionsmodelle (RIGs) nach Stern (1985), also kognitiv, affektiven Schemata, die sich auf immer wieder erlebten Interaktionen aufbauen, und den Affekt- oder Knowledge-Linien (k-lines) nach Minsky (1994) haben Moser und von Zeppelin (1996) ein umfassendes Gedächtnismodell kreiert. Darin wird beschrieben, wie (gespeicherte affektive) Schemata entstehen, die nach den Kategorien „Selbstmodelle (S-MOD -Vorstellungen von uns selbst), Objektmodelle (O-MOD -Vorstellung über den Anderen bzw. externalisierte Selbstanteile) und Interaktionsmodelle (RIG) einspeichern, über Generalisierungsprozesse umwandeln (desaffektualisieren) und an neue Erfahrungen modifizieren. Die Desaffektualisierung ist dahingehend von

Bedeutung, da sie das Gefühl von Sicherheit vermittelt. Traumatische und konflikthafte Komplexe unterscheiden sich dadurch, dass ihre Affektivität, trotz abwehrbedingter Regeln und eingeschränkter Realisierungsfantasien, oft nicht oder nur teilweise entschärft werden kann. Dies führt dazu, dass die Affektverarbeitung möglicherweise hauptsächlich in einer physiologischen Form erfolgt, wie zum Beispiel durch Panikattacken. Dadurch bleibt die Desaffektualisierung dem Gedächtnis weitgehend entzogen. Dies hat zur Folge, dass sich Interaktionsmodelle (RIGs) und Modelle (MODs) zu einer besonderen Form entwickeln, die für Episoden mit einem Wiederholungscharakter entscheidend sind (vgl. Moser und von Zeppelin, 1999, S. 27-29; Anstadt, 2015, S. 248).

Tähkä (1988) unterscheidet auf der Ebene der psychischen Repräsentanzen introjektive und informative Repräsentation. Die informativen Repräsentanzen enthalten Wissen, das in vielfältiger Weise vom Subjekt abgerufen, genutzt und auch verändert werden kann. Introjekte sind der Kern der Komplexe, welche nach Tähkä eine leitende Funktion in der Entwicklung des Selbst hatten und da sie sich nicht desaffektualisieren lassen, auch keine neuen, veränderten Erlebnisse in Objektbeziehungen zulassen. Für die Bildung von (generalisierten) Interaktionsmodelle (RIGs) müssen aber introjektive in informative Repräsentanzen umgeformt werden. Schlussfolgernd sind introjektive Repräsentanzen, besonders bei Komplexen traumatischer Natur, nicht veränderbar und wiederholen sich ständig. Durch die ständige Wiederholung der negativen Generalisierung und somit der negativen Erfahrung bündelt sich auch die k-line. Daher schlagen immer wieder unternommene Problemlösungsstrategien fehl. Es werden immer wieder über jene k-lines Copingstrategien gesucht, die bereits versucht wurden. Die zentrale Aufgabe der Traumgenerierung ist jedoch, dass die ungebundene Affektivität des Komplexes in gebundene zurückformatiert wird (vgl. Moser und Zeppelin 1999, S. 29-30).

Das Ziel der Mikrowelt Traum ist es, mit Hilfe der Traumorganisation, eine (oder mehrere) priorisierte Erfahrungen, so weit im „Offline-Status“ (Schlafzustand) zu behandeln, damit sich die Komplexe zu einem bereits bekannten Problem formen. Die Verarbeitung innerhalb des Traumkomplexes geschieht dann anhand von inszenierten und affektiv regulierten Traumszenen. Der „Tagesrest“ (Freud, 1900) bzw. die Reize der letzten 10 Tage, die vor dem Schlaf reaktiviert werden, der „precipitating stimuli“ (French, 1954) und der „current concern“ (Klinger, 1971) bilden die wesentlichen Zustände der Erregung, welche den generierten Traumkomplex ergeben. Die „precipitating stimuli“ sind auslösende Reize, wie etwa Triebreize, gewisse Körperfunktionen, sowie die „current concern“ – also externe Reaktionen oder bereits formulierte Fantasien, ungelöste fokale Konflikte und ähnliches, die in der Assoziation mit ungelösten Problemen und Traumata zusammenhängen. Die Theorie besagt, dass dieses innere System ständig damit beschäftigt ist, die gesamte unverarbeitete, aber zwischengespeicherte Information, die noch „unverdaut“ ist, später im Schlafzustand zu bearbeiten. Es wird also zu einem späteren Zeitpunkt – über den Traum – versucht, die Erlebnisse, Erfahrungen und Affekte in der Gedächtnisstruktur immer wieder anzugleichen, da diese zu dem Zeitpunkt, in dem sie passierten, überfordernd waren und daher nur zwischengespeichert wurden und erst im Traum nachbearbeitet werden, um im Langzeitgedächtnis „abgelegt“ werden zu können. Das „Ablegen“ im Langzeitgedächtnis

ist wichtig, um das Gefühl von Sicherheit zu gewinnen (vgl. Moser & Hortig, 2019, 32; vgl. Anstadt 2015, 249).

Mit Hilfe des kontextuell-affektiven und dem intrinsisch-affektiven System werden die Simulationen gesteuert. Ersteres leitet die Simulation durch Vorgabe der Bedingungen, wie sich die Mikrowelt entfalten kann. Dies beinhaltet etwa den Anteil an affektiven Beziehungen, Interaktionen und Selbsterfahrungen im Verhältnis zu den früheren, konflikthaften oder traumatischen Erfahrungen. Zweiteres dient dem Erhalt des Sicherheitsgefühls des Subjektprozessors (Träumers). Beide Systeme stehen im Wechselspiel zueinander, da es gilt, die intrinsischen Affekte so weit zu regulieren, dass das Arousal („affektive Temperatur“) nicht zu hoch, aber auch nicht zu gering ausfällt. Fällt es zu hoch aus, kommt es zu einem Interrupt, also entweder zum Abbruch der Situation (Szene) oder der gesamten Mikrowelt. Dies wäre gleichbedeutend dem Abbruch des gesamten Traumes oder im „worst case“ – das Aufwachen. Ist sie jedoch zu gering, dann werden wieder neue Elemente hinzugefügt, die die Affektualisierung steigern soll. Die Auswahl der Elemente ist abhängig von der Funktion, die sie erfüllen sollen, in anderen Worten werden also Objekte oder Situationen durch andere gleichwertige substituiert. Die Herausforderung besteht darin, die Gratwanderung zwischen dem Sicherheitsgefühl (Selbststabilisation) und dem Involvement (Konfliktlösungsversuche) beschreiten zu können (vgl. Moser & Hortig, 2019, S. 31-32; vgl. Anstadt, 2015, S. 249-250).

### **3 *Forschungsstudie Covid-19 – Traumforschungstagebuch***

Das Thema „der/die/das Virus – Aggression und Regression“ der COVID-19 Pandemie wurde aufgegriffen und durch Forschung im Bereich der Träume, als Themenschwerpunkt in die Lehrveranstaltung der Gender Study Group der SFU Wien im Sommersemester 2020, eingearbeitet. Innerhalb weniger Tage wurde die Forschungsidee samt einem Fragebogen ausgearbeitet und ein eigenes anonymisiertes Vercodungssystem für die Studienteilnehmer\*innen entwickelt. Die Aussendung erfolgte an einen großen Pool an aktiven Student\*innen sowie an Universitätsfremde. Mithilfe von Analysen der Träume sollte ein Zugang zum kulturellen Unbewussten erreicht werden.

Bei der Forschungsstudie zum Thema „Das Corona–Traum-Forschungstagebuch“ nahmen 73 Personen teil und es wurden insgesamt 1029 Einträge gesammelt. Die erfassten Träume wurden dann jeweils nach Geschlecht (weiblich/männlich/divers) und nach drei Altersgruppen ( $\leq 25$ , 26-45,  $\geq 46$ ) unterteilt. Abgefragt wurden Geschlecht, Altersgruppe, Berufsstand, Personenanzahl im Haushalt, der Traum, dazugehörige Assoziationen, vorherrschende Gefühle, Gedanken und Fantasien, Einfälle, was einem gut tun würde, Wahrnehmung betreffend der Medienberichterstattung, Dauer des Medienkonsums und der Veränderung des Befindens. Der erste Eintrag der Träume startete mit dem 09.03.2020 und die letzten Traumeinträge endeten mit dem 31.05.2020. Das Enddatum wurde von Anfang an mitgeteilt.



## 4 Analyse & Interpretation einer Traumepisode

Bei der Auswahl des Materials, aus der Forschungsstudie „Das Corona – Traumforschungstagebuch“ mit insgesamt 1029 Einträgen von 73 Teilnehmer\*innen, wurde primär darauf fokussiert, dass es sich um eine weibliche Testperson mittleren Alters (26-45) mit einer durchschnittlichen Anzahl in der Traumfolge handeln sollte, da diese Covid-19 – Ausnahmesituation, gerade für Frauen als besonders belastend wahrgenommen wurde.

Die Traum Inhalte resultieren aufgrund des Formats nicht aus der klinischen Arbeit, sondern sind mittels Traumtagebuch anonym, online und schriftlich erstellt worden. Die Selektion der Träume erfolgte zunächst im Anfangsdurchgang mit dem ersten Traumeintrag, unmittelbar nach dem Lockdown, gefolgt vom zweiten Eintrag (1. Traum), dem Mittleren (11. Traum) und dem Letzten (23. Traum) von insgesamt 23 Träumen. Hiermit sollte sich eine eventuelle Veränderung der Träume beobachten lassen.

Zur Erweiterung der Tiefe wurden später zusätzlich weitere 6 Träume derselben Traumserie kodiert. Zur besseren Lesbarkeit und Darstellung der Daten wird hier nur der erste Traum exemplarisch in Tabellenform aufgeführt, um einen Eindruck in die Kodierung gewährleisten zu können.

**Traumepisode - AR453G „Ariane“** - Erster Eintrag: Skizziert Wahrnehmung vom 16.-22.3.: Seit 16.3. überhaupt wieder Traumerinnerung. *Intensiviert sich von Nacht zu Nacht. Häufig von mir bekannten Menschen aus meinem Leben, was vorher fast nie der Fall war. Immer Männer.*

### Aufbereiteter und segmentierter Traum 1:

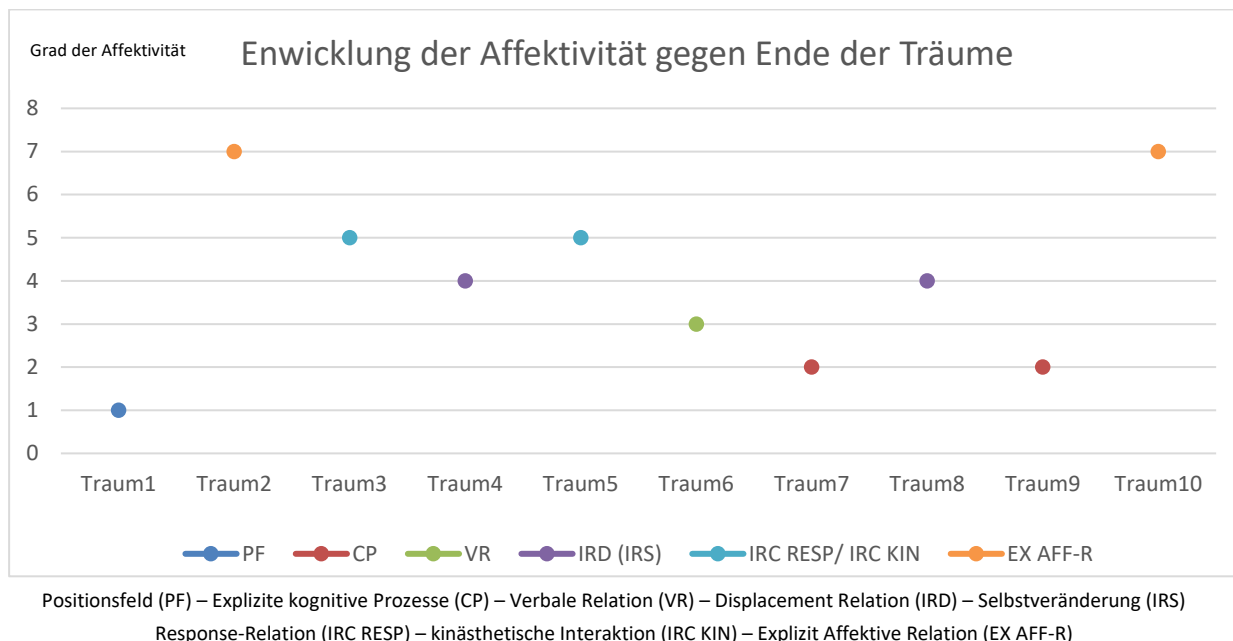
Sequenz	
S1	Ich bin mit mir bekannte Menschen aus meinem Leben
	Immer Männer

### Codierung

Sequenz	Positionsfeld	LTM	Interaktionsfeld
S1	SP		
	OP G (BEK)		

Die aufgearbeiteten Träume werden nun folgend anhand einer Grafik dargestellt. Die Darstellung bezieht sich dabei auf den Grad ihrer Affektivität zu Traumende.





Für die Analyse dieser Traumserie ist es wichtig, sich die Transformationen von Situation zu Situation, von Traum zu Traum genau anzusehen, vor allem, wenn es um denselben Komplex gehen könnte. In der vorliegenden Arbeit erfolgte dies anhand von zehn dargestellten Träumen, wobei festzuhalten gilt, dass die anderen Träume dazwischen nicht mitberücksichtigt werden konnten, und in dieser Arbeit der Grad der Affektivität zu Traumende fokussiert wird.

Der erste Traumeintrag wird überhaupt schlecht erinnert, ist verdichtet und es gibt nur einen sehr kurzen Ausschnitt, der berichtet wird. Einleitend werden die einbezogenen Objekte (bekannte Menschen) anonymisiert. Der Fokus der Auseinandersetzung entwickelt sich in Richtung der Thematik Männer und/oder Beziehung; dies weist auf eine erhöhte Aufmerksamkeit der Träumerin hin. Allenfalls scheint das Auftauchen von bekannten Männern ein Verharren im Positionsfeld (PF) zu benötigen. Hier kann die Interaktionsebene noch nicht aktiviert werden.

Diese Art der Traumerozählung kann bereits darauf hindeuten, dass es sich um einen schwierigen bzw. traumatischen Komplex handelt.

Im 2. Traum findet bereits die erste Transformation statt, da aus den „bekannten Männern“ des ersten Traumes nun ein bestimmter Mann anvisiert wurde: „*Ich war mit A. (von der Autorin anonymisiert) auf einer Party im Freien.*“ Durch die Anvisierung eines bestimmten Mannes wird eine Interaktion angepeilt. Dennoch kann die Träumerin nicht in eine Interaktion einsteigen, welches sich durch das Interrupt mithilfe eines Kognitiven Prozesses (CP) – „*Wir sind zusammen da, irgendwie auch nicht*“ – zeigt. Zu deuten ist dies als eine Distanzierung zur Situation. „*Wir sind zusammen da, irgendwie auch nicht*“ – die Verneinung (als erste von zwei) der Handlung kann nicht bildhaft dargestellt werden,

sondern vermittelt die Bewertung oder Abwehr durch den Subjektprozessors (SP). Schlussfolgernd scheint also bereits etwas in der Eingangssituation zu „heiß“ oder zu „kühl“ zu sein.

Eine Neupositionierung ist notwendig, um die passende Distanz bzw. Nähe herzustellen, indem die Elemente des Positionsfeldes neu konfiguriert werden. Womöglich war bereits der Objektprozessor A. (OP) für die Reaktion ausschlaggebend. Objektprozessoren (OPs) stellen nämlich nicht nur ein anderes Subjekt dar, sondern können auch Teile der externalisierten Repräsentanz des Nicht-Ich (vgl. Moser & Hortig, 2019, S. 72) repräsentieren. Diese können einerseits also Delegationsobjekte für Selbstanteile sein, oder aber auch Bezugsfiguren des Subjektprozessors (SP) nach dem Muster des „evozierten Begleiters“ (Stern, 2000) darstellen (Döll-Hentschker, 2013, S. 44).

Das nächste Segment (S2) im 2. Traum beginnt sofort mit einer kinästhetischen Interaktion (IRC RESP IRC KIN) – „*Wir tanzen miteinander – es ist erotisch*“, einer beabsichtigten Wechselwirkung, zwischen dem Subjektprozessor (SP) und/oder dem Objektprozessor (OP), die als „gewollt“ angenommen werden kann und somit in die Beziehungsrealität des jeweils anderen eingebunden wird, um dadurch zu verändern oder/auch von ihm verändert zu werden.

Die kinästhetische Interaktion (IRC KIN) könnte ebenfalls entwicklungsstechnisch mit der „Situations-  
theorie“ (Wellmann, 1990; Perner, 1991) des Kindes (unter dem 4. Lebensjahr) – im Sinne der Interaktionsmodelle (RIGs) (Stern, 1985) zusammenhängen (vgl. Moser & Hortig, 2019, S. 95).

Response-Relation (IRC RESP) stellt eine grundlegende Regulierungsform dar und steht für eine zirkuläre Interaktion. Das heißt, dass dadurch ein Prozess angeregt wird, den ein Prozessor auslöst, auf welchen der andere Prozessor reagieren muss (vgl. Moser & Hortig, 2019, S. 88).

Durch die Fähigkeit des Träumers, Wechselwirkungen mit anderen Personen einzuführen, erweitert sich die implizite Reflexivität (vgl. Moser & Hortig, 2019, S. 88). Besonders bei der Codierung Response-Relation (IRC RESP) mit Körperkontakt, wird eine Reaktivierung indiziert, die nach einer Möglichkeit suchen, aus dem Trauma oder einem inneren Konflikt auszusteigen.

Moser und Hortig (2014, S. 346) schreiben, dass die Response-Relation (IRC RESP) als der „Ort“ interpretiert werden kann, an dem Probleme in der gemeinsamen Regulierung auftauchen. Bei dieser Kodierung sind sexuelle Inhalte gehäuft vorzufinden, was aber nicht unumstößlich derart interpretiert werden muss, da es sich um eine Verschiebung des Ursprünglichen auf die sexuelle Ebene handeln könnte. Es könnte durchaus als eine Thematik der „Verträglichkeit der Nähe“ interpretiert werden (Moser & Hortig, 2019, S. 89).

Die darauf sofort folgende explizite affektive Reaktion – „*das fühlt sich gut und wärmend an*“ – unterstreicht zudem die immense Bedeutung des Traumes und die damit einhergehende Herausforderung seiner affektiven Regulierung. „*Wir trennen uns wieder...*“ wird als eine Response-Relation (IRC RESP) kodiert, die Probleme beim Zulassen intensiver Gefühle und Begleiter ängstlicher Affekte anzeigt.

Der zweite Traumeintrag endet schließlich in einer Explizite Affektiven-Relation (EX AFF-R) – „*das Zugehörigkeitsgefühl bleibt und das ist das Wichtigste*“ –, welche wiederum auf eine sehr hohe Affektivität hinweist. Die Träumerin beschreibt im 2. Traum Affekte, Explizit Affektive-Relationen (EX AFF-R), welche zuerst in den Träumen sehr überfordernd sind. Durch die Benennung dieser Affekte findet eine Distanzierung statt, in der diese benannt und nicht „erlebt“ werden.

Es gibt im 2. Traum drei Segmente mit insgesamt drei Explizit Affektiven-Relationen (EX AFF-R) und zwei Kognitive Prozesse (CPS)s. Dies weist auf eine besonders hohe Affektivitätsbesetzung hin. Es ist anzunehmen, dass dies bereits Hinweise auf die schon anfangs angesprochene Beziehungsthematik, sowie Beziehungs- und Kontaktwünsche sind, welche während des Lockdowns Tabu waren. Damit kann das einerseits der Psychodynamik der Träumerin zugeschrieben werden, bezüglich des Umgangs mit Wünschen nach Nähe, andererseits kann es durchaus sein, dass die Kontaktverbote in diese Dynamik hineingreifen.

Die explizite Affektivität aus dem 2. Traum konnte sich im 3. Traum durch eine intensive Wechselwirkung zwar besser entwickeln, dennoch ist auch hier die Verarbeitung nicht vollends gelungen. Im aufgearbeiteten Traum 3 – „*Ich bin mit mehreren Frauen im Haus meiner Mutter*“ – werden in Segment S1 der Subjektprozessor (SP) und diesmal mit Objektprozessoren Gruppe – *Frauen* (OP G-Frauen) – im Place (*Haus der Mutter*) platziert. Im 3. Traum sind durchgehend in den aufeinanderfolgenden Segmenten des Traumes, im Positionsfeld eine hohe Anzahl an Attributen feststellbar, welche das Potenzial für Interaktionen in sich tragen.

Im gesamten Traum wiederholen sich im Interaktionsfeld hauptsächlich die Codierungen Kinästhetische Interaktion (IRC KIN) und Response-Relation (IRC RESP). So auch gegen Ende des Traumes, im Segment S6 – „*Ich packe sie brutal, zerre sie voll gestylt unter die Dusche...*“ – und ebenfalls in S7 – „*...hindere sie gewalttätig daran wegzulaufen, zwinge sie, unter der kalten Dusche zu bleiben*“.

Im 4. Traum kommt es zunächst in S3 zu einer Displacement Relation (IRD) darin positioniert sich der Subjektprozessor (SP) als Beobachter des Geschehens – „*[...] mein Exfreund lädt unsere Einkäufe einzeln auf die Rolltreppe...*“ – und inszeniert damit ein sekundäres Interaktionsfeld (vgl. Moser & Hortig, 2019, S. 97). In den Displacement-Relationen (IRD) sind die Subjektprozessoren nicht handelnd, sondern eher passiv involviert bzw. beobachtend und werden daher auch als Zuschauerrelation benannt (vgl. Moser & Hortig, 2014, S. 336). Dies wurde von French (1954, 1958) als letzter Versuch zur Verhinderung des vollen Commitments beschrieben. Somit wird nach Moser und Hortig (vgl. 2014, S. 349) ein bestimmter Konflikt anvisiert, in welchen der Träumer noch nicht involviert sei, und erreicht dadurch die Verschiebung eines unerwünschten oder nicht umsetzbaren Selbstanteils. In anderen Worten, der Subjektprozessor stellt sich in den Passiv-Modus, entweder um negative Selbstanteile abzustößen, ähnlich wie bei der Externalisierung durch Projektion, oder um in einer Art Delegation, die Aktionen ausführen lässt.

Das Ende des 4. Traumes ist markiert durch eine solche „Zuschauerrelation“ (IRD) der Selbstveränderung (IRS) – (IRD (IRS)).

Der 5. Traum endet mit – „*ich reibe meine Scham an seinem Bein*“ – in einer kinästhetischen Interaktion (IRC KIN) und Response-Relation (IRC RESP) mit Körperberührung. Aus dem Segment S1 des 5. Traumes – „*Bin in einem unklaren, riesigen Gebäude, in dem die ganze Welt zu sein scheint*“ wird transformiert zu – „*Ich bin mit meinem (inzwischen verstorbenen) Ex-Freund J. in einem Hotelzimmer hoch in einem Wolkenkratzer in einer nicht näher definierten, internationalen Großstadt*“ – im 6. Traum. Im Segment S2 des 6. Traumes war die Interaktion bereits hochaffektiv – „*Wir haben körperlich intimen Kontakt miteinander, anfassen, berühren...*“ –, anscheinend war das Arousal so hoch, sodass sich womöglich in Segment S4 des 6. Traumes – „*Recht unvermittelt distanziert sich J.*“ – die eingespeicherten, affektiven Schemata (Distanzierung nach Nähe) wiederholen. Trotz der Distanzierung ist das Arousal noch zu hoch. Es kommt im darauffolgenden Segment S4 – „*Ich frage nach. Er sagt: Ich dachte, Du bist gekommen*“ – und S5 – „*Ich erkläre ihm: Das ist gerade merkwürdig, weil deine Beschreibung gar nicht zu dem passt, was wir gerade tun*“ – zu zwei aufeinanderfolgenden Verbalen Relationen (VR). Hier endet der Traum in einer verbalen Relation – Dialog (VR DIAL), welches einen Wechsel der affektiven Ebene darstellt.

Damit tritt eine Distanzierung ein, eine Art Hinweis auf einen verstärkten Kontrollversuch des visuellen, sensuellen Geschehens. Das lässt darauf schließen, dass die Träumerin versucht Kontrolle über ihre eigene Emotionalität zu erlangen, da es durch die verbale Relation (VR) affektiv abkühlt. Sprechen soll dabei auf der einen Seite akustisch die Distanz zum Objekt überwinden, ersetzt sozusagen z.B. die Berührung, die mit einer im Traum erfüllbaren visuellen Wunschaktualisierung der körperlichen Nähe ersehnt würde. Auf der anderen Seite soll die Intensität der negativen Affekte durch die Simulation verbalen Verhaltens präventiv reduziert werden. Die Verbale Relation Dialog (VR DIAL) bestätigt die konkrete Anwesenheit einer Sicherheit gebenden Person (vgl. Moser & Hortig, 2019, S. 109-112). Da der Dialog sich am weitesten von den Interaktionen des bildhaft sensuellen Traumgeschehens abhebt, lässt es die Interpretation zu, die Traumorganisation versuche die affektive Temperatur zu senken, um die Mikrowelt aufrecht zu erhalten. Für eine Affektabwehr sprechen die verbalen Traumanteile. Diese beinhalten oft Selbst- und Fremdtäuschungen, die sich in Form von Einsichten tarnen (vgl. Moser & von Zeppelin, 1999, S. 42). Des Weiteren wehren sie auch die affektive Beziehung ab und unterstützen das Ausdrücken von sozial erwünschten Informationen, weshalb ihnen stärkere Über-Ich-Anteile zugesprochen werden (vgl. Döll-Hentschker, 2013, S. 46).

Da der Tod (des Ex-Freundes) als eine endgültige Distanz gesehen werden kann, liegt die Deutung nahe, dass die Träumerin versucht diese traumatische Erfahrung zu bearbeiten. Eine Transformation der Objektprozessoren (OP) von A. (2.Traum) über U. (5. Traum) zu J. (6.Traum) ist vorstellbar. Die Objektprozessoren (OPs) sind bekannte Männer mit diesen die Träumerin ähnliche IR-Codierungen verbindet.

Im zweiten Segment S2 des 6. Traums interagieren Subjektprozessor (SP) und Objektprozessor (OP) („Wir haben körperlich intimen Kontakt miteinander [...]“). Hier findet die Transformation statt, Features können sich in Interaktion verwandeln, womit die Bearbeitung des Traumkomplexes erfolgen kann. Kinästhetische Interaktion (IRC KIN) stellt eine Wechselwirkung mit körperlicher Empfindung dar, an welchem zumindest ein Prozessor intentional beteiligt ist. Bei diesem Traum sind es beide Prozessoren, die wirken und einen Zustand verändern.

Da die Kinästhetische Interaktion (IRC KIN) zusammen mit der Response-Relation (IRC RESP) gesetzt wird, bleibt es hier also nicht bei einer zufälligen, unbeabsichtigten Begegnung. Diese Begegnung wird gesucht und erreicht, der gegenseitige Einfluss auf die jeweils andere Innenwelt mit ihren Motivationen, Affekten, Selbsterfahrungen, innere und äußere Beziehungen in und zwischen den Objekten findet statt.

Die ersten sechs Träume sind sich teilweise in ihrem Inhalt, aber stark in ihrer Struktur ähnlich. Insgesamt weisen die Träume 12-mal den Code Response-Relation (IRC RESP) auf, 10-mal Kinästhetische Interaktion (IRC KIN). Bei Response-Relation (IRC RESP) zwischen zwei Prozessoren zeigt eine affektive Beziehung, welche zirkulär verläuft, somit wird eine gemeinsame Regulierung der Wechselwirkung angestrebt. Sie weist auch auf die höchste Affektivität hin, da zwei innere Welten aufeinandertreffen, die ja eigentlich voneinander getrennt sind. Durch die wahrscheinlich sehr verkürzte Darstellung dieses Segments könnte ein dominantes Bedürfnis in einer Objektbeziehung interpretiert werden (vgl. Moser & von Zeppelin, 1999, S. 90-92). Response-Relation (IRC RESP) ist in diesem Fall beidseitig, dies könne auch als ein Hinweis auf die gegenseitige Mutter-Kind-Verbindung gesehen werden (vgl. Moser & Horig, 2019, S. 93). Response-Relation (IRC RESP) mit Körperkontakt liefert Anzeichen auf Körperberührungen, die ja bereits seit der Kindheit zur Regulierung der Bedürfnisse des Kleinkindes, wie etwa durch die Mutter, eine große Rolle spielen. Entwicklungspsychologisch weist die Response Relation (hier das IRC RESP) auf frühe Beziehungserfahrungen hin, wie etwa die Anwesenheit einer wichtigen Bezugsperson für das Sicherheitsgefühl des Kindes. Nur in einer Response Relation (IRC RESP) kann eine affektive Regulierung die Zustände oder das Verhalten des Subjekts und Objekts verändern (vgl. Döll-Hentscher, 2008, S. 340). Der 7. und 9. Traum enden im Kognitiven Prozess (CP). Im 7. und 8. bearbeiteten Traum treten vermehrt (8) Zuschauerrelation-Codierungen (IRD) auf – S5 aus 7. Traum – „Sie fangen als Chor ein Lied [...] zu singen...“ – S7 aus 8. Traum – „Meine Schwester präsentiert uns schadenfroh den Leichnam des Hundes“ –, um hierfür Beispiele anzuführen.

Wie bereits dargelegt manövriert sich der Subjektprozessor (SP) zum Zuschauer und Beobachter, mit jeweils verschiedener Intensität. Diese Position eröffnet dem Subjektprozessor ein zweites Feld, wodurch eine „nicht erlebbare empathische Verbundenheit mit den Prozessoren des beobachteten interaktiven Feldes“ möglich wird (Moser & von Zeppelin, 1999, S. 94). Hierbei soll darauf geachtet werden, dass alle Objektprozessoren der sekundären Relationen, Repräsentanten von Selbstanteilen,

womöglich auch von jenen Selbstanteilen, die abgespalten bzw. nicht akzeptiert, oder nicht zugetraut werden (vgl. Moser & von Zeppelin, 1999, S. 133-134).

Im 10. Traum geht es abermals zwar noch um dasselbe Thema, aber die bisherige Objektrepräsentanz verändert sich. Es präsentiert sich eine neue Objektbesetzung (Freundin), das Attribut (ATTR) ist jedoch ein negativer Affekt – „*Meine beste Freundin verlangt von mir, daran nicht teilzunehmen, um für sie erreichbar zu sein, weil es ihr schlecht geht*“. Der Wunsch, der durch die VR („verlangt“) geäußert wird, führt zu einer Unterbrechung des bildhaft sensuellen Prozessierens und wechselt damit in das sprachliche Wortsystem. Wie bereits bekannt, geht die Verbale Relation (VR) mit einer Desaffektualisierung einher (vgl. Moser & Hortig, 2019, S. 107 ff), danach ein sofortiger Kognitiver Prozess (CP) – „*Ich finde sie übertreibt, auch mit ihrer Forderung*“ - und „*Ganz unangenehmes Gefühl macht sich breit [...] Fühlt sich wie eine Situation an, in der ich nur verlieren kann. Traue mich nicht etwas zu sagen*“ – eine explizit affektive Reaktion (EX AFF-R) als Abschluss. Explizit Affektive Reaktionen (EX AFF-R) evaluieren nachträglich das Geschehen (vgl. Moser & Hortig, 2019, S. 102). Der Traum ist sehr kurz und daher ist anzunehmen, dass der Komplex mit einer zu hohen Affektivität verbunden ist, die noch keine Regulierung findet. Es ist keine Interaktion möglich. Der darunter liegende Konflikt könnte entweder externalisierte Selbstanteile ansprechen „Ich bin so anhänglich und fordernd“, oder „ich bin nicht aushaltbar“ oder die Traumorganisation holt ein neues Objekt, um am Komplex mit Hilfe anderer Objektrepräsentanzen weiter den unbewussten Konflikt durchzugehen, diesen anzupassen, um sich mit den problematischen Affekten zu verbinden und in neue Interaktionen einzubinden.

## 5 Zusammenfassung

Mit dem ersten Eintrag der Träumerin zeigt sie, dass Sie etwa ab Beginn des Lockdowns (16.3.-22.3.2020) überhaupt wieder Traumerinnerung hat. Daher ist anzunehmen, dass eine Bearbeitung eingeleitet wird. Die Probandin beschreibt in der ersten Aufzeichnung die Intensivierung ihrer Träume von Nacht zu Nacht. Dabei handle es sich um bekannte Menschen, vor allem um Männer aus ihrem Leben. Bereits damit leitet sich ein möglicherweise konfliktbehaftetes Thema ein bzw. zeigt, dass ein schwieriger Komplex angepeilt wird. Hierbei könnte sich eine (Re)Traumatisierung durch den verstorbenen Ex-Freund zeigen, da dies durchaus eine traumatische Erfahrung sein kann und im Traum bearbeitet werden soll. Es lässt sich hier eine Brücke zur pandemischen Situation schlagen, da es seit der COVID-Pandemie viele Tote gab und gibt, sowie Verluste, die zu ertragen sind. Dabei kann es auch um Verluste gehen, die dem Lockdown geschuldet sind.

Die Traumlänge steigert sich fast konstant von der ersten Traumaufzeichnung auf zunächst drei, dann auf fünf bis zu maximal sieben Segmente. In den aufgearbeiteten Träumen ist die Transformation anhand der Kodierung verfolgbar. Es geht um denselben Traumkomplex, der Beziehungsgestaltung (mit



Männern), in anderen Worten zeigt dies, dass das Traumdifferenzierungsniveau steigt, welches darauf hindeutet, dass auch die affektive Verarbeitung an Komplexität gewonnen hat.

In den aufgearbeiteten Träumen zeigt sich jedenfalls deutlich stets die Beschäftigung mit dem Wunsch nach Nähe und gleichsam der Angst vor Nähe, den die Träumerin unbewusst in den Träumen zu lösen versucht. Es könnte auch um den Verlust von wichtigen Personen gehen und im weitesten Sinne um die Distanzierung, die zunächst von den Objektprozessoren (OPs) ausgeht, d.h. für die Träumerin unkontrollierbar und daher affektiv überfordernd. Im letzten Traum kann die Träumerin zumindest die Kognitiven Prozesse (CPs), die Distanzierung, selbst kontrollieren. Auch diese Elemente könnten durch die Situation des unbekanntes Virus und den damit einhergehenden Kontaktbeschränkungen getriggert worden sein.

Ebenso deutet das Element der „Freiheit“, „im Freien“ in der Zusammenstellung der Beschaffenheit der Orte - es wurden meist Veranstaltungen oder Großstädte gewählt - auf einen weiteren Aspekt des inneren Konflikts.

Die ausgewählten Träume enden mit einem explizit genannten Affekt oder einer verbalen Relation (VR) zum Aufzeigen der Distanzierung und Abwehr.

Rückblickend erscheint, unter Berücksichtigung der Gedächtnismodelle (RIGs und k-lines) bis zum 6. Traum, der Versuch der Desaffektualisierung vordergründig. Die Interaktionen, die dabei stattfinden, zeugen eher von einem neurotischen Komplex, da es überhaupt zu Wechselwirkung kommen kann, wenngleich noch keine endgültige Affektverarbeitung stattgefunden hat.

Der Traumkomplex ist daher neurotisch einzustufen, trotzdem die Träume zwar einerseits sehr kurz und verdichtet erscheinen, die Affekte teilweise überfordernd und ungelöst sind, aber dennoch sie sich zum Teil symbolisieren und damit binden lassen.

Um die Frage zu beantworten, ob der Lockdown infolge der Verbreitung eines unbekanntes Virus eine (Re-)Traumatisierung ausgelöst hat und ob sich dies in den Träumen widerspiegelt oder eine Traumaverarbeitung stattfand, wurde mittels der vorliegenden Analyse und Interpretation der Träume untersucht.

Die vorliegende Analyse zeigt auf, dass dieser außergewöhnliche Zustand bei der betreffenden Probandin überhaupt erst die Traumerinnerung wiederbelebt hat. Anscheinend taucht eine Thematik auf, die die Träumerin bis dahin noch nicht ausreichend bearbeiten konnte.

Es wurde in allen Träumen die Themenstellung der Nähe und Distanz zu anderen Objekten zum zentralen Thema der Traumorganisation. Durch die Kodierung konnte herausgelesen werden, dass es um die Bearbeitung von problematischen Situationen geht, die mit Kontrollverlust verbunden sind. Man kann annehmen, dass die Thematik durch die Situation des Lockdowns getriggert wurde.



Daraus lässt sich folgern, wenngleich die Thematik auch schon vor Ausbruch des COVID-19 – Virus einen unbewussten Konflikt zu Grunde gelegen sei, die Pandemie und der Lockdown womöglich die verdrängte Auseinandersetzung dessen wieder reaktiviert hat. Denn man kann zustimmen, dass der Tod eines Ex-Freundes zumindest schwer zu verarbeiten ist (Altersgruppe 26-45), wenn nicht sogar ein traumatisches Ereignis dargestellt hat.

Ob die Pandemie und die damit verbundenen Ausnahmesituationen die Reaktivierung dieses Erlebnisses ausgelöst haben, lässt sich natürlich nicht beweisen, aber zumindest kann das als auffällig bezeichnet werden.

Als schwierig hingegen wurde die eindeutige Zuordenbarkeit bezüglich neurotischen oder traumatischen Komplexes erachtet, da die klare Definition von Trauma bzw. einem traumatischen Komplex im Traumcodierungsmodell noch zu wenig konkret erfasst wurde. Da davon auszugehen ist, dass es höchstwahrscheinlich keine klar zuweisbaren Codierungen für einen traumatischen Komplex geben wird, die Trauma abbilden, sind Rückschlüsse eher an der Art der Affektregulierung heranzuziehen, durch diese sichtbar wird, wie und was bearbeitet wird.

Die Vermutung ist, dass traumatische Komplexe keine oder nur schwache Interaktionen zulassen und deshalb der Traum auch im Positionsfeld bleibt. Es ist davon auszugehen, dass die Affektivität eher mit Interrupts geregelt wird als mit Interaktionen.

Obwohl sich diese Annahmen jedoch bei der Probandin nicht ablesen lassen, hat diese spezielle Situation der Pandemie in ihrer schärfsten Form, des Lockdowns bewirkt, dass etwas angestoßen wurde. Diese außergewöhnliche Situation hat bewirkt, dass ganz bestimmte Konflikte hochgeholt wurden, die von dem „current concern“ des real Erlebten angestoßen wurden. Diese Konflikte (Nähe-Distanz, Verlust, Kontrolle) lassen sich durchaus mit der „unmöglichen“ realen Situation des Lockdowns in Zusammenhang bringen.

Bezüglich der Moser-und-Zeppelin-Methode gibt es jedoch einige Faktoren, die unbeachtet bleiben, wie etwa eine genauere Differenzierung der Affekte und die enthaltene individuelle Symbolik. Gerade in der Anwendung, wie auch bei dieser Arbeit, konnte zwar auf die inneren Prozesse und Dynamiken geachtet werden, für die Interpretation essenzieller Größen fehlen Parameter, die Einfluss üben und wichtigen Aufschluss geben können.

Diese Form der Bearbeitung gibt weder Einblick in die Lebensgeschichte oder in gegenwärtig aufkommende Problemstellungen der Probandin noch in die subjektive Bedeutung oder szenische Bedeutung von Informationen der Träumerin (vgl. Mertens, 1990, S. 236). Bedeutend wäre auch die Information gewesen, ob sich die Probandin in irgendeiner Form eines therapeutischen Settings befände, um etwaige therapeutische Einflussfaktoren mitberücksichtigen zu können.

Durch den Wegfall der Erzählung des Traumes in einem geschützten Rahmen an einen konkreten Adressaten wie der Therapeut\*In, können trotz der Anonymisierung des Fragebogens sehr wohl

unbewusste Fantasien der Träumerin betreffend des Endadressaten der Traumaufzeichnung auftauchen. Mertens weist darauf hin, dass sich bereits bei der Vorstellung, einen Therapeuten aufsuchen zu wollen, bewusste und unbewusste Fantasien, Wünsche und Erwartungen auf Seiten des Patienten ausgelöst werden, lange bevor der erste Kontakt zwischen den beiden stattfindet (vgl. Mertens, 1990, S. 237). Dieses Szenario kann auch auf diese Situation umgelegt werden.

Ein Nachfragen bei der Träumerin war nicht möglich.

Die Ergebnisse dieser Arbeit zeigen meines Erachtens deutlich, dass sich die Traumcodierung als ergänzendes und objektives Instrument erweisen kann. Besonders bei Studien, in der Forschung, zur Stützung und Nachvollziehbarkeit von psychoanalytischen und tiefenpsychologischen Arbeiten, wie auch in der klinischen Arbeit.

Daher könnte es das Ziel zukünftiger Forschungen sein, geeignete Erweiterungen und Spezifizierungen betreffend die Unterscheidung der neurotischen oder traumatischen Komplexe weiter zu untersuchen sowie diese in Bezug auf die Traumcodierung anzuwenden.

Das Traumcodierungssystem nach Moser und Zeppelin ist überaus hilfreich für eine gründliche Analyse des manifesten Traums, da alle zugänglichen Traumelemente objektiv einbezogen werden. Im Gegensatz zur klinischen Arbeit oder auch den verschiedenen Traumassoziationsgruppen fällt somit die entsprechende Färbung der jeweiligen Schule und die eigenen Übertragungs- und Gegenübertragungseffekte weitgehend weg.

Fokussiert werden zunächst ausschließlich die jeweiligen Codes, Interrupts, Struktur und die Affektregulierung. Somit eröffnet sich ein objektiver Zugang zu den spezifischen Verarbeitungsmustern der Träumer\*in.

Abschließend gilt, wie es Christopher Bollas (2007, zit. n. Moser & Hortig, 2019, S.11) so schön formulierte, dass hinter all diesen Bildern eines Traumes doch ein Schweigen liegt, nicht eines der Sprache, sondern bereits eines der Bilder, sozusagen das Schweigen des Nicht-Beachtens dieser.

## Literatur

- Anstadt, Thomas (2015). Das Traumgenerierungsmodell von Ulrich Moser und die Codierung von Traumprozessen. *Forum der Psychoanalyse* 32, S. 245–266.
- Bering, Robert & Eichenberg, Christiane (2020). *Die Psyche in Zeiten der Corona-Krise: Herausforderungen und Lösungsansätze für Psychotherapeuten und soziale Helfer*. Stuttgart: Klett-Cotta.
- Bion, Wilfred Ruprecht (1992). *Lernen durch Erfahrung*. Frankfurt am Main: Suhrkamp.
- Crepaldi, Gianluca (2018). *Containing*. Gießen: Psychosozial.
- Dietrich-Neunkirchner, Anita (2020). *SFU Gender Study Group. der/die/das Virus – Aggression und Regression. Das Corona – Traumforschungstagebuch*. Erhalten von: <https://ptw.sfu.ac.at/de/studieren/studiengruppen/gender-study-group/>
- Döll-Hentschker, Susanne (2008). *Die Veränderung von Träumen in psychoanalytischen Behandlungen: Affekttheorie, Affektregulierung und Traumkodierung*. Frankfurt am Main: Brandes & Apsel.
- Döll-Hentschker, Susanne (2013). Manual zur Traumcodierung nach Moser & von Zeppelin. Zurich Dream Process Coding System (ZDPCS). *ResearchGate*. Erhalten von: <https://doi.org/10.13140/RG.2.2.14391.83368>
- Ermann, Michael (2005). Die Übertragung als Matrix der Traumgenerierung. Über höher- und niederstrukturierte Träume. *Forum Psychoanalyse* 21, S. 156–167. Erhalten von: <https://doi.org/10.1007/s00451-005-0238-5>
- French, Thomas Morton (1954). *The integration of behavior. The integrative process in dreams* (Band 2, Ausgabe 1954). University of Chicago Press.
- French, Thomas Morton & Fromm, Erika (1964). *Dream interpretation: A new approach*. New York: Basic Books.
- Freud, Sigmund (1900). *Die Traumdeutung*. Frankfurt am Main: Fischer.
- Klinger, Eric (1971). *Structure and functions of fantasies*. New York: Wiley.
- Mertens, Wolfgang (1990). *Einführung in die Psychoanalytische Therapie* (Band 1, 2. Auflage). Stuttgart: Kohlhammer.
- Minsky, Marvin Lee (1994). *The Society of Mind*. New York: Simon and Schuster.
- Moser, Ulrich (2013). Was ist eine Mikrowelt? *Psyche - Zeitschrift für Psychoanalyse* 67, S. 401–431.
- Moser, Ulrich & von Zeppelin, Ilka (1999). *Der geträumte Traum. Wie Träume entstehen und sich verändern* (2. Auflage). Stuttgart: Kohlhammer.
- Moser, Ulrich & Hortig, Vera (2014). Interaktive Relationen im Traum: Resonante und responsive Wechselwirkung, Verschiebung, Verbalisierung und Selbstveränderung. *Psyche - Zeitschrift für Psychoanalyse* 68, S. 336–362.
- Moser, Ulrich & Hortig, Vera (2016). Deanimierte Objekte im Schlaftraum. *Psyche - Zeitschrift für Psychoanalyse* 70, S. 314–336.

Moser, Ulrich & Hortig, Vera (2019). *Mikrowelt Traum. Affektregulierung und Reflexion*. Frankfurt am Main: Brandes & Apsel.

Pap, Gabriela (2021). Analyse einer Traumserie anhand der Moser-Zeppelin-Methode und ihre Anwendung in der klinischen Praxis. *Zeitschrift für freie psychoanalytische Forschung und Individualpsychologie* 8(1). Erhalten von: <https://doi.org/10.15136/2021.8.1.58-86>

Plan International (2020). *Corona: Auswirkungen auf Mädchen und Frauen*. Erhalten von: <https://www.planinternational.at/kampagnen-und-aktionen/girls-get-equal/corona-auswirkungen-auf-maedchen-und-frauen.html>

Perner, Josef (1991). *Understanding the Representational Mind*. Cambridge, MA: MIT Press.

Stern, Daniel Norman. (1985). The interpersonal world of the infant: A view from Psychoanalysis Developmental Psychology. *IJEC* 19, 73 (1987). Erhalten von: <https://doi.org/10.1007/BF03174535>

Tähkä, Veikko (1988). On the Early Formation of the Mind—II. from Differentiation to Self and Object Constancy. *Psychoanalytic Study of the Child* 43, S. 101–134.

Wellman, Henry Mark (1990). *The Child's Theory of Mind*. Cambridge, MA: MIT Press.

### ***Autorin***

Mag.<sup>a</sup> Ghazal Delawar

Margaretengürtel 134/3/5

1050 Wien

Tel: +43 (0)677 647 47 060

E-Mail: [office@praxis-delawar.com](mailto:office@praxis-delawar.com)

**Ghazal Delawar** war Studierende der Psychotherapiewissenschaften an der Sigmund Freud Privatuniversität und befindet sich im Fachspezifikum der Psychoanalyse. Sie ist als Psychoanalytikerin & Psychotherapeutin in Ausbildung unter Supervision sowohl in verschiedenen Institutionen als auch in freier Praxis tätig.