

## Interview

# Wie Träume richtig entschlüsselt werden können

Geheimnisvolle Botschaften üben Faszination aus – Alpträume können Qual und Chance zugleich sein

LINDAU - Träume faszinieren uns. Ihre rätselhaften Botschaften beschäftigen uns, aber sie können uns auch quälen. Für Psychiaterin Renate Daniel sind Träume vor allem hilfreich. Barbara Baur hat mit ihr im Rahmen der Psychotherapiewochen Lindau über die Bedeutung von Träumen gesprochen.

## Frau Daniel, was haben Sie heute Nacht geträumt?

Da war eine Buchsbaumkugel, wie man sie aus Klostergärten kennt. Die wird irgendwie hochgeklappt. Ich sehe nicht, von wem sie aufgeklappt wird, und da drunter sehe ich Igel. Und zwar erkenne ich, dass es ein Elternpaar mit bereits einem Kind und einem neugeborenen Igelchen ist. Das habe ich als Erstes gesehen. Und dieses Neugeborene hüpfte herum und die Eltern freuen sich auch – also es ist eine ganz große Freude.

## Was könnte das bedeuten?

Die eigenen Träume sind am schwersten zu verstehen, weil wir keine Distanz zu ihnen haben. Wenn mir jemand anders einen Traum erzählt, ist es einfacher, sich der Bedeutung anzunähern. Ich habe mir schon überlegt, was dieser Traum für mich heißen könnte. Es wird etwas aufgedeckt, was bisher im Verborgenen war und jetzt auf einmal sichtbar ist. Dann habe ich überlegt, was könnten Igel verkörpern, für was können sie stehen? Im Traum wird ein neues Wesen geboren. Und meine Assoziation war, dass etwas, was neu geboren wird, ein neuer Impuls, ein neues Potential ist. Es kommt was Neues und aufgrund meiner Lebenssituation habe ich gedacht, dass der Igel, der ja auch seine Stacheln zeigt, sich abgrenzen und „nein“ sagen kann. Und ich denke, dass ich in einer Lebenssituation bin, in der ich auch mal „nein“ sagen sollte. Das wäre eine Möglichkeit, diesen Traum zu verstehen, aber es gibt noch viele weitere Bedeutungsfacetten.

## Warum sind Träume so unrealistisch und warum wundert es uns im Traum nicht, wenn wir zum Beispiel schweben?

Heute geht man davon aus, dass beim Träumen der vordere, frontale Teil des Hirns, also etwa der Bereich an der Stirn, nicht aktiv ist, wenn wir träumen. Doch dort befinden sich die Strukturen, in denen die Phänomene der Kulturentwicklung stattfinden, wo wir lernen, uns anzupassen, uns zu kontrollieren, wo zum Beispiel Respekt und Verantwortung lokalisiert sind. Die Kulturentwicklung ist ein Reifeprozess. Es dauert 20 bis 21 Jahre, bis wir kulturell soziale Wesen werden. Im Traum sind viele Dinge möglich, weil wir nicht so kontrolliert, nicht so zensiert sind. Sicher ist, dass wir



Die Psychiaterin Renate Daniel beschäftigt sich seit gut 30 Jahren mit der Frage, wie Träume unser Leben beeinflussen – und wie das Verständnis von Träumen uns helfen kann. FOTO: BARBARA BAUR

das träumen, was für uns emotional wichtig ist. Es gibt irgendetwas in unserer Psyche, das Geschichten strickt, oder Teile von Geschichten. Das Interessante ist, dass das etwas mit meinem Wachleben zu tun hat, selbst wenn ich schwebe. Wir sind da im Bereich der Fantasie, aber auch in meinem Wachleben kann ich mir ja vorstellen, wie schön es wäre, wenn ich jetzt auf die Malediven fliegen würde.

## Wie können wir so etwas dann deuten?

Man muss den Träumer kennen, um zu verstehen, was das mit dem Wachleben zu tun hat. Dann wäre die Kunst herauszufinden, ob es eher etwas Positives ist. Ist das ein Mensch, der sonst immer ganz realistisch ist, ganz vernünftig, wo immer alles ganz fassbar, greifbar sein muss, wo es heißen könnte: „Sei mal leicht, sei mal locker, sei mal über den Dingen.“ Oder ist es ein Mensch, der gar keine Bodenhaftung hat und wo der Traum zeigt: „Du schwebst und vergisst den Bezug zur Realität.“ Warum man gerade das träumt, weiß man nicht. Aber wie gesagt, was emotional wichtig ist, das kommt in der Regel im Traum vor. Was könnte der Traum zur aktuellen Lebenssituation sagen? Ist ein angenehmes Gefühl dabei, kann ich es genießen oder fühle ich mich bedroht, weil ich

Angst habe abzustürzen? Und anhand solcher Fragen können wir oft erkennen, was der Traum für die aktuelle Lebenssituation bedeutet.

## Können wir Träume überhaupt eindeutig deuten?

Träume zu deuten, ist ähnlich wie Texte zu interpretieren. Wir versuchen, diese Sprache zu übersetzen, sie auszulegen und die Essenz herauszufinden. Wir haben keine Sicherheit, dass wir es richtig oder angemessen deuten. Mit viel Übung, und ich mache das schon so lange, würde ich schon sagen, dass ich in der Regel eine Essenz erkenne. Aber es bleibt immer so, dass ich mich täuschen kann.

## Was ist mit Symbolen wie zum Beispiel einem Apfel?

Die Bedeutung des Apfels im Traum ist immens vielfältig. Zum Beispiel gibt es den Apfel als Symbol schon in der Bibel, in der Genesis, wo Adam und Eva den Apfel vom Baum der Erkenntnis essen. Das wäre eine kollektive Schöpfungsgeschichte. Der Apfel kommt auch in der griechischen Mythologie vor, wo die Göttin der Zwietracht einen Apfel auf den Olymp wirft. Es gibt viele Geschichten und Märchen, wo der Apfel eine Rolle spielt, zum Beispiel Wilhelm Tell oder Schneewittchen. Und dann ist er noch ein Nahrungs-

mittel, eine Frucht. Wenn Sie vom Apfel träumen, spielt es eine Rolle, ob Sie sehr gerne Äpfel essen, ob Sie nie Äpfel essen oder ob Sie allergisch auf Äpfel sind. Und dann kommt es nicht nur auf den Apfel selbst, sondern auf die ganze Traumgeschichte an: Was machen Sie mit dem Apfel? Essen Sie ihn? Spielen Sie damit? Warum spielen Sie damit? Was hat das mit Ihrem Wachleben zu tun? Deswegen machen Symbollexika eigentlich keinen Sinn. Wenn da steht: Ein Apfel ist gleich... ist das viel zu schablonenhaft. Es kommt mehr dabei heraus, wenn Sie Ihren Traum mit einem Menschen besprechen.

## Warum wiederholen manche Träume sich?

Das ist ein interessantes Phänomen. In der Regel wiederholen sich Träume so lange, bis wir ihre Botschaft verstehen. Das ist, wie wenn etwas immer an unsere Tür klopft und rein will. Allermeistens hören Wiederholungsträume auf, sobald man ein Verständnis hat. Ich würde sagen, dass wiederkehrende Träume besonders wichtig sind. Sie haben eine hohe emotionale Relevanz.

## Sie beschäftigen sich auch mit Alpträumen. Wie sind Sie dazu gekommen?

Ich habe mich näher damit beschäftigt, weil eines Tages eine Kollegin

auf mich zukam. Sie wollte mir ihre Mutter schicken, die damals Mitte 70 war und seit der Pubertät Alpträume hatte.

Nachdem die Mutter bei mir in Behandlung war, hat es nicht sehr lange gedauert, bis die Alpträume aufgehört haben. Das hat mich dann näher interessiert.

## Wie konnten Sie ihr helfen?

Die Frau hatte ein ganz schwieriges Erlebnis in der Pubertät. Sie hat einen nahen Angehörigen, der sich selbst getötet hatte, gefunden. Dieses schreckliche Erlebnis hatte sie verdrängt und überhaupt nicht mehr dran gedacht, aber es hat ihre Seele beschäftigt. Wir sind über die Bilder in ihren Alpträumen zu diesem traumatischen Erlebnis gekommen.

Dadurch hat sie sich wieder erinnert, wie sie sich gefühlt hat, was es bedeutet hat. Der Suizid war ja schon lange her und damals hatte man einen ganz anderen Umgang mit Suizid. Das war eine Schande im Dorf. Diese Dinge hatte sie mit sich getragen, konnte aber mit niemandem darüber sprechen.

Die Tatsache, dass sie das teilen konnte, ihre Scham, ihre Erlebnisse aus dieser Zeit, dass sie nochmal daran anknüpfen konnte, hat dafür gesorgt, dass die Alpträume aufgehört haben.

## Welche Funktion haben Alpträume?

Meiner Erfahrung nach sind Alpträume nicht destruktiv gegen uns. Vielmehr zwingen sie uns, uns mit Schrecklichem auseinanderzusetzen. Die Frage ist: Wie gehe ich mit dem Schrecklichen um? Wenn ich das gemeinsam mit meinen Patienten herausfinde, beruhigt sich die Seele in der Regel und die Alpträume hören auf.

Es ist einerseits belastend, sich mit Alpträumen zu beschäftigen, aber es ist häufig auch hilfreich und wichtig, weil man auch durch solche Träume eine Spur findet: Sie können uns in einer bedrohlichen Situation helfen, etwas zu erkennen oder zu tun, was sinnvoll ist.

## Zur Person

Dr. med. Renate Daniel (62) ist Ärztin für Psychiatrie und Psychotherapie sowie Jungsche Analytikerin. Sie arbeitet als niedergelassene Psychiaterin am C.G.-Jung-Ambulatorium in Zürich und in der Leitung des C.G.-Jung-Instituts in Küssnacht in der Schweiz. Mit Träumen beschäftigt sie sich schon seit gut 30 Jahren. Sie ist auch Dozentin bei den Lindauer Psychotherapiewochen. (bbb)

## Obstbauern in der Klemme

LINDAU (mim) - Mit scharfem Auge prüft Andreas Willhalm seine Apfelbäume. Ähnlich kritisch blickt der Obstbauer und stellvertretende Kreisobmann des Lindauer Bauernverbandes in die Zukunft. Denn aus Polen kommt immer mehr Obst auf den deutschen Markt. Das Nachbarland kann nämlich, spätestens seit Kriegsbeginn, keine Ware mehr nach Russland, Belarus oder in die Ukraine liefern – und das als Europas größter Obstproduzent. „Polnisches Obst ist hier zunächst einmal nichts Neues“, sagt Willhalm. Die großen Mengen könnten aber zum Problem für heimische Obstbauern werden. Zumal etwa der Preis für Äpfel trotz der Inflation wohl wie bisher bleibe, sagt Willhalm. Derweil stiegen aber die Kosten für die Produktion. „Der Traktor braucht immer die gleiche Menge Diesel“, doch der Preis für den Treibstoff habe sich nahezu verdoppelt. Dies erschwere es den Obstbauern, rentabel zu wirtschaften.



Der Lindauer Obstbauer Andreas Willhalm blickt sorgenvoll in die Zukunft. Einerseits eine erfreuliche Obstblüte, andererseits die Menge von billigen polnischen Äpfeln, die die deutschen Supermarktgale zu Billigpreisen fluten, da Polen wegen des Russlandembargos kein Obst dorthin liefern kann. FOTO: CHRISTIAN FLEMMING

## Fingierte Rechnungen

LINDAU (Iz) - Wiederholt kam es zu Anzeigen wegen gefälschten Rechnungen und Geldforderungen von einer nicht existenten Inkassofirma aus Hamburg, wie die Polizei mitteilt. Nach Angaben einer Geschädigten bekam diese seit Mitte April insgesamt drei Forderungsschreiben über einen Betrag von 350 Euro und schließlich eine Vorankündigung einer Zwangsvollstreckung. Der Frau wurde erklärt, dass sie an einem Gewinnspiel teilgenommen hätte und dadurch wären nun Teilnahmegebühren in Höhe von 650 Euro fällig geworden. Wegen Nichtzahlung wurde mit Pfändung, Kontosperrung und einem Schufa-Eintrag gedroht. Auffällig bei den Schreiben waren die zahlreichen Schreib- und Tippfehler. Die Geldbeträge sollten teils auf deutsche und teils auf ausländische Bankverbindungen eingezahlt werden. Auch hier warnt die Polizei, auf keinen Fall Zahlungen zu leisten und mit der örtlichen Polizeidienststelle Rücksprache zu halten.

## Streit auf der Blauwiese

LINDAU (Iz) - Ein 21-jähriger Mann teilte der Polizei am Montagabend mit, dass es auf dem Parkplatz Blauwiese zu einer Streiterei gekommen sei. Die Polizei traf den 21-Jährigen am Tatort an. Dem Mann wurde von einem 18-Jährigen im Streit eine Bierflasche aus der Hand geschlagen. Diese fiel zu Boden und zerbrach. Durch umherfliegende Glasscherben wurde auch ein Auto beschädigt. Der Sachschaden beträgt etwa 500 Euro. Die Polizei führte bei beiden Beteiligten einen Alkoholtest durch und stellte Werte von über einem Promille fest. Die Polizei nahm letztlich eine Anzeige wegen Sachbeschädigung auf.

## Mit einem Promille auf dem Motorrad

LINDAU (Iz) - Polizeibeamte kontrollierten einen 45-jährigen Motorradfahrer am Montagabend nahe des Europaplatzes. Bei dem Mann stellten die Beamten Alkoholgeruch fest, ein Test ergab über ein Promille. Ihn erwarteten laut Polizei mindestens 500 Euro Bußgeld und ein Monat Fahrverbot.

# Beim Reitstall in Rehlings sollen Wohnungen entstehen

Bauträger will zwei Wohnhäuser errichten - Gewerbegebiet müsste in Wohngebiet umgewandelt werden

Von Ulrich Stock

WEISSENSBERG - Die Wertgrund Bauträger GmbH mit Sitz in Sonthofen möchte im Weißensberger Ortsteil Rehlings zwei Wohnhäuser, vermutlich Mehrfamilienhäuser, errichten und hat dazu einen Antrag auf Vorbescheid an die Gemeinde gestellt. Wie Bürgermeister Hans Kern in der jüngsten Bauausschusssitzung erklärte, bezieht sich das Bauvorhaben auf die beiden Grundstücke Lindauer Straße 71 und 73. Bei der Gebäudenummer 71 handelt es sich um den Reitstall, bei der Nummer 73 um das Areal der vor Kurzem abgerissenen Reithalle. Beide Grundstücke befinden sich in einem Gewerbegebiet, weshalb vor einer Bebauung eine Umwandlung in Wohnnutzung vollzogen werden müsste.

Diese, aber auch weitere Fragen bezüglich zulässiger Grundflächenzahl (GRZ), Trauf- und Firsthöhe der geplanten Wohnhäuser waren Gegenstand der Bauvoranfrage, mit der sich die Ausschussmitglieder befassen sollten. Schnell war aber klar,

dass dies nur in größerem Rahmen, nämlich im Gemeinderat geklärt werden kann. Denn von einer Umnutzung in Wohnbebauung wäre auch der Flächennutzungsplan berührt, der für die beiden Grundstücke bislang nur eine gewerbliche Nutzung vorsieht.

Weil das Vorhaben im unbeplanten Bereich nach Paragraph 34 Bauges-

etzbuch zu beurteilen sei, müsste für die Flächen wohl auch ein eigener Bebauungsplan aufgestellt und beschlossen werden, wie Bürgermeister erläuterte. Zudem grenze eines der beiden Grundstücke an der westlichen Seite an den Bebauungsplan „Im Gärtl II und Teile der Lindauer Straße“, der vor nicht allzu langer Zeit, konkret im Herbst

2019, vom Gemeinderat beschlossen worden war. Angesichts dieser Problematik beziehungsweise Hindernisse stellten schließlich die Bauausschussmitglieder Ingrid Bartl (Freie Bürger) und Christian Heiling (Freie Wählerschaft) den Antrag, die Bauvoranfrage dem Gemeinderat zur weiteren Beratung zu übertragen, wenn möglich schon in dessen

nächster Sitzung. Zur Vorgeschichte der freigewordenen Bauflächen bzw. Grundstücke wäre noch Folgendes zu ergänzen: Auf dem Gelände war lange Jahre der zwischenzeitlich aufgelöste Reitverein Lindau beheimatet. Dieser hatte den Reitstall und die benachbarten Pferdekoppeln gepachtet. Eigentümer des Geländes ist eine Erbgemeinschaft.



Auf dem Grundstück des ehemaligen Reitstalls will eine Bauträgergesellschaft aus Sonthofen Wohnhäuser errichten. FOTOS: ULRICH STOCK



Auch das Areal auf der Rückseite des Reitstalls, wo bis vor Kurzem noch die Reithalle stand, soll mit Wohnungen bebaut werden.