

PSYCHOLOGIE HEUTE

LEBEN

Im Fokus: Die Krise in unseren Träumen

Pandemie, Krieg und die Wirtschaftskrise: Wie sich das auf Träume auswirkt und wie wir sie lenken können, erklärt Schlafforscher Michael Schredl.

VON FRANK LUERWEG

 05. AUG 2022

Herr Professor Schredl, wissen Sie eigentlich, wovon Sie träumen?

Ja, natürlich. Ich führe schon seit über 35 Jahren ein Traumtagebuch und habe mehr als 16500 Träume aufgeschrieben. Meine Träume handeln von allem Möglichen, genau wie die von anderen Menschen auch. Ich träume von den Dingen, die mich beschäftigen. Heute morgen habe ich im Traum ein geisteswissenschaftliches Zusatzstudium gemacht, das Zeitmanagement aber nicht so richtig hinbekommen.

Haben Sie auch schon einmal von Geldsorgen geträumt?

Nein, das nicht. Geld spielt zwar in meinen Träumen eine Rolle – in fast neun Prozent von ihnen kommt dies Thema zumindest am Rande vor. Manchmal geht es ums Einkaufen im Supermarkt, manchmal um die Miete oder um mein Gehalt. Hin und wieder auch darum, dass Dinge sehr teuer sind: In einem Traum habe ich zum Beispiel eine Flasche Grappa gekauft, die 23,20 Mark gekostet hat. Aber bislang ging es nie um die Angst, etwas nicht bezahlen zu können.

Meinen Sie, dass das so bleibt? Momentan schießen die Energiepreise ja durch die Decke, und die Inflation hat für viele Menschen bedrohliche Ausmaße angenommen.

Das lässt sich schlecht sagen. Einerseits sind Träume eine kreative Darstellung dessen, was uns tagsüber beschäftigt. Andererseits scheinen finanzielle Sorgen verschiedenen Erhebungen zufolge aber keine allzu große Rolle in Träumen zu spielen.

Den kompletten Artikel können Sie bei uns kaufen oder freischalten.

DIE REDAKTION EMPFIEHLT

BEZIEHUNG

Und wenn ich ihn nun doch nicht liebe?

Zweifel an der eigenen Beziehung sind eine große Belastung – für den Partner und insbesondere den Betroffenen.

LEBEN

Narzissmus

Die Persönlichkeitsstörung ist in aller Munde – überall lauern scheinbar selbstverliebte Ego manen. ► Doch wie tickt ein Narzisst wirklich?

BERUF

Burn on

Viele Menschen fühlen sich erschöpft: zu viele Pflichten, zu viel Druck. Über den Zustand kurz vorm Burn-out – und wie wir uns daraus befreien.

MEISTGELESEN

1 LEBEN

Narzissmus

Die Persönlichkeitsstörung ist in aller Munde – überall lauern scheinbar selbstverliebte Ego manen. ► Doch wie tickt ein Narzisst wirklich?

2 BEZIEHUNG

"Sich in den Richtigen verlieben"

Liebesbriefe oder -E-Mails schaffen eine intensive Nähe – und ermöglichen gleichzeitig Distanz, sagt Paartherapeut Wolfgang Hantel-Quitmann

3 FAMILIE

„Es war ein stilles Entsetzen“

Der Großvater in der NSDAP, der Vater antisemitisch: Psychologie Heute-Redakteurin Susanne Ackermann erzählt, wie in ihrer Familie die NS-Zeit nachwirkt