

Verena Kast

## **Träume**

### *Die geheimnisvolle Sprache des Unbewussten*

Patmos-Verlag

ISBN 978-3-8436-0373-7

6. Auflage 2012

220 Seiten, gebundene Ausgabe 19,99€

Verena Kast ist Professorin für Psychologie, Psychotherapeutin in eigener Praxis sowie Dozentin und Lehranalytikerin am C.G. Jung-Institut in Zürich. Sie veröffentlichte zahlreiche Bücher zu Themen der Psychotherapie und der Analytischen Psychologie nach C.G. Jung.

Das Buch „Träume. Die geheimnisvolle Sprache des Unbewussten“ ist in drei Teile gegliedert. Im ersten Teil geht die Autorin auf die Geschichte der Traumdeutung/ -forschung ein. Dabei finden geschichtliche und philosophische Traditionen von der Antike bis zur Neuzeit Berücksichtigung. Weiterhin geht die Autorin mit der Frage um, was Träume sind und wozu sie gut sind. Dabei werden verschiedene Sichtweisen aus unterschiedlichen wissenschaftlichen Bereichen dargestellt. Im zweiten Teil erläutert sie ausgehend von den Grundlagen der Analytischen Psychologie die Traumtheorie von C.G. Jung. Im dritten und letzten Teil schildert die Autorin lebendig das Arbeiten mit Träumen in der psychotherapeutischen Praxis.

Wissenschaftlich und fachlich fundierte Inhalte werden anhand zahlreicher praktischer Beispiele lebendig und auch für Laien gut nachvollziehbar dargestellt. Auf diese Weise wird der Leser/ die Leserin zum Nachdenken auch über den eigenen Umgang mit Träumen angeregt. Durch die klare und übersichtliche Struktur ist es zudem möglich, lediglich einzelne Teile des Buches zu lesen, ohne dass der Sinnzusammenhang verloren geht. So wird das Buch zu einem Begleiter, der mitunter auch weggelegt und bei Bedarf hervorgeholt werden kann.

Dorothea Wagner