

# Das Trauma der Identität

Grundlagen der Identitätsorientierten  
Psychotraumatheorie und -therapy  
(IoPT)

1

Stuttgart, 11. Juli 2017

# Gliederung

2

- Was ist Identität?
- Was ist ein Trauma der Identität?

# Was ist Identität?

3

- Mein Name?
- Meine Nationalität?
- Meine Religion?
- Meine Krankheitsdiagnose?
- Meine Eigenschaften?
- Mein Sternzeichen?
- ...

08.07.2017

## Zuschreibungen: **Du = Ich; Du = Wir**

4

Zuschreibungen kommen von außerhalb  
und sind äußerlich  
Sie stellen Erwartungen dar, wie jemand  
zu sein hat und  
in welches Schema er passen soll

# Prozesse der Identifikation

## Ich = Du, Ich = Wir

5

- Angebote zur Identifikation kommen von außen.
- Ein Kind akzeptiert diese in seinem Zustand der Abhängigkeit ohne Frage.
- Erst später im Leben können Identifikationsangebote frei ausgewählt werden.

- Die Ich-Entwicklung ist eingebettet in die Wir-Entwicklung
- Das erste Wir ist “Ich und meine Mutter”

# Identifikationen mit ... ist nicht Identität

7

- Mutter oder Vater
- der Familie
- den “Ahnen”
- der “Kultur”
- der Sprache
- einem Partner
- eigenen Kindern
- eigenem Besitz
- einer Region
- der Arbeit
- einem Sportverein
- ...



# Identifikationen abzulehnen

8

- führt auch nicht zur eigenen Identität
- (Dagegensein, Rebellion, Revolution ...)

# Identität Ich = Ich

9

- ist die Summe all meiner bewussten wie unbewussten Lebenserfahrungen
- von Beginn meines Lebens an
- Das schließt alles ein (gute Erfahrungen und Traumata)
- Nichts kann weggelassen, übergangen oder ignoriert werden

# Identität bedeutet:

10

- Ein gesundes 'Ich'
- Ein eigener Wille
- Eigene Wahrnehmungen
- Eigene Gefühle
- Eigene Gedanken
- Eigene Worte
- Mit dem eigenen Körper verbunden
- In all meinen Beziehungen



08.07.2017

# Entwicklung von Ich-Sein, Ich-Bewusstsein

11

- Durch die Verschmelzung von Ei- und Samenzelle entsteht ein neuer, einzigartiger Mensch mit einer eigenen Lebenskraft, einem eigenen Körper und einer eigenen Psyche
- Jeder Mensch ist von Anfang an ein Subjekt
- Er entwickelt sich in seiner Ganzheit, solange er nicht traumatisiert wird
- Durch seine Aktivitäten lernt schon das Ungeborene, wer es ist und was es vermag
- Zum Ich-Sein kommt allmählich das Ich-Bewusstsein dazu



# Ich-Entwicklung im Verhältnis zur Mutter

12

- Das Ich eines Kindes entwickelt sich in der Beziehung mit seiner Mutter
- Wenn die Mutter ein klares Ich hat, kann auch das Kind ein gesundes Ich entwickeln und mit spätestens drei Jahren ich, mein, dein, unser sicher unterscheiden
- Ist die Mutter in Bezug auf sich selbst verwirrt, wird auch das Kind in den Grundlagen seiner Identität verwirrt
- Zur Entwicklung der eigenen Identität muss jeder Mensch sich aus dem Wir-Dasein mit seiner Mutter lösen



08.07.2017

# Was machen Psychotraumata mit unserer Identität?

Trauma der eigenen Täterschaft



Trauma der Sexualität



Trauma der Liebe



Trauma der Identität

Trauma Trias

Nicht geschützt!

Nicht geliebt!

Nicht gewollt!

# Traumabiografie

# Trauma der Identität bedeutet ...

15

- Ich muss mein gesundes Ich und eigenes Wollen aufgeben
- um in der Beziehung mit meiner Mutter bleiben zu können, die mich ablehnt und nicht liebt
- Das geschieht schon im Mutterleib
- Trennt Körper und Psyche
- Macht das Subjekt zum Objekt



# Hauptursachen für ein Trauma der Identität

16

- Das Kind ist von der Mutter nicht gewollt
- Es hat das falsche Geschlecht
- Es muss den Trauma-Überlebensstrategien seiner Mutter zur Verfügung stehen



# Spaltung der Identität

17

**Bereich 2:**  
Unterdrücktes  
Ich und Wollen;  
Traumagefühle:  
Angst, Wut,  
Scham



**Bereich 3:**  
Zuflucht zu  
Identifikationen und  
Zuschreibungen;  
Identitätsillusionen

**Bereich 1:**  
Gesunde  
Anteile



# Das Trauma der Identität führt

18

- zur Identifikation mit Tätern
- zur Akzeptanz von Zuschreibungen
- zur Suche nach Identifikationsmöglichkeiten
- zu Anklammern an anderen Menschen
- zu sich Verstecken hinter einem “Wir”
- zu illusionären Vorstellungen von einem heilen, eigentlichem Selbst
- zu Verantwortungslosigkeit

# Identitätsorientierte Psychotherapie (IoPT)

19

- Macht die eigenen Überlebensstrategien bewusst
- Stellt Identifikationen und Zuschreibungen in Frage
- Hilft dem gesunde Ich und dem eigenen Willen zu wachsen
- Unterstützt den Des-Identifikationsprozess mit der eigenen Mutter

I  
O  
P  
T

# Identitätsorientierte Psychotherapie (IoPT)

20

- Macht die eigene Traumabiografie bewusst
- Bringt das gesunde Ich und den eigenen Willen in Kontakt mit den abgespaltenen traumatisierten Anteilen

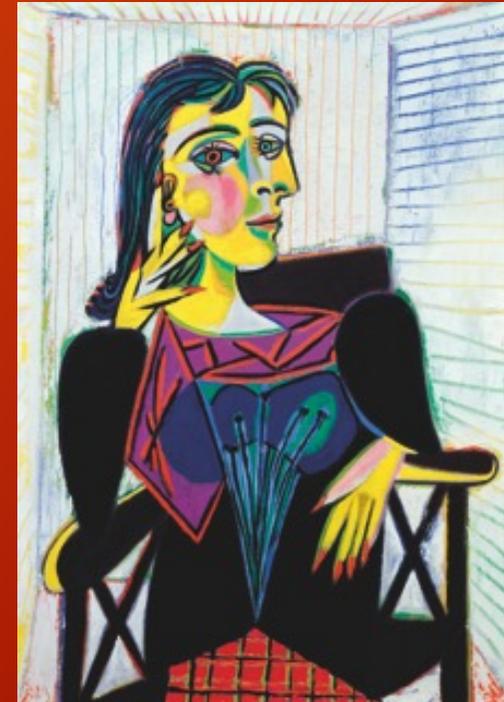
I  
O  
P  
T

- Precht, R. D. (2007). Wer bin ich und wenn ja, wie viele. Eine philosophische Reise. München: Goldmann Verlag. (engl. Who am I and if so how many?)
- Rogers, C. (1961). On Becoming a Person: A Therapist's View of Psychotherapy. London: Constable.
- Ruppert, F. (2012). Symbioses and Autonomy. Steyning: Green Balloon Publishing.
- Ruppert, F. (Hg.) (2014). Frühes Trauma. Stuttgart: Klett-Cotta Verlag.
- Ruppert, F. (2015). Trauma, Love and Fear. Steyning: Green Balloon Publishing.
- Walz-Pawlita, S., Unruh, B. & Janta, B. (Hg.) (2015). Identitäten. Gießen: Psychosozial Verlag.
- Watkins, John G. & Watkins Helen H. (2007). Ego States. Theory and Therapy. New York: W. W. Norton & Company.

# Einladung

22

- 4. Internationaler Kongress
- “Mein Körper, Mein Trauma, Mein Ich“
- 12.-14. Oktober 2018 in München
- [www.gesunde-autonomie.de](http://www.gesunde-autonomie.de)



Pablo Picasso „Portrait of Dora Mar“  
© Sucession Picasso/VG Bild-Kunst, Bonn 2015