

Welche Konsequenzen hat das Konzept der mehrgenerationalen Psychotraumatologie auf gesellschaftlicher Ebene?

Vortrag, Lissabon 24. April 2010

www.franz-ruppert.de

© Prof. Dr. Franz Ruppert



Mehrgenerationale Psychotraumatologie (MPT)

- Ursachen für psychische Störungen, für viele körperliche Erkrankungen und die meisten unlösbaren Beziehungsstörungen sind Traumata
- Traumata der Eltern setzen sich als Symbiosetraumata bei den Kindern fort
- Traumata heilen nicht von alleine, sie erzeugen ohne ihre Auflösung neue Traumata

Psychotraumata (F. Ruppert)



- Trauma existencial (p. ex. acidente grave)
- Trauma de perda (p. ex. separação, morte de uma pessoa amada)
- Trauma de vinculação/Symbiose-trauma
- Trauma de vinculação sistémica (p. ex. assassinato, abuso sexual, incesto)

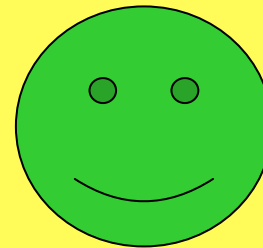
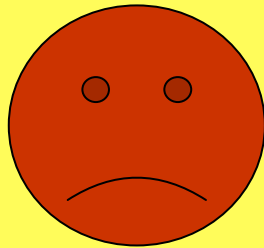


**Der Traumanotfall-
mechanismus
besteht aus
Erstarren,
Einfrieren,
Dissoziieren und
Aufspalten der
Persönlichkeit.**

**Er sichert das
Überleben.**

Seelische Spaltung nach einer traumatischen Erfahrung

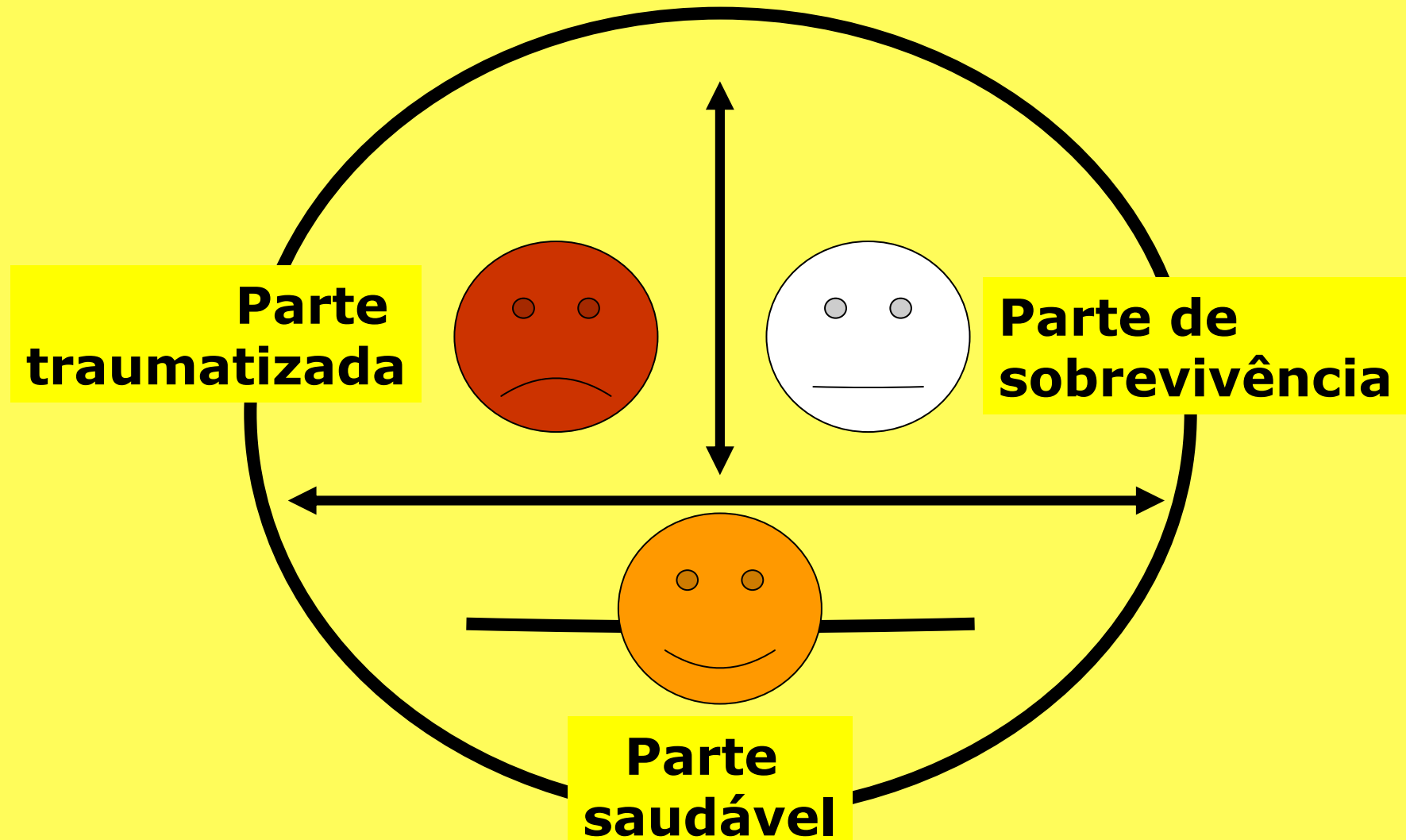
Traumatisierterer Anteil

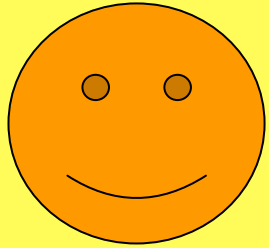


Überlebensanteil

Gesunder Anteil

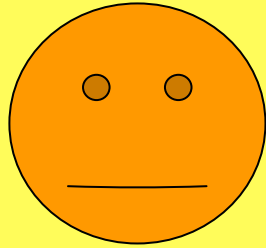
Cisões da alma depois de traumatização





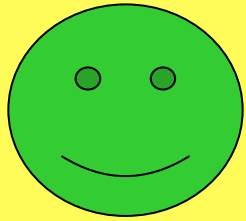
Características de partes psíquicas saudáveis

- Confiança base
- Capacidade de vinculação
- Empatia
- Abertura aos outros
- Capacidade de regulação de sentimentos
- Boa memória
- Capacidade de reflexão
- Sentido de responsabilidade
- Amor à Verdade
- Orientação para a realidade
- Esperança



Merkmale von gesunden seelischen Anteilen

- Fähigkeit, die Realität offen wahrzunehmen
- Fähigkeit, Gefühle angemessen auszudrücken
- Gute Erinnerungsfähigkeit
- Vertrauen in andere Menschen
- Fähigkeit, emotionale Bindungen aufzubauen
- Fähigkeit, sich aus verstrickten Bindungen zu lösen
- Erwachsener Umgang mit Sexualität
- Bereitschaft zur Reflexion des eigenen Handelns
- Bereitschaft zur angemessenen Übernahme von Verantwortung
- Wille zur Wahrheit/Klarheit
- Hoffnung auf gute Lösungen von Problemen



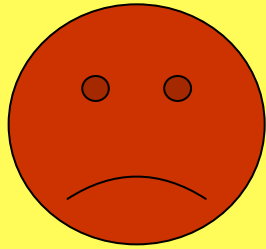
Merkmale von Überlebensanteilen

- Sichern das Überleben der Traumasituation
- Sind Wächter der seelischen Spaltung
- Sind im Gegenwärtigen verhaftet
- Verdrängen und leugnen das Trauma
- Vermeiden Erinnerungen an das Trauma
- Ignorieren und lenken ab
- Kontrollieren die traumatisierten Anteile
- Kontrollieren andere Menschen
- Suchen nach Kompensationen
- Erzeugen Illusionen
- Sind unterwürfig und latent aggressiv
- Laden eigene Traumagefühle auf andere ab
- Erzeugen weitere Spaltungen



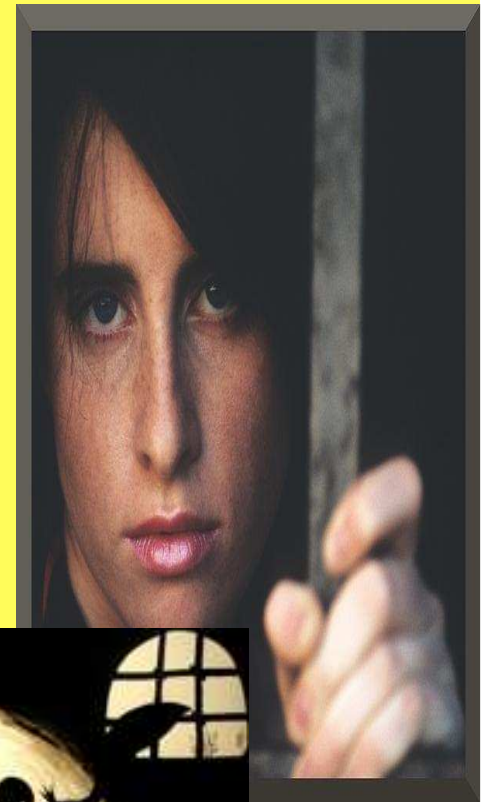
Características do Eu de Sobrevivência

- Recalca e nega o trauma
- Evita
- Controla
- Compensa
- Cria ilusões
- Torna-se no guardião da divisão psíquica
- Faz outras divisões



Merkmale traumatisierter Anteile

- speichern die negativen Erinnerungen an das Trauma
- bleiben auf der Alterstufe zum Zeitpunkt des Traumas stehen
- suchen noch immer nach einem Ausweg aus dem Trauma
- können plötzlich „getriggert“ werden

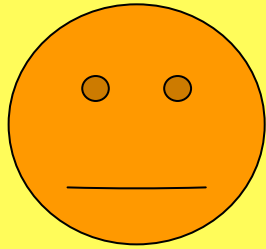


Características da parte traumatizada

- **Fixada** na idade da altura do trauma
- **Guarda** a memória do trauma
- **Continua a procurar** uma saída do trauma
- Pode ser **desencadeada** (*triggering*)

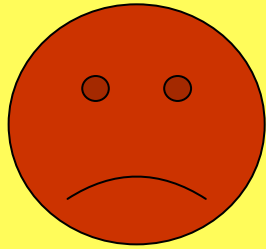
„Symbiosetrauma“

**das Kind ist hilflos und
ohnmächtig, einen stabilen,
sicheren, Halt gebenden
emotionalen Kontakt zu seiner
Mutter aufzubauen**



Gesunde seelische Anteile bei einem Kind

- **Eigene Lebenskraft**
- **Eigener Lebenswille**
- **Gesunde Urbedürfnisse**
- **Freude an der Bewegung**
- **Freude am Spielen**
- **Freude am Lernen**



Merkmale traumatisierter Anteile bei einem Symbiosetrauma

- **Verzweiflung, dass keine Mutter/Elternliebe spürbar ist**
- **Verlassenheits- und Einsamkeitsgefühle**
- **Todesangst**
- **Unterdrückte Wut**
- **Unterdrückte Trauer**
- **Tendenz zur Selbstaufgabe, extremer Rückzug**





Merkmale der Überlebensanteile bei einem Symbiosetrauma

- **zähes Ringen um Kontakt mit den Eltern**
- **Idealisierung der Mutter/des Vaters**
- **Identifikation mit den Überlebensmechanismen der Eltern (z.B. auch mit „Täterintrojekten“)**
- **verschmelzen mit den traumatisierten Anteilen der Eltern**
- **verdrängen und leugnen des eigenen Traumas**

Folgen eines Symbiosetraumas für ein Kind

- Eigene und übernommene Gefühle können nicht unterschieden werden
- Pseudeautonomie, Leben in einer fremden Identität
- Symbiotische Verstrickung mit den Eltern
- Symbiotische Verstrickungen in anderen nahen Beziehungen
- Psychische Erkrankungen wie z.B. Hyperaktivität, Depressionen, Psychosen



Einige Merkmale einer symbiotische Verstrickung

- **ängstliches Anklammern**
- **Wut, Hass, Gewalt in der Beziehung**
- **Gefühl der eigenen Wertlosigkeit**
- **den anderen nicht verstehen**
- **vom anderen Veränderung erwarten**
- **Liebesillusionen bis hin zum Liebeswahn**

Auf der gesellschaftlichen Ebene gibt es Menschen und Institutionen, welche die Erkenntnisse der Traumaforschung unterstützen und weiter fördern und solche, die der Traumatheorie entgegen arbeiten.

Konsequenzen der MPT für das Gesundheitssystem

- Ursachen- statt Symptomdiagnostik
- Psychotraumata hinter körperlichen wie psychischen Erkrankungen erkennen
- Ursachen- statt Symptomtherapie
- Z.B. Eltern statt der Kinder therapieren

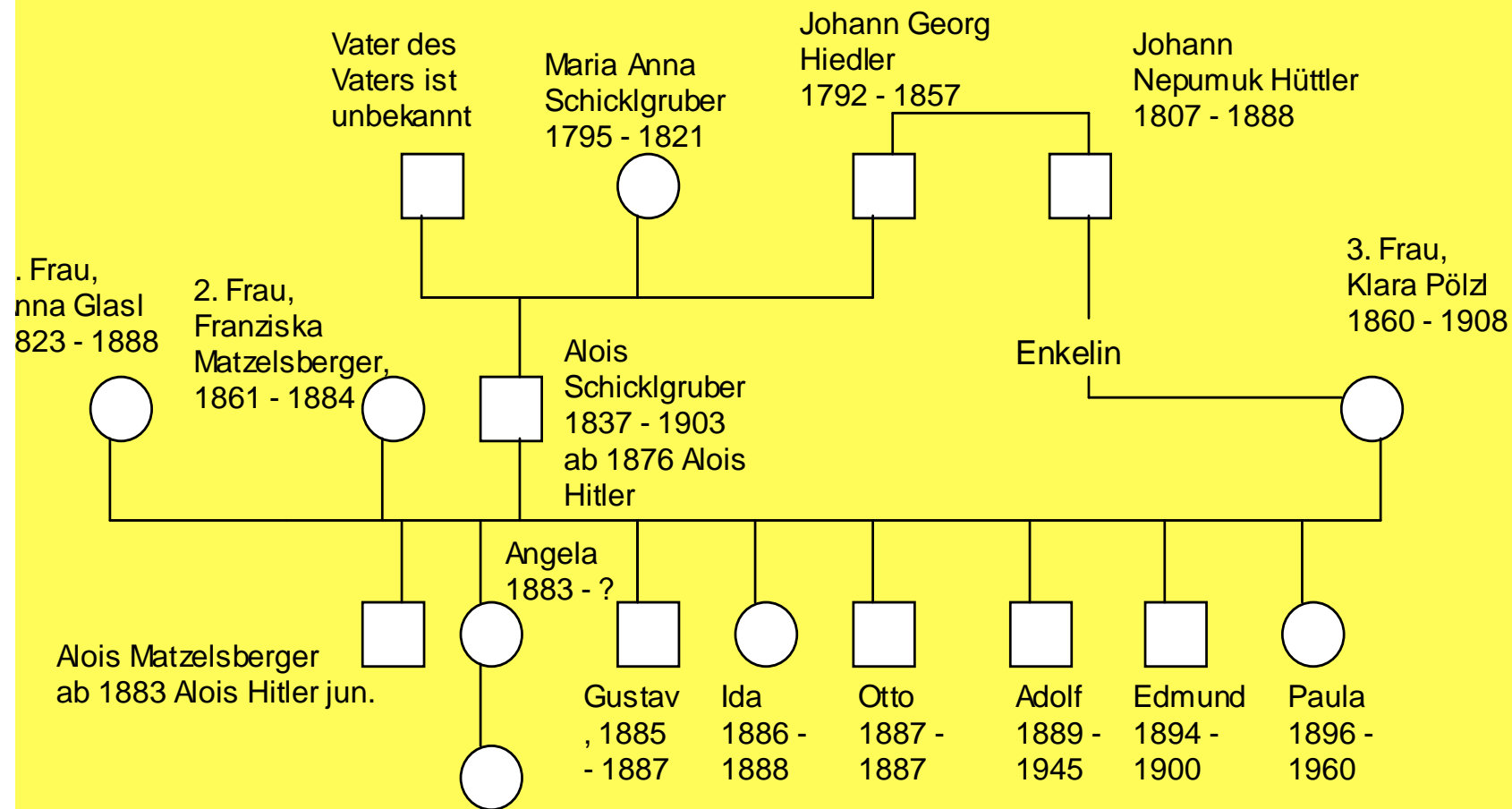
- Traumaprävention in Familien, in der Schule, am Arbeitsplatz, in der Gesellschaft

Konsequenzen der MPT für die Wirtschaft

- Unterscheiden zwischen Ökonomie als Überlebensstrategie („mehr“, „schneller“, „größer“) und gesundem Wirtschaften
- Gesunde Beziehung statt Besitz, der krank macht
- Das Geld dient der Arbeit und nicht die Arbeit dem Geld.

Konsequenzen der MPT für das Rechtssystem

- Traumata als Phänomen mit vielfältigen juristischen Konsequenzen anerkennen
- Spaltungen als Grundlage für kriminelle Handlungen verstehen
- Gesunde Anteile in der Rechtsprechung fördern statt mit Überlebensanteilen kämpfen



Genogramm der Herkunftsfamilie Adolf Hitlers (Jahresangaben entnommen aus: Der Spiegel 28/2001)

Konsequenzen der MPT für die Politik

- Vorsicht vor traumatisierten Politikern, sie können eine ganze Gesellschaft in ihre persönlichen Probleme hineinverstricken.
- Aus Täter-, Opferdynamiken aufsteigen und keine neuen aufbauen
- Soziale Traumata nicht erzeugen, nicht konservieren und pflegen, sondern auflösen
- Unterscheiden lernen zwischen sozialen Überlebensstrategien und gesunden Formen des sozialen Zusammenlebens

Grundsätzliche Fragen

- Traumatisiere ich durch mein Verhalten anderen Menschen?
- Verstricke ich andere Menschen in mein Trauma hinein?
- Was trage ich dazu bei, dass vorhandene Traumata aufgelöst werden?
- Was trage ich dazu bei, dass keine neuen Traumata entstehen?

Literatur:

- **Franz Ruppert (2003). Verwirrte Seelen. Der verborgene Sinn von Psychosen. München: Kösel Verlag.**
- **Franz Ruppert (2005). Trauma, Bindung und Familienstellen. Stuttgart: Klett-Cotta Verlag.**
- **Franz Ruppert (2007). Seelische Spaltung und innere Heilung. Stuttgart: Klett-Cotta Verlag.**
- **Franz Ruppert (2010). Symbiose und Autonomie. Symbiosetrauma und Liebe jenseits von Verstrickungen. Stuttgart: Klett-Cotta Verlag (in Vorbereitung)**