

Jenseits von Chaos und Illusionen – von der Familienaufstellung zur Traumaufstellung

Hannover, 10. April 2010

www.franz-ruppert.de

© Prof. Dr. Franz Ruppert
KSFH München



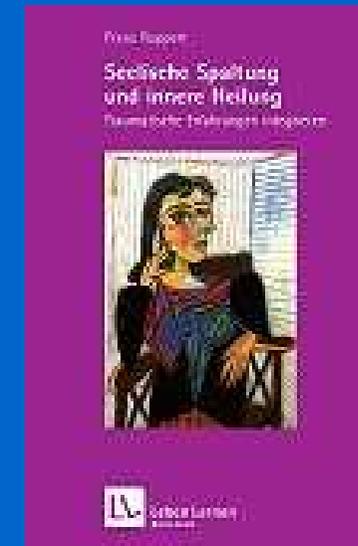
Mein persönlicher Weg (1)

- 1994 erster Kontakt mit Bert Hellinger und erste eigene Aufstellung
- ab 1995 selbst Leiter von Aufstellungen
- 2001 Veröffentlichung von „Berufliche Beziehungswelten“
- 2002 Veröffentlichung von „Verwirrte Seelen“



Mein persönlicher Weg (2)

- 2005 Veröffentlichung von „Trauma, Bindung und Familienstellen“
- 2007 Veröffentlichung von „Seelische Spaltung und innere Heilung“
- 2010 in Vorbereitung: „Symbiose und Autonomie – Symbiosetrauma und Liebe jenseits von Verstrickungen“



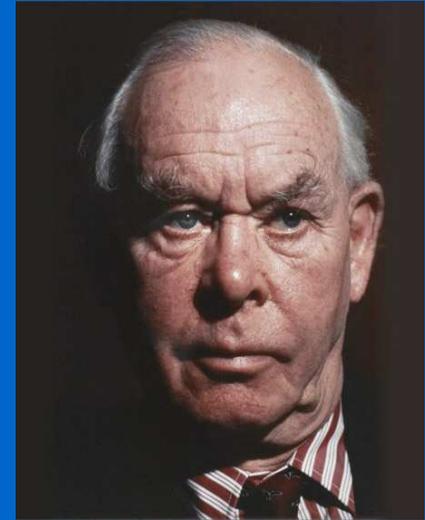
Allgemeines Prinzip meines persönlichen Weges

- persönliche Ergriffenheit durch eigene Betroffenheit
- zuerst Anlehnung an den Begründer des Familienstellens, Bert Hellinger, dann Ablösephase mit Konflikten und schließlich Suche nach einer eigenen, autonomen Position
- bleibende Faszination von der Methode der Aufstellung und ihren Potentialen

Familienaufstellungen

- stellen seelische Bindungen dar
- machen verstrickte Beziehungen sichtbar
- verdeutlichen, wie unterstützende und respektvolle Beziehungen aussehen können

Familienstellen macht
sichtbar, was
Bindungstheorie
(Bowlby, Brisch u.a.) und
Bindungsforschung
(Ainsworth, Grossmann
u.a.) herausfinden.



John Bowlby 1907 - 1990

Die „sichere Bindung“
eines Kindes an seine
Mutter (J. Bowlby) ist
die Grundlage für
Urvertrauen,
Autonomie und
seelische Gesundheit.



Das Konzept der „Feinfühligkeit“ (M. Ainsworth)



- - die kindlichen Signale mit großer Aufmerksamkeit und ohne Verzögerung wahrnehmen,
- - die Signale aus der Perspektive des Säuglings richtig deuten (z.B. bedeutet Weinen Hunger, Unwohlsein, Schmerzen oder Langeweile?),
- - angemessen auf die kindlichen Signale reagieren und zwar
- - innerhalb einer für das Kind tolerablen Frustrationszeit.

Wie entwickelt sich die „Seele“ eines Kindes?

- Vor und nach der Geburt entwickelt sich die kindliche Seele vor allem im körperlichen Kontakt mit der Mutter und im Spiegel der mütterlichen Seele.
- Durch die Mutterbindung werden elementare Muster der emotionalen Reaktion auf die Welt geprägt. Sie sind unbewusst.



Jedes Kind ist mit seiner Mutter zweifach symbiotisch verwoben:
-passiv: die seelischen Qualitäten der Mutter prägen die seelische Grundstruktur des Kindes

-aktiv: das Kind hält sich an der Mutter fest und versucht gegebenenfalls der Mutter Halt zu geben.



Die Liebe eines Kindes zu seiner Mutter ist die stärkste seelische Bindung.

Die Bedeutung des Vaters für die gesunde Entwicklung der Kinderseele

- Die Beziehung zum Vater eröffnet dem Kind einen zweiten Zugang zur Welt.
- Sie löst das Kind aus der Symbiose mit seiner Mutter.
- Um selbständig zu werden, braucht ein Kind auch eine sichere Vater-Bindung.



Wie kommt es zu einer gesunden seelischen Entwicklung?

- Symbiotische kindliche Bedürfnisse nach Wärme, Schutz, Halt, Liebe und Familienzugehörigkeit müssen befriedigt werden.
- Bestreben nach Eigenständigkeit des Kindes muss gefördert werden.



**Die Hauptursache von
„Bindungsstörungen“ und
„verstrickten Beziehungen“
zwischen Eltern und Kindern
sind Traumatisierungen auf
Seiten der Eltern.**

© Prof. Dr. Franz Ruppert
KSFH München





Gewalt

Trauma

Tod

A dimly lit, rustic interior with stone walls, a fireplace, and animal skulls. The scene is warm and atmospheric, with a fire burning in the hearth and several animal skulls mounted on the wall. The lighting is low, creating a sense of mystery and depth.

Aufstellungen bringen, vor
allem als freie
„Bewegungen der Seele“,
Traumata ans Licht.

Spaltungen

Seelen-
anteile

Ein Trauma ist

„ ... ein vitales Diskrepanz-
erlebnis zwischen bedrohlichen
Situationsfaktoren und den individuellen
Bewältigungsmöglichkeiten, das mit
Gefühlen von Hilflosigkeit und
schutzloser Preisgabe einhergeht und
so eine dauerhafte Erschütterung von
Selbst- und Weltverständnis bewirkt.“

(Fischer und Riedesser, 1999, S. 79)



**Der Traumanotfall-
mechanismus besteht im
wesentlichen aus Einfrieren
und Dissoziieren/Aufspalten.**



**Er sichert das
Überleben.**

Klassische seelische Traumata



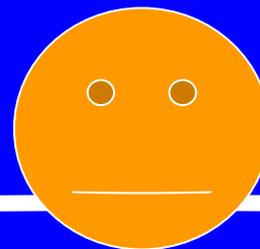
- Existenztrauma (z.B. schwerer Unfall, Mordanschlag)
- Verlusttrauma (z.B. Trennung, Tod einer geliebten Person)

Seelische Spaltung nach einer traumatischen Erfahrung

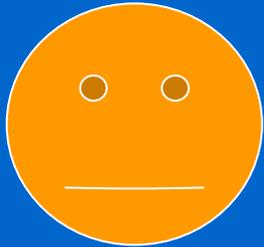
Traumatisierterer Anteil



Überlebensanteil



Gesunder Anteil



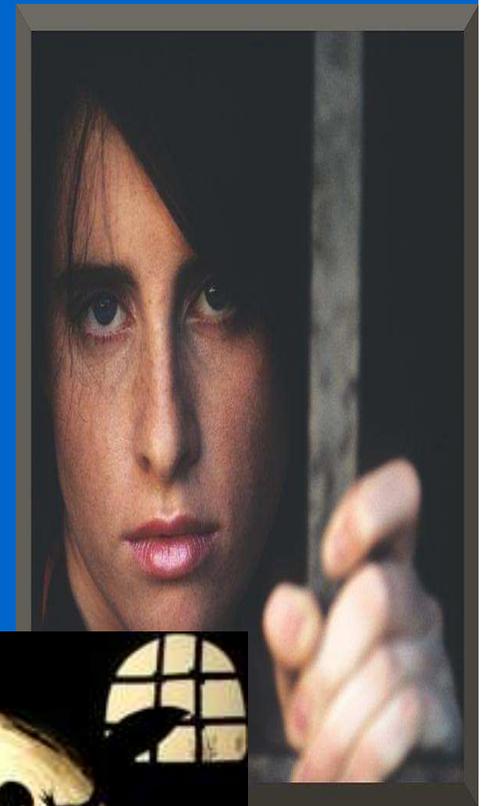
Merkmale von gesunden seelischen Anteilen

- 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 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





Merkmale von Überlebensanteilen

- sind Wächter der seelischen Spaltung
- verdrängen und leugnen das Trauma
- vermeiden Erinnerungen an das Trauma
- kontrollieren die traumatisierten Anteile
- suchen nach Kompensationen
- machen sich Illusionen
- spalten sich bei Bedarf erneut

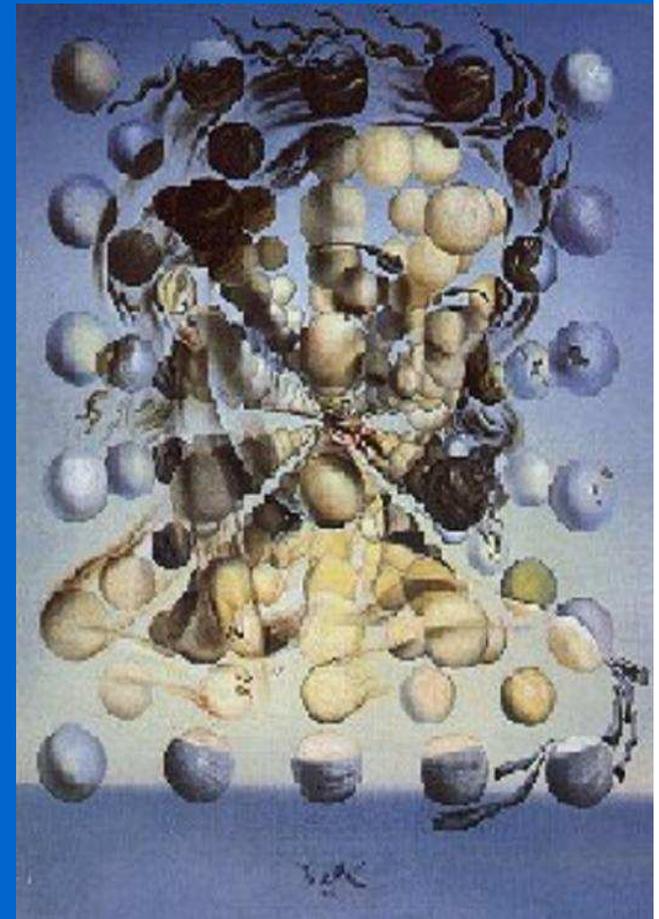


Die Schutzmechanismen
vor einer
Retraumatisierung ziehen
langfristig körperliche und
psychische
Schädigungen und
Verstrickungen im
sozialen Bereich nach
sich.



Trauma und Bindung

- Traumatische Erfahrungen zerstören die Bindungsfähigkeit von Eltern.
- Sie können sich als Mutter oder Vater ihrem Kind emotional nicht völlig öffnen, weil
- sie den Kontakt mit ihrem eigenen traumatisierten Anteilen fürchten müssen.



Komplexe seelische Traumata



- Symbiosetrauma (die Mutter ist körperlich da, aber nicht emotional verfügbar)
- Bindungssystemtrauma (z.B. Missbrauch, Mord, Inzest im System)

Symbiosetrauma Teil 1

**Traumatisierte
Anteile des Kindes**

Wut 

Angst 



Schmerz



Trauer



Scham



*Illusionäre
Liebe*

Schuld



**Traumatisierter
Anteil der Mutter**

**Symbiotischer Überlebens-
Anteil des Kindes**

*Anpassung
an die Mutter*

Mitleid mit der Mutter

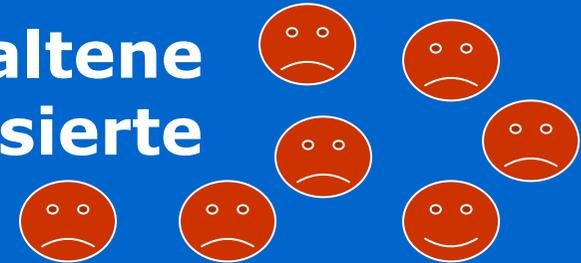
**Überlebens-
Anteil der Mutter**

**Gesunder
Anteil**



Symbiosetrauma Teil 2

**Aufgespaltene
traumatisierte
Anteile**



*Angst, Wut, Schmerz,
Trauer, Liebe, Scham,
Schuld*

**Traumati-
sierter
Anteil nach
sexueller
Gewalt**

*Schmerz,
Ekel, Scham*



**Symbiotischer
Überlebens-Anteil**
*Anpassung
an den Vater*

**gespaltener
Vater**



**Überlebens-
Anteil nach
sexuellen Übergriffen**

Idealisierung des Vaters

**Gesunder
Anteil**



Merkmale bei einem Symbiosetrauma

- Verlassenheits-, Todes- und Vernichtungsängste
- Unterdrückte Wut- bis Hassgefühle auf die Eltern
- Hunger nach ihrer Liebe
- Besetztsein durch den Tod
Traumagefühle
- Sich als Retter der Eltern
verantwortlich fühlen



Welche Psychotherapie kann helfen?

- Eine für traumatisierte Menschen hilfreiche Psychotherapie ist **bindungs- und traumaorientiert**.
- Sie sucht nach den **Ursprüngen** seelischer Verletzungen im gesamten Bindungsraum eines Menschen. (**mehrgenerational**)
- Sie ermöglicht seelische Weiterentwicklung durch eine **haltgebende und grenzensetzende Beziehung, konkrete Einsicht und begleitetes Wiedererleben** traumatischer Erinnerungen.

© Prof. Dr. Franz Ruppert
KSFH München



3 wesentliche Unterschiede zwischen Familien- und Traumaufstellungen

- Hauptziel: Versöhnung im System
- Befriedigung symbiotischer Bedürfnisse
- Lösungsidee des Aufstellungsleiter steht im Mittelpunkt
- Hauptziel: Integration der inneren Spaltung
- Förderung von persönlicher Autonomie
- Anliegen des Klienten steht im Mittelpunkt

Grundsätze bei Traumaufstellungen

- Gesunde Anteile fördern
- Symptome als Traumafolgen und Folgen von Bindungsstörungen verstehen und den Klienten bewusst werden lassen
- Sich nicht mit den Überlebens-Ich-Anteilen der Klienten verstricken



Wichtig zu unterscheiden:

- Eigene abgespaltene Persönlichkeitsanteile **annehmen.**
- In der symbiotischen Verstrickung übernommene Gefühlszustände **loslassen.**



© Prof. Dr. Franz Ruppert
KSFH München

Literatur

- Franz Ruppert (2001). Berufliche Beziehungswelten. Das Aufstellung von Arbeitsbeziehungen in Theorie und Praxis. Heidelberg: Carl-Auer-Systeme Verlag.
- Franz Ruppert (2002). Verwirrte Seelen. Der verborgene Sinn von Psychosen. München: Kösel Verlag.
- Franz Ruppert (2007). Trauma, Bindung und Familienstellen. Stuttgart: Pfeiffer Verlag.
- Franz Ruppert (2008). 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.