

# Psicotraumatologia Plurigeracional

## A Abordagem da Constelação

[www.franz-ruppert.de](http://www.franz-ruppert.de)

[www.asaseraizes.pt](http://www.asaseraizes.pt)

Prof. Dr. Franz Ruppert  
KSFH München

# **Métodos cénicos de representação na Psicoterapia**

- **Psicodrama (Jakob Moreno 1889-1974)**
- **Escultura familiar (Virginia Satir 1916-1988)**
- **Constelação familiar (Bert Hellinger \*1925)**
- **Movimentos da alma (Bert Hellinger)**

**„Constelações“ são  
representações de realidades  
psíquicas por representantes.**

# Formas de Constelações

- Constelação familiar
- Constelação da relação de trabalho
- Constelação organizacional
- Constelação política

# Constelações são realizadas

- em grupos
- no aconselhamento e na terapia individuais
- podem ser utilizadas na psicoterapia, aconselhamento, supervisão, *coaching*, mediação.

# **Em constelações os representantes podem representar**

- **Pessoas**
- **Identities parciais de pessoas**
- **Sentimentos (p. ex. medo)**
- **Fenómenos concretos (p. ex. ,casa‘)**
- **Fenómenos abstractos (p. ex. ,tarefa de trabalho‘)**

**Efeitos recíprocos entre  
método de constelação, justificações teóricas  
e qualidades pessoais do orientador**



# Psicotraumatologia sistémica plurigeracional (PSP)

Vinculação



Trauma

Transmissão dos estados mentais de geração  
para geração

Prof. Dr. Franz Ruppert  
KSFH München

# O Vínculo



- diz respeito e está limitado a determinadas pessoas,
- é exclusivo,
- baseia-se em sentimentos,
- é para durar,
- transmite pertença.
- sentimentos de vinculação com pessoas podem ser relacionados com objectos, animais e situações.

# Os vínculos afectivos essenciais (vínculos de alma)



- Mãe-filho
- Pai-filho
- Homem-mulher  
(casal)
- Entre irmãos
- Criminoso-vítima

**O vínculo central de cada  
pessoa é o vínculo com a mãe.**



Prof. Dr. Franz Ruppert  
KSFH München

# O Conceito da „Sensibilidade“ (M. Ainsworth)



- **Aperceber-se dos sinais da criança imediatamente e com muita atenção,**
- **Interpretar apropriadamente os sinais a partir da perspectiva do bebé (p. ex. o choro significa: fome, mal-estar, dor ou aborrecimento?),**
- **Reagir apropriadamente aos sinais da criança, e isto**
- **dentro do tempo de frustração tolerável para a criança.**

# Tipos de vinculação

segundo Bowlby, Ainsworth, Maine e Hesse



- Vinculação forte
- Vinculação ambivalente-instável
- Vinculação insegura-longínqua-indiferente
- Vinculação caótica

A autonomia psíquica nasce na  
criança quando forem satisfeitas  
as suas necessidades simbióticas  
de calor, ser segurado, nutrido,  
amado e protegido.

Um vínculo seguro é a base para a  
autonomia, a confiança nas relações e  
a saúde psíquica.

Vinculação insegura leva ao agarrar, à autonomia aparente, a dificuldades de regulação de sentimentos, à desconfiança em relações, à fuga em doenças.

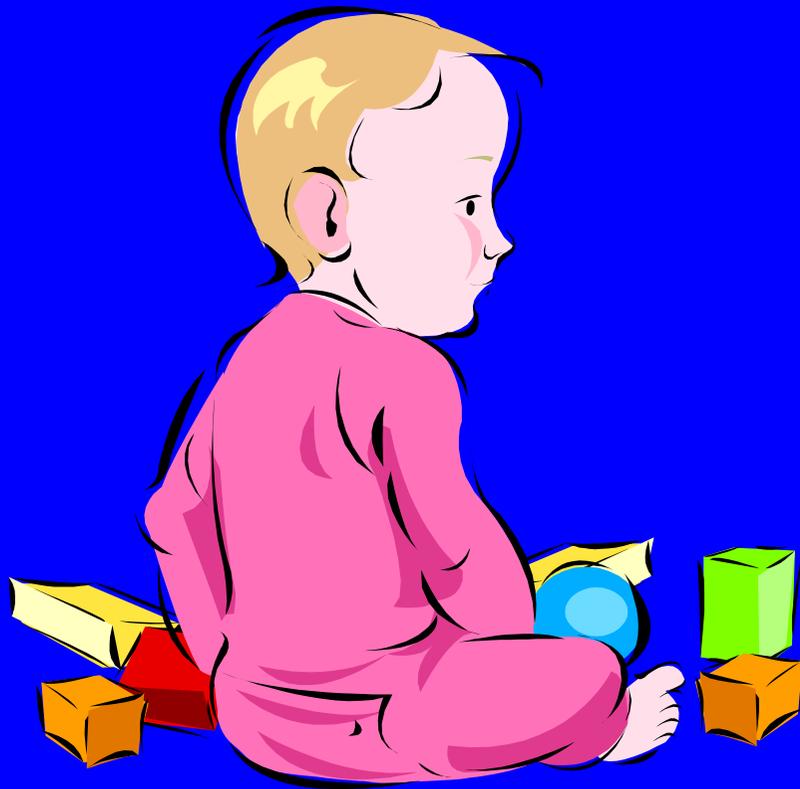
O desejo do vínculo materno seguro  
fica por toda a vida.

# Reacções típicas após a perda de vínculos



- Medo e pânico
- Ódio e revolta
- Introversão e resignação
- Substituição das dores emocionais por dores físicas

# Os conflitos emocionais na criança são provocados através de



- ausência dos pais ou de um dos pais  
(„a vinculação não existe ou foi interrompida“)
- pais presentes, mas inacessíveis a nível emocional („vinculação perturbada“)
- pais traumatizados („vinculação indutora de trauma“)

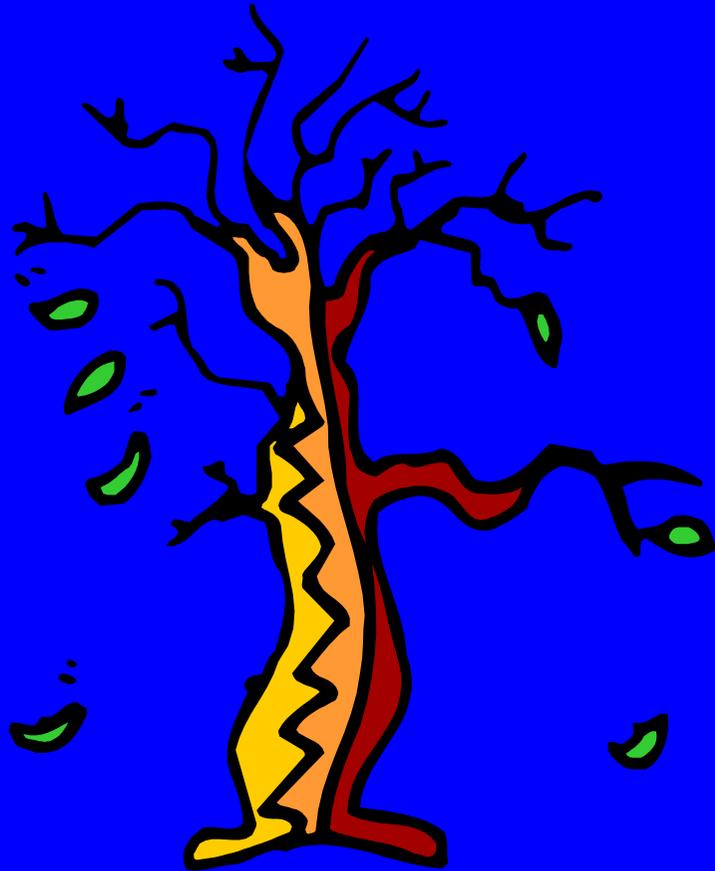
**Cada indivíduo vive  
num entrançado  
de vínculos afectivos  
(vínculos de alma)  
que abrange pelo menos 4 gerações.**

# Um trauma é

**„ ... a experiência de uma discrepância vital entre factores situacionais ameaçadores e as capacidades individuais de lidar com a situação, acompanhada de sentimentos de desamparo e falta de protecção o que provoca uma perturbação permanente da compreensão de si e do mundo.“**

**(Fischer und Riedesser, 1999, p. 79)**

**Um trauma psicológico é um conflito emocional sem solução possível.**



**Leva a danos graves  
a nível físico,  
psíquico  
e social.**

# Tipos de trauma

## segundo Leonore Terr



- **Tipo I: Traumatização por acontecimentos únicos (p. ex. acidentes graves, violação, catástrofes naturais)**
- **Tipo II: Traumatização por situações contínuas e traumas repetidos (p. ex. tortura, abuso sexual, violência em relações íntimas)**

# Traumadas Alma (F. Ruppert)



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

# O processo traumático



- A situação traumatizante
- A vivência do trauma
- As consequências da traumatização a curto, médio e longo prazo

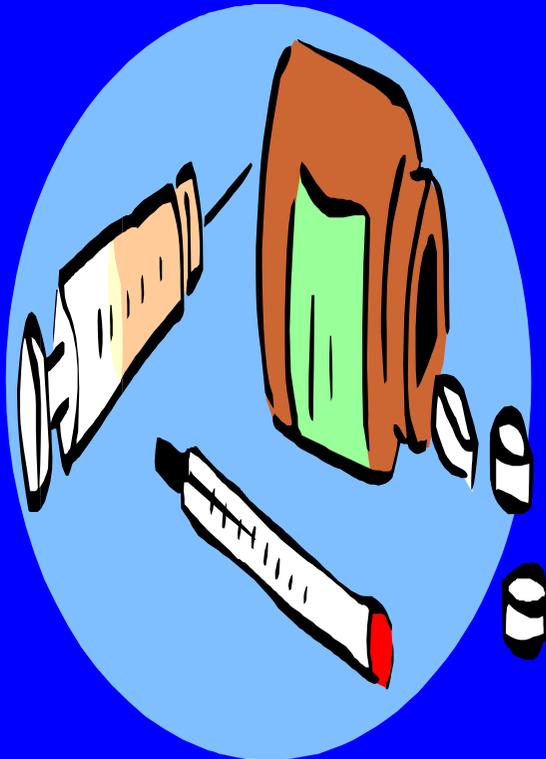
# Diferença entre stress e trauma

- Situação de *stress*: mobilização das energias destinadas ao combate ou à fuga
- *fight or flight*
- Situação de trauma: bloqueio das energias mobilizadas a fim de atingir o congelamento emocional ou uma dissociação interna
- *freeze or fragment*



# A tríade do trauma

(segundo van der Kolk 2000, p. 175)



- muita excitação, estádios intensivos de medo e dor
- esforços para evitar associações com o tema, anestesia emocional
- embotamento de emoções, adormecimento da capacidade de reagir ao meio

# Sintomas de um trauma (1)



- resposta de sobressalto exagerada, hipervigilância
- medo intenso, pânico
- fadiga, esgotamento
- restrição dos sentimentos afectivos (*Numbing*)
- ataques de fúria
- pensamentos obsessivos-compulsivos
- redução da participação em actividades significativas
- afastamento social

# Sintomas de um trauma (2)



- desrealização
- despersonalização
- *flashback*, recordações intrusivas do acontecimento
- alucinações
- somatização
- evitar estímulos que provocam recordações do trauma
- auto-mutilação
- incapacidade de estabelecer relações
- vazio emocional
- mutismo
- transtorno mental, confusão

**A resolução espontânea do trauma  
por divisão/dissociação  
provoca as consequências do trauma.**

Trauma



Psique intacta  
(inteira)  
*Seelische Ganzheit*

Prof. Dr. Franz Ruppert  
KSFH München

# 3 graus da dissociação

- 1º grau:  
recalcar, tornar-se frio e sem emoções,  
fingir-se morto
- 2º grau:  
abandonar o próprio corpo e ser um  
observador deste, de uma posição exterior
- 3º grau:  
considerar o próprio ego por perdido e  
desintegrá-lo

# As partes desintegradas da personalidade surgem através de

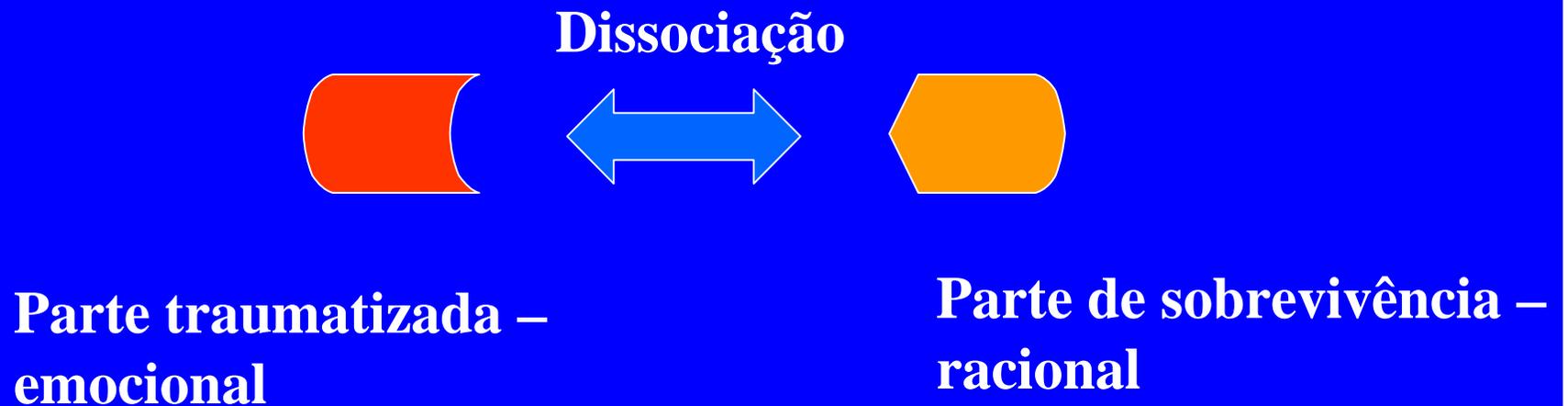


- desintegração e dissociação em situações traumáticas
- adoção de partes da personalidade de outras pessoas com as quais há uma identificação e enredo emocional

# **Sofrer um trauma e superá-lo** **(segundo Fischer/Riedesser, 1999, p. 92 s.)**

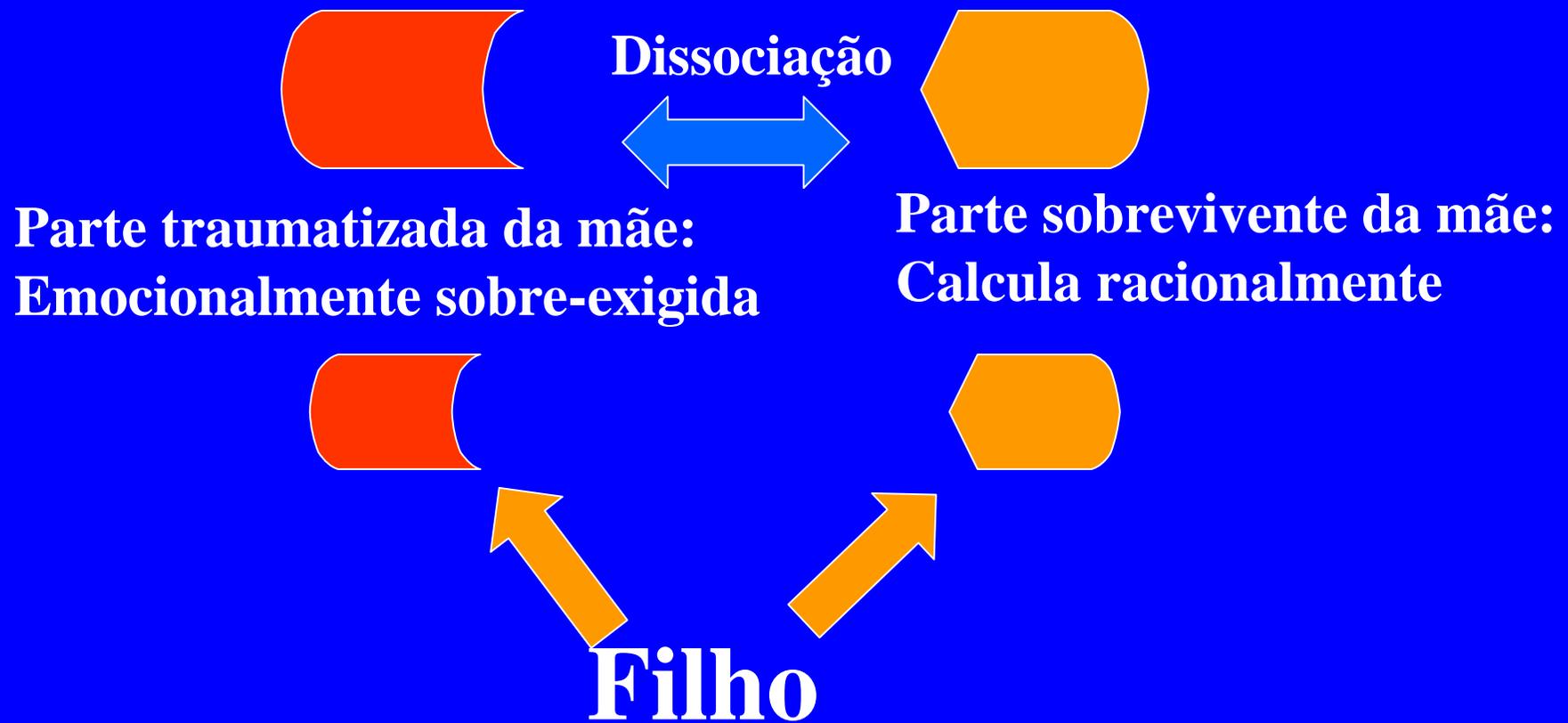
- **fase de exposição ao acontecimento traumático (ansiedade, impotência, pânico)**
- **fase de defesa e negação (choque, recalcamto, p.ex. apoiado pelo uso de drogas ou medicamentos)**
- **fase de intrusão (imagens e pensamentos impõem-se involuntariamente)**
- **fase de revivência (situação traumática e reacção pessoal)**
- **conclusão relativa (lembrar-se dos componentes mais relevantes da situação traumática, sem esforço mental nem pensamentos compulsivos)**

# Divisão psíquica depois de experiência traumática



# Mãe

com dissociação psíquica depois da experiência do trauma



**tem que dissociar também**

Prof. Dr. Franz Ruppert  
KSFH München

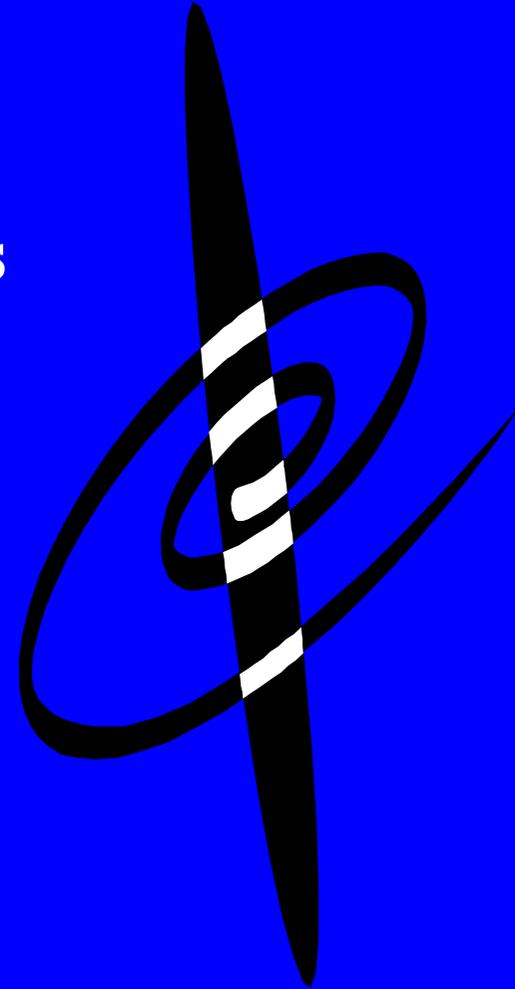
**Memória traumática da 1ª geração**



**Perturbação nos vínculos familiares  
da 2ª geração,  
risco elevado para situações  
traumatizantes**



**Perturbação nos vínculos familiares  
da 3ª geração, risco muito elevado  
para situações traumatizantes**



# Anamnese em doenças psíquicas



- **Descobrir dos traumas vividos pelo próprio cliente na sua história de vida**
- **Descobrir dos traumas não ultrapassados no sistema de origem do cliente**

# Quatro formas da cura

- **„Cura por fora“**: Esperança de curar interiormente pela mudança de outras pessoas ou do mundo envolvente
- **„Luta contra sintomas“**: Esperança de curar pelo afastamento de sintomas somáticos ou psíquicos
- **„Fortalecer os pontos fortes“**: Esperança de curar fortalecendo as partes sãs
- **„Integração da dissociação“**: Encontrar caminhos para superar a dissociação psíquica reconhecendo a sua existência

# Constelações familiares baseadas no conceito da PSP:



- reflectem a estrutura da alma de um paciente,
- procuram, em trabalho de grupo, as origens traumáticas indutoras de sintomas,
- são um método de cura de transtornos psíquicos (mágoa) e de vinculação.

# Princípios do Trabalho com constelações familiares à base da PSP:



- trabalho com desejos/visões/imagens interiores
- liberdade de expressão, verbal e mímica, dos representantes
- exposição visual das dissociações
- suporte através de recursos
- mínima interrupção e só como intervenção intencional

# Como promover a superação de um trauma?

- reconhecer a traumatização
- participação, interesse (social, público)
- ter compreensão por todas as tentativas de superação
- ajuda competente
- compensação justa das lesões (danos)