

Stimmen zum Buch

„Mit großer Spannung lese ich Ihr Buch SEELISCHE SPALTUNG UND INNERE HEILUNG. Zum ersten Mal meine ich zu fühlen, dass ich verstanden werde, was so in mir los ist. Das ist schön und traurig zugleich, weil ich seit ich von meinem Zustand weiß, von Therapeuten zu Therapeuten irre und ich mir nun so vorkomme, dass ich angekommen bin. Wenn ich meine Zustände beschrieben habe, sehe ich im Buch, dass Sie exakt diese Wörter benutzen, die ich immer dazu brauchte.“

E.H.

Ihr aktuelles Buch ist verblüffend nah am Leben dran, auf einmal wird vieles klarer, auf "einfache Wahrheiten" reduziert.

M. S.

„Ihr Buch habe ich mit großem Interesse gelesen; es hat mir einige Einblicke in das Entstehen und in den Zusammenhang seelischer Verstrickungen gegeben und meine Vermutung, selbst ein Trauma erlitten zu haben, bestätigt. Warum auch sonst re-inszeniere ich mir immer wieder Situationen, wo es um den nicht natürlichen Tod einer Person geht?“

V. S.

„Ich das Buch habe bereits zu studieren begonnen und schon jetzt sehe ich, dass es ein interessantes Buch ist, das viele Fragen beantworten kann. Ich bin sehr dankbar, dass sie diese Antworten einem breiten Publikum von Lesern zur Verfügung stellen.“

A. Z.-M.

Seelische Spaltung - innere Heilung

von Prof. Dr. Franz Ruppert

ISBN 978-3-608-89051-8

Der Autor ist Psychologischer Psychotherapeut, Diplom-Psychologe, hat langjährige Erfahrung in Aufstellungsarbeit und erforscht diese auch in eindrucksvollen Studien.

Im vorliegenden Buch beschreibt der Autor sehr klar die Theorie der seelischen Spaltung nach traumatischen Erfahrungen. Es werden sowohl fachliche Theorieansätze, als auch - anhand konkreter Beispiele - eindrucksvoll die Auswirkungen und Erscheinungen der verschiedenen Spaltungsmuster beschrieben. Die Unterscheidung in vier grundlegende Traumatisierungen und ihre Ausprägungen im menschlichen Dasein führen mit den anschaulichen Beispielen zu einem guten Verständnis für die Funktion von seelischen Spaltungen.

Der Abschnitt des Buches, in dem die - aus traumatisierenden Erfahrungen resultierenden - Verstrickungsmuster durch Fallbeispiele dargestellt werden, kann zu einem tieferen Verständnis für unheilvolle Eltern-Kind-Symbiosen und komplizierte Paarbeziehungen führen und einen Anstoß für Veränderungsarbeit bringen.

Im zweiten Teil des Buches beschreibt der Autor die heilende Wirkung von Aufstellungen durch die besondere Art seiner Aufstellungsmethode, die angelehnt ist an das Familienstellen nach Hellinger, aber eine deutliche Weiterentwicklung darstellt. Durch Forschungsergebnisse zum Thema Spiegelneuronen gibt Dr. Ruppert auch Einblick in die Wirkungsweise von Aufstellungen. Das Buch ist eine Pflichtlektüre für Professionisten, die sich mit Aufstellungsarbeit auseinandersetzen. Es bietet aber auch interessierten Laien verständlichen Stoff zum Thema Traumatisierung und was Aufstellungsarbeit in dem Zusammenhang leisten kann.

Gerhard Konir, Msc www.krisen.at,

„Zu jeder Zeile kann ich nur "jaaaa" sagen und ich bin so froh, dass du so klare verständliche Worte findest, komplexe Zusammenhänge so einleuchtend zu erklären. Ich danke dir dafür.“
B.W.

„Ihr neues Buch ist echt super, sehr interessant und verständlich geschrieben.“
E.K.

„Vielen Dank für dieses tolle Buch das Sie jetzt geschrieben haben. Habe es schon mit viel Begeisterung gelesen. Passt sehr gut zu meiner Voice Dialogue Methode. Der Inhalt ist für mich leicht verständlich und gut nachvollziehbar.“
M.S.

„Ich habe Ihr neues Buch mit Begeisterung gelesen und konnte nachträglich eine von mir geleitete Aufstellung besser verstehen, bei der ich mich während der Aufstellung gewundert habe, warum die Mutter der Klientin am Liebsten in die Tochter hineinkriechen möchte. Aber wenn man davon ausgeht, dass sie selbst von der gleichgültig-kalten Mutter traumatisiert ist und u.a. ein symbiotisches Ich entwickelt hat, wird's irgendwie klarer.

Ich selbst hab für mich zum ersten Mal eine vollständige Beschreibung von den Symptomen, die ich bei mir von früher kenne, erhalten.“

M.

„Dein neues Buch ist Klasse.“
U.W.

„Ich bin ziemlich fassungslos darüber, dass ich nach so langer Arbeit und so vielen Aufstellungen, Primärkursen, Releasing immer noch als die „Retterin meiner Eltern“ unterwegs bin. Dein Buch „Seelischen Spaltungen und innere Heilung“ hat mir sehr geholfen, diese Zusammenhänge zu verstehen und nachzuvollziehen, wie es zu Spaltungen kommt.

Ich „glaube“ ich habe jetzt ein stückweit verstanden, warum es so wichtig ist, sich als Leiter von Aufstellungen so weit wie möglich zurückzuhalten und dem Klienten, seiner Aufstellung und seiner Entwicklung den Raum zugeben, den es braucht. Dazu gehört schon ein großes Vertrauen in die eigene Kompetenz und ein Wissen um die eigenen Spaltungen, damit nicht der Überlebens-Anteil des Therapeuten die Aufstellung für den Klienten „macht“ und intervenierend und manipulierend eingreift oder so wie Du es schreibst, sich selbst verstrickt. Du hast das für mich sehr einleuchtend erklärt. Danke dafür.

Es ist eine große Herausforderung mit seiner Wahrnehmung und Aufmerksamkeit ganz nahe beim Klienten zu bleiben und gleichzeitig mit seiner Wahrnehmung und Aufmerksamkeit bei der Aufstellung zu sein. Ferner stellt diese Form der Aufstellung so ziemlich alles auf den Kopf, was ich bisher gelernt und auch, an was ich geglaubt habe. Das „System“ steht in der Regel an erster Stelle und wenn das in „Ordnung“ gebracht wird, löst sich das individuelle Problem wie von selbst. Leider konnte ich das nicht unbedingt

immer beobachten und zweifelte an meiner eigenen Fähigkeit des Aufstellens, da ich immer wieder Kollegen von „Wunderheilungen“ erzählen hörte. Natürlich kannte ich solche Phänomene auch, verschwundene Väter tauchten plötzlich auf, Symptome verschwanden, „Wahrheiten“ kamen ans Licht, die sich im nachhinein bestätigten usw.

Die meisten meiner Teilnehmer habe ich nur ein- oder höchstens zweimal gesehen und danach nie wieder etwas von ihnen gehört. Geblieben sind die Menschen mit einem sehr schweren individuellen Schicksal: früher Tod eines Elternteils, Adoption, sexueller Missbrauch, Gewalt und Mord. Hier zeigte sich ganz deutlich, dass es sich um traumatische Ereignisse handelte, die sich durch viele Generationen zogen. Was ich nie gemacht habe, dass sich Klienten vor den gewalttätigen oder missbrauchenden Eltern verneigen sollten, das erschien mir schon immer absurd. Durch die Aufstellungen haben die Klienten erkennen können, dass ihre Eltern, Großeltern ähnliches erfahren haben und es wurde in gewisser Weise ein Sinnzusammenhang hergestellt. Meine Unterstützung lag dann darin, dass ich sie sagen ließ: Ich ziehe mich jetzt zurück und ich nehme mein Leben von dir/euch, so wie ich es bekommen habe und den Rest mache ich selbst. Das Problem war nur, dass sie nun ganz alleine dastanden, also mussten Ressourcen her, wie das Leben, die Zukunft, die eigene Kraft, der Schutzengel, die Liebe usw. Es war natürlich immer schön anzusehen, wenn sich der Klient den Ressourcen zuwandte und strahlte ... leider nie für sehr lange. Spätestens nach 4 oder 6 Wochen kamen sie in Einzelsitzungen oder ich habe sie über einen gewissen Zeitraum telefonisch begleitet, bis zur nächsten Aufstellung ...

Vorrangig bleibt für mich jetzt erst einmal meine eigenen Spaltungen zuerkennen und abzuwarten, wie sich das auf mich und meine Arbeit auswirkt. Du hast dein Buch so wunderbar geschrieben, dass es auch für „Laien“ sehr gut verständlich ist. Ich habe es schon vielfach weiterempfohlen und es sollte eine „Pflichtlektüre“ (mein Retterin- u. Missionarinnen-Anteil:-)) für Familienaufsteller sein.

Zurzeit fühle ich mich, als ob ich das sichere Land verlassen habe, ins Wasser gestiegen bin, noch nicht wissend ob es mich trägt und ich heil ans andere Ufer gelange. Umkehren kann ich nicht mehr, jetzt muss ich schwimmen was das Zeug hält (oder vielleicht besser, mich tragen lassen? Keine leichte Übung für mich.).“

B.A.

„Mit großer Freude habe ich Dein neues Buch gelesen. Da steckt schon ganz schön viel Arbeit drinnen. Ich habe festgestellt, dass ich bei Punkten die mich nicht "kalt lassen" nicht so in der Tiefe lesen kann, wie es geschrieben steht. Es muss stückweise verarbeitet werden.

Das Buch, finde ich, ist das persönlichste das Du geschrieben hast. - Und damit das (Aller-)beste. Sehr angenehm und lehr- und erkenntnisreich zu lesen.“

P.K.

Franz Ruppert: Seelische Spaltung und innere Heilung
Traumatische Erfahrungen integrieren
Klett-Cotta 2007, 24,50 €

„Franz Ruppert, Psychologe und Professor an der Katholischen Stiftungsfachhochschule München wirft mit diesem Buch einen Blick auf die innere Zerrissenheit von Menschen, auf seelische Spaltungen, die diejenigen erleben müssen, die entweder chronisch oder einmalig von traumatischen Erfahrungen überwältigt werden. Er beschreibt die traumatischen Notfallreaktionen unter traumatischem Stress, die Auf- und Abspaltungen des Menschen nach einer Traumaerfahrung in einen gesunden Anteil, in traumatisierte Anteile und in Überlebens-Ich-Anteile. Die letzteren sind für ihn die Wächter der Spaltung, d. h. sie müssen „alle Aufmerksamkeit und Energie darauf verwenden, dass traumatische Erinnerung und bewusste Erfahrung nicht wieder zusammenkommen“. Diese Organisatoren des Weiterlebens nach Trauma, meint Ruppert, würden in der Terminologie der Psychoanalyse als Widerstand gegen Veränderung, als Abwehrmechanismen oder als charakterliche Deformationen bezeichnet. In einem weiteren Schritt weitet er dieses Modell auch auf extreme Polarisierungen aus, wie sie sich durch wiederholte Traumaerfahrungen zeigen, d. h. der traumatisierte Anteil und der Überlebensanteil spaltet sich noch weiter auf in Richtung multipler Persönlichkeit. Bezugnehmend auf seine früheren Bücher stellt er noch einmal die vier grundsätzliche Arten von Traumata vor, die Besonderheiten des Existenztraumas, das Verlusttrauma, das Bindungstrauma und das Bindungssystemtrauma, jeweils angereichert mit Fallberichten aus der Aufstellungsarbeit aus dem Familienstellen. In dem Kapitel über innere Heilung geht es in erster Stelle darum, die eigene innere Spaltung der voneinander getrennten Seelenanteile bewusst wahrzunehmen und den Wechsel vom traumatisierten Ich ins Überlebens-Ich bewusster nachzuvollziehen. Nach dem eigenen Verstehen der abgespaltenen Anteile und ihre Bedeutung in der Gesamtorganisation des Systems folgt nun der eigentliche Heilungs- und Reintegrationsprozess. Diese Lösungsansätze werden wiederum mit vielen Fallbeispielen für die oben genannten vier

Traumaarten aufgezählt. Im 9. Kapitel des Buches geht es dann um die eigentliche Aufstellungsarbeit, das, was Ruppert als eine Weiterentwicklung der Methode von Bert Hellinger, weg von der Familienaufstellung hin zur Traumaufstellung, wie er es nennt, bezeichnet. Neben praktischen Aspekten des Traumaufstellens und methodischen Aspekten geht er auf die Resonanzphänomene ein, die beim Aufstellen durch die Wahl eines Stellvertreters entstehen und versucht deren empathische Fähigkeiten bei der Einfühlung in den dargestellten Traumaanteil über die neuere Theorie der Spiegelneuronen zu erklären. Als 10. Kapitel schließt sich noch etwas überraschend die Darstellung eines Forschungsprojektes zur Aufstellungsmethode an, die der Autor im Frühjahr 2005 in München initiiert hat.

Soweit zum Inhalt. Die Stärke, aber auch die Schwäche des Buches ist, dass der Autor in einem empathischen Beschreiben der Phänomenologie traumatisierter Patienten verbleibt, so wie er diese bei seiner Aufstellungsarbeit erlebt. Eine Bezugnahme auf die klinischen und diagnostischen Probleme dieses Klientels mit traumaassoziierten Störungen findet nicht statt, ebenso wenig eine Auseinandersetzung mit dem gängigen Dreischritt der Behandlung traumabedingter Störungen nach Judith Herman: Stabilisierung, Traumaexposition und Reintegration. Damit wirkt die vorgestellte Methode des „Traumastellens“ zur gängigen Praxis anerkannter Traumatherapie unbezogen, es fehlt dem Ganzen der größere wissenschaftliche Rahmen, in dem Rupperts Beobachtungen einzuordnen wären. Das größte Problem sehe ich in dem nicht präzisen Umgang mit den theoretischen Begriffen Spaltung, Abspaltung und Dissoziation. Nach dem heutigen Stand der Traumaforschung ist es sinnvoll, die Begriffe zu trennen, da sie unterschiedliche Ebenen psychopathologischer Reaktion beschreiben. Das psychoanalytische Konzept der Spaltung auf das sich der Autor bezieht, besagt, dass es einem Kind in der Wiederannäherungsphase (18. Lebensmonat) nicht gelingt, eine realistische Objektkonstanz in Form

eines sowohl – als auch – von „guten“ und „bösen“ inneren Bildern zu den wichtigsten Bindungspersonen zu entwickeln (siehe Otto Kernberg). Für mich ist Spaltung ein kognitiver Prozess ähnlich der Verleugnung, eine Anpassungsleistung an eine Umgebung, die so widersprüchlich ist, dass man einfach einen Teil komplett ausblenden oder verleugnen muss, um diese Widersprüchlichkeit zu ertragen. Ob dieser sehr frühe Abwehrmechanismus, wie Kernberg behauptet, ein normales Durchgangsstadium darstellt, oder ob er schon Ausdruck einer pathologischen Entwicklung ist, darüber wird in den letzten Jahren von Seiten der Säuglingsforschung heftig gestritten. Dem gegenüber ist die Dissoziation ebenfalls ein Überlebensmechanismus, im Gegensatz zur Spaltung geht es aber darum, in erster Linie unerträgliche Gefühle wie Schmerz, Todesangst, Hass und traumabedingte Hilflosigkeit entlang eines automatisierten, emotional-physiologischen Mechanismus zu bewältigen – eine Art seelischer Totstellreflex. Wenn man so will, ist Spaltung ein vertikaler Mechanismus von bewusst nach unbewusst, hingegen die Dissoziation ein horizontaler Mechanismus im Bereich des Bewusstseins ist. Diese wichtige Entscheidung trifft Ruppert nicht und verwendet Spaltung und Dissoziation synonym, lässt durch seine Literaturzitate aber dem Leser verstehen, dass er die Kernberg'sche Form der Spaltung bevorzugt, obwohl vieles in seinen Fallbeispielen mehr wie pathologische Dissoziation anmutet.

In der Aufspaltung in „traumatisches Ich“ und „Überlebens-Ich“, „gesunder Anteil“ übernimmt Ruppert Konzepte aus der Ego-State-Therapie von Helen und John Watkins und der „Inneren Systemischen Familientherapie“ von Richard Schwartz, wobei mir nicht klar ist, was die wertende Beschreibung „gesunder Anteil“ genau meint. In dem Zusammenhang spricht der Autor auch von „gesunde Liebe“, „gesunde Trauer“, an einer anderen Stelle spricht er über die Seele des Kindes, die zu Beginn des Lebens noch „unschuldig“ sei – alles sehr wertende, sogar

moralische Begriffe, die mir im wissenschaftlichen Kontext problematisch erscheinen.

Erfreulich ist, dass sich Ruppert deutlich von dem guruhaften Gebahren von Hellinger distanziert, indem er schreibt, dieser habe sich dem öffentlichen wie wissenschaftlichen Diskurs entzogen und sich in die Position eines erleuchteten Heilers gerückt. Ist nun das „Traumastellen“ ein innovativer Fortschritt? Wenn der Autor die gleichen Patienten mit traumaassoziierten schweren Persönlichkeitsstörungen meint, wie sie mir aus dem klinischen Alltag bekannt sind, so kann ich mir nicht vorstellen, dass die Praxis des Traumaaufstellens für diese Menschen hilfreich sein könnte. Gerade bei Neigung von Patienten mit borderline-ähnlichen Strukturen, wie wir sie ja bei den komplex traumatisierten Menschen vorfinden, ist die Grenzziehung zwischen innen und außen, zwischen Selbst und Objekt gestört, Störungen, die vermutlich im Gehirn mit den Spiegelneuronen und der Selbstwahrnehmung zusammenhängen. Auch als Psychodramatiker hätte ich Probleme, andere traumatisierte Menschen in abgespaltene traumatisierte Teilaspekte von Patientenrollen tauchen zu lassen, immer mit der Angst, eine massive Regression herbeizuführen, die nicht beherrschbar ist. Es ist geradezu zu erwarten, dass Patienten heilsichtig diejenigen in einer Gruppe in Rollen wählen, die Traumaerfahrungen selbst haben. Nach all dem bleibt für mich ziemlich offen, ob die Methode des Traumastellens wirklich einen Fortschritt in der Behandlung traumatisierter Menschen darstellt oder eher eine neue Gefahr von Retraumatisierung heraufbeschwört. Man kann dem Autor nur wünschen, dass durch das Forschungsprojekt zur Aufstellungsmethode, das der Autor im Frühjahr 2005 initiiert hat, mehr Klarheit in die Frage kommt, ob diese Methode hilfreich für Patienten, insbesondere traumatisierten Patienten ist, oder ob wir damit in eine Sackgasse laufen.“

Dr. med. J. Peichl
Oktober 2007

„Franz Ruppert beschreibt in seinem neuen Buch sehr eindrucksvoll, wie seelische Konflikte unser Leben dominieren. Er zeigt anhand zahlreicher Praxisbeispiele, wie Heilungsprozesse eingeleitet werden können. Er berichtet über Fälle aus seiner therapeutischen Arbeit und beschreibt dabei sehr anschaulich, wie es gelingen kann, den Ursachen für seelische Spaltung auf den Grund zu gehen. Franz Ruppert stellt vor, wie er mit der Methode der Aufstellung arbeitet, um gemeinsam mit Patienten hilfreiche Lösungen zu entwickeln. Er entmystifiziert die Arbeitsweise von Aufstellungsleitern und beschreibt nachvollziehbar, unter welche Bedingungen Aufstellungen hilfreich sein können, um traumatische Ereignisse zu integrieren. Der Leser gewinnt einen Eindruck über relevante Qualitätskriterien und erfährt, wie Patienten Aufstellungen erleben. Das Buch liefert einen verständlichen Überblick über das komplexe Thema der seelischen Spaltung, beschreibt mögliche Erscheinungsformen und liefert verständliche Hintergründe. Bei der Lektüre stellt sich unweigerlich ein liebevolleres Selbstgefühl ein. Ein sehr wertschätzend geschriebenes Buch über seelische Prozesse. Ein absolut lesenswertes Buch!“
Monika Schwartz, München

Franz Ruppert: Seelische Spaltung und innere Heilung

Franz Ruppert: Seelische Spaltung und innere Heilung. Traumatische Erfahrungen integrieren. [Klett-Cotta Verlag](#) (Stuttgart) 2007. 262 Seiten. ISBN 978-3-608-89051-8. 24,50 EUR.

Reihe: Leben lernen - 203.

Autor

Professor Dr. Franz Ruppert lehrt an der Katholischen Stiftungshochschule München Psychologie und ist als Psychologischer Therapeut tätig. Seit über 15 Jahren arbeitet er im Bereich Familien- und Organisationsaufstellungen. Seit 10 Jahren bildet er Aufsteller fort. Spezialisiert ist er auf die psychotherapeutische Arbeit in den Bereichen Depressionen, Ängsten, Borderline, Psychosen und Schizophrenien.

Aufbau und Inhalt

Kapitel 1 (9-13) benennt das **Ziel des Buches**. Die Entstehungswege seelischer Spaltungen sollen nachgezeichnet und heilende Wege beschrieben und erläutert werden.

Kapitel 2 (14-19) beschreibt *Rupperts Verständnis der "Seele"* u.a. auf der Basis moderner neurobiologischer Forschungserkenntnisse. Seele ist keine Materie (Hardware), sondern als Energie (Software) zu verstehen. Ihre Entwicklung beginnt im Akt der Zeugung und Empfängnis. Gene versteht er sowohl als physikalische Informationsträger als auch "verdichtete und in Materie geformte Lebenserfahrung der Menschheit im Allgemeinen"(15) und der konkreten Vorfahren im Besonderen. Damit sind sie sowohl Startkapital als auch Hypothek. Die Seele wächst in der Interaktion, im Austausch, mit anderen Menschen – Liebe, Aufmerksamkeit, Fürsorge und Halt sind konstituierende Variablen. Erhält ein Kind diese nicht freiwillig, sondern muss darum kämpfen oder sich dafür unterwerfen, so prädisponieren diese Versagungen oftmals eine TäterInnenstruktur der Seele, die wegnimmt, einschränkt und/oder missbraucht/gebraucht.

Kapitel 3 (20-26) stellt **"Begriffe und Konzepte von Spaltung"** vor. Er- und geklärt werden Begriffe wie Schizophrenie, Spaltung, Dissoziationen. Die 7 Überlebens-Funktionen der Dissoziation werden vorgestellt. Gravierende traumatische Erlebnisse können extreme Aufspaltungen bewirken – dissoziative Identitätsstörung bzw. multiple Identität -, was aber nicht zu verwechseln ist mit der Multiplizität der menschlichen Psyche

Kapitel 4 (27-44) beschäftigt sich mit den **Zusammenhängen von "Trauma und Spaltung"**. Temporäre und passagere Dissoziationen sind nahezu jedem Menschen in emotional schwierigen Situationen vertraut. Unterschieden wird deshalb zwischen Belastungs-, Stress- und Traumasituationen. Letztere verursachen dauerhafte (Ab-)Spaltungen von Körper-, Geist- und Gefühlanteilen. In einer Traumaerfahrung wird alles dem Überleben nachgeordnet. Zunächst reagiert der Körper mit einer Stressreaktion, um Hochleistung zu erbringen. Misslingt das, folgt ein Erstarrungs- bzw. Schockzustand – Totstellreflex -, was eine extreme Spannung bis zum Zerreißen erzeugt. Diese Erfahrung wird für zukünftige Situationen gespeichert – jedoch in zwei Teilen, einem gesunden und einem traumabedingten "Überlebens"-Teil. Letzteren muss das Individuum entweder unter hohem Energieaufwand ständig erden, im Zaum halten oder ihn mit Unterstützung irgendwann annullieren. Für die Resilienz – die Widerstandsfähigkeit vs. Schicksalsschlägen – bedarf es eines Kohärenzgefühls, das ermöglicht, diese Erfahrungen als verstehbar,

handhabbar und sinnvoll zu sehen. Für dieses –so die Bindungsforschung (*Bowlby*)- ist eine sichere Mutterbindung in den ersten drei Lebensjahren konstitutiv. Das Trauma-Ich ist ein seelischer Container für die schlimmen emotionalen, körperlichen und kognitiven Erfahrungen während der traumatisierenden Situation. Da es abgeschottet wird, altert es nicht, weil es keine neuen verändernden Erfahrungen macht. Sensitive Reize, Trigger, die der traumaauslösenden Situation ähneln, aktivieren nicht nur das Trauma-Ich, sondern entfachen auch das Überlebens-Ich (Retraumatisierung) und der Mensch denkt, fühlt, spürt und handelt wie in der Ursprungssituation. Überlebens-Ich und Trauma-Ich befinden sich in einer unauflösbaren Abhängigkeit. Das Überlebens-Ich bewacht die Spaltung und verdrängt das Trauma-Ich aus dem Bewusstsein. Strategisch nutzt es dazu die Vermeidung, die Kontrolle des Verhaltens anderer, das Wegdrücken eigener Gefühle, die Kompensation ("als Künstler der Künstlichkeit" (39)), Illusionen, idealisierte, falsche Wirklichkeitsvorstellungen und weitere (Ab)Spaltungen. Denn für das Überlebens-Ich ist die Spaltung die Lösung. Diese Strategien bilden das traumakompensatorische Schema. Jede weitere traumatisierende Situation erzeugt einen neuen Trauma- und Überlebens-Ich-Anteil. Je mehr es davon gibt, umso schwieriger wird es für den gesunden Ich-Anteil, die Fassade aufrecht zu erhalten. Im Extremfall werden die einzelnen Aufspaltungen zu eigenständigen Persönlichkeiten, die miteinander um die Vorherrschaft im Bewusstsein und Handeln ringen. Trauma- und Überlebens-Ich sind jeweils Gegenpole, d.h. Gegenkräfte zur Ohnmachtserfahrung. Da alle Anteile des Trauma- und Überlebens-Ich und der gesunde Ich-Anteil voneinander abhängig sind, wird viel Energie verbraucht, ihre Aktivitäten wechselseitig zu balancieren. "Körper, Seele und Geist sind verschiedene Erscheinungsformen einer lebendigen Einheit." (45). Das Gehirn muss einerseits seine unterschiedlichen Schichten –Stammhirn, limbisches System und Neokortex – koordinieren und andererseits sowohl die inneren Körperzustände und die äußere Welt –sensual –wahrnehmen, sinnvoll aufeinander beziehen und sie zugleich mit den subjektiven Bewertungen (unseren Empfindungen/Gefühlen) und diese wiederum mit den Gedanken koordinieren. Denn dieser multifaktorielle und komplexe Abgleichungs- und Koordinationsprozess leitet unser Handeln und Verhalten. Die moderne Hirnforschung belegt mehr und mehr, dass das "Unbewusste" das "Bewusstsein" stärker regiert als umgekehrt. Denken –die Suche nach Lösungen etc. - hindert nur, dass wir unmittelbar sofort reagieren müssen. Traumatisierende

Erfahrungen wirken auf bestimmte neurobiologische Prozesse betäubend. Sie blockieren die Weiterleitung der Erfahrung oder hemmen die Reizweiterleitung. D.h. traumabedingte Dissoziation ist ein Stoffwechselvorgang im Gehirn, aufrecht erhalten durch die seelischen Mechanismen.

Kapitel 5 (55-114) setzt sich mit den **"Formen der Spaltung"** auseinander. Vier Traumataarten –Existenz-, Verlust-, Bindungs- und Bindungssystemtraumata – werden an Beispielen exemplifiziert dargestellt. Verdeutlicht wird, wie die innerpsychischen (Ab)-Spaltungen entstehen, fortschreiten und wie sie von Außen, anderen Menschen, wahrgenommen, beobachtet, gedeutet und bewertet werden. Bindungstraumasituationen sind für Kinder z.B. Vernachlässigung, Überforderung, sexualisierte Gewalt und physisch-psychische Übergriffe.

Für die Bindungstraumata entstehen, wenn eine Mutter –meist aufgrund eines selbst erlebten Traumas –unfähig ist, eine emotional verlässliche Bindung zu ihrem Kind aufzubauen. Aufgrund des eigenen Traumas reagiert ihr Überlebens-Ich abwehrend, da das Kind ein Objekt steter Bedrohung ist. Die Spiegelneuronen, die neuronale Grundlage erlebter Empathie, sind unter Stress nur eingeschränkt funktionsfähig. Die Spiegelung des Kindes in der Mutter ist fragmentiert. Das Kind spürt diese innere emotionale Distanz trotz augenscheinlich anderem Verhalten/Handeln. Infolgedessen entwickelt das Kind kein sicheres Gefühl gegenüber der Mutter, d.h. es "kann die wesentlichen Bindungsgefühle –Angst, Wut, Trauer, Liebe, Schuld und Scham – nicht in einem gesunden Maße entwickeln und zu einer seelischen Einheit in sich zusammenwachsen lassen. Aufgrund ihrer hohen emotionalen Bedürftigkeit sind diese Menschen noch als Erwachsene höchst verführbar durch ihrerseits traumatisierte Erwachsene, die durch sexualisierte und/oder körperliche Gewalt übergriffig werden. Die Folgen der Fortschreibung dieser Spirale von Macht, Ohnmacht und Gewalt werden skizziert: Täter-Opfer-Spaltungen, ehrgeizige, nie befriedigbare Überlebens-Ich-Anteilen, destruktive Strategien und Verhaltensweisen im Jugendalter.

Ein Bindungssystemtrauma liegt vor, wenn ein System menschlicher Bindungen – Familien, soziale Gruppen, Gesellschaften –unter dem Einfluss von Traumata stehen. Menschen mit Bindungstraumata und den daraus resultierenden Spaltungen leben in diesen Systemen so zusammen, dass nur noch ihre Überlebens-Ichs miteinander agieren. In solchen Systemen ereignen sich Dinge wie Inzest,

Vernachlässigung, Mord, Folter u. äm. von Kindern, Familien- und/oder Gruppenmitgliedern. "Das Gewissen von Täterinnen funktioniert nicht mehr, weil alle Gefühle, die dafür notwendig wären, abgespalten sind." (108) Dem Überlebens-Ich fehlt damit die Basis, um Erlaubtes und Nicht-Erlaubtes realitätsbezogen einzuschätzen, dominierende Gefühle sind Angst, Hass, Gefühlskräfte, Schuld- und Schamgefühle.

Kapitel 6 (115-143) beschäftigt sich mit **"Spaltungen und Verstrickungen"**. Da Bindung und Trauma psychisch eng zusammenhängen, wirkt sich jede Spaltung auf die zwischenmenschlichen Beziehungen aus. "Verstrickungen sind Beziehungsmuster, in denen sich zwei oder mehr Menschen mit ihrem Überlebens-Ich emotional aufeinander beziehen, sich unbewusst gegenseitig ihre Traumatisierungen spiegeln und sich trotz dauernder Beziehungskonflikte, die ihnen Leid und Nachteile zufügen, nicht voneinander lösen können." (115) In unheilvollen symbiotischen Mutter-Kind-Verstrickungen wird das Kind zum Objekt der Bedürfnisbefriedigung des symbiotisch unbefriedigten Anteils der Mutter, d.h. das Kind wird nicht um seiner selbst willen geliebt. Das Kind bemüht sich die Bedürfnisse der Mutter zu stillen, um doch noch als Subjekt geliebt zu werden, was aber nie gelingen kann/wird. Eine gravierende Folge einer solchen symbiotischen Bindungsbeziehung ist, dass es zeitlebens schwerfällt, zwischen Ich und Du zu unterscheiden. Anhand von Fallvignetten skizziert und beschreibt der Autor anschließend die verschiedenen Folgen solcher Verstrickungen für die betroffenen Kinder im Jugend- und/oder Erwachsenenalter: HeldIn oder schwarze Schafe; Übertragungsbeziehungen, verstrickte Paarbeziehungen, Verstrickungen in der Psychotherapie und Sozialarbeit, wahnhafte Verstrickungen.

Kapitel 7 (144-152) beschreibt das **"Leben im Überlebensmodus"**. Eine Variante ist der Aktionismus mit Fokussierung auf die Gegenwart und voller Illusionen über eine glückliche Zukunft. Nur eine Krise, die dazu führt, dass der/die Betroffene sich traut, sich der eigenen Seele und ihrer Verletzung zuzuwenden und sie anzunehmen, könnte eine Ablösung bewirken.

Weitere Varianten sind die Symptomunterdrückung durch Drogenkonsum und schwere Somatisierungen, das Überlebens-Ich will nur eins Symptommfreiheit, sei es

durch Medikamente und/oder Operationen. Diese führen aber zumeist nicht zu dauerhaften Heilerfolgen, sondern eher zu Chronifizierungen.

Kapitel 8 (153-182) beschäftigt sich mit der **"Inneren Heilung"**. Im therapeutisch begleiteten Prozess geschieht dies Schritt für Schritt. Zunächst muss die seelische Spaltung bewusstseinsfähig werden, um zu identifizieren, in welchen Alltagssituationen, sich welcher Ich-Anteil in den Vordergrund drängt. In Aufstellungen wird für jeden dieser Anteile ein Stellvertreter eingesetzt. Diese artikulieren ihre Wahrnehmungen, Gefühle und Gedanken. Dadurch werden diese Anteile für den Protagonisten erfahrbar und erkennbar. Sein gesunder Ich-Anteil kann so verstehen lernen, wie die Gesamtorganisation der Persönlichkeit und das Neben- und Gegeneinander der verschiedenen Anteile entstanden sind und in weiteren Schritten, das Geschehene zu rekonstruieren.

Bei Bindungssystemtraumata gelingt es selten, die gesamte Wahrheit –die verschiedenen Traumata der Systembeteiligten –aufzudecken. Möglich ist jedoch, ein Gefühl größerer innerer Stimmigkeit zu gewinnen. Für die innere Heilung konstitutiv ist, die Überlebens-Ich-Anteile für die Therapie zu gewinnen, was diesen schwer fällt, da sie befürchten, ihrer Aufgaben und Funktionen beraubt zu werden. Die gesunden Ich-Anteile benötigen den Kontakt mit den traumatisierten Anteilen zum einen wegen der von ihnen blockierten Energien und zum anderen wegen der durch sie gebundenen Emotionen. Ressourcenaufstellungen haben sich als nicht hilfreich erwiesen, da die Überlebens-Ich-Anteile sie oftmals für sich energetisch nutzen und sich so stärken. Das ist kontraindiziert; denn nur, wenn die traumatisierten Ich-Anteile bewusstseinsfähig (gemacht) werden und sich mit den gesunden Ich-Anteilen verbinden, können sich die Überlebens-Ich-Anteile beruhigen. Weil die vier Traumataarten unterschiedlich sind, sind es auch die zugehörigen Lösungsansätze. Diese werden in ihrer jeweiligen Grundthematik und Procedere vorgestellt.

Beim Bindungs- und Bindungssystemtrauma müssen sich die PatientInnen aus ihrer kindlichen Abhängigkeit lösen, was aber nur graduell geht, weil das (ungestillte und unstillbare) Bedürfnis nach Zugehörigkeit bestehen bleibt. Deshalb gilt es, ihn/sie mit all seinen inneren Anteilen in Kontakt zu bringen und deren Bedürfnisse zu respektieren –sowohl das Nichtorganisiertsein durch die Mutter als auch die Mutter mit ihren Spaltungen zu akzeptieren. "Nur über das Zulassen der unterdrückten

Gefühle von Angst, Wut, Scham und Schmerz finden abgespaltene Anteile den Anschluss an die Gegenwart des Erlebens und den Kontakt zu den gesunden Seelenanteilen."(179)

Gelingt der Prozess der inneren Heilung, so findet eine Um-/ Neuorientierung, die für das Umfeld oft überraschend und unverst ändlich ist, im Privaten und Beruflichen statt und damit der Übergang vom Überleben zum Leben.

Kapitel 9 (183-203) widmet sich der "**therapeutischen Arbeit mit Aufstellungen**". In seiner langjährigen, reflektierten Praxis als Aufsteller erkannte der Autor, dass die traditionelle Familienaufstellung bei Traumatisierten eher retraumatisierend wirkt denn heilend sind. Deshalb macht er heute mit dieser PatientInnengruppe Traumaufstellungen. Die neurobiologischen Erkenntnisse über Spiegelneuronen eröffnen ein vertieftes Verstehen der Spiegel-Resonanz-Phänomene in Aufstellungen. Der Autor bezeichnet deshalb seine Aufstellungsarbeit als "eine durch menschliche Stellvertreter vermittelte **Spiegelungs-Resonanz-Methode**"(202), deren konstitutiven Elemente, methodischen Aspekte und Praxis er beschreibt und erläutert.

Kapitel 10 (204-255) beschreibt das vom Autor 2005 initiierte **Forschungsprojekt zu seiner Aufstellungsarbeit**, das drei Fragen nachgeht –der Spezifität der Wirkung von Aufstellungen, der Verlässlichkeit der Widerspiegelung durch Stellvertreter, die "Wirklichkeit" des zum Ausdruck Kommenden und der Umgang der PatientInnen mit diesen Informationen. Fragebogengeleiteten Interviews sind die Erhebungsmethode. Abschließend werden die Ergebnisse, die positiv sind, sowohl vorgestellt und diskutiert als auch ihre Begrenztheit für diese Art der Aufstellungsarbeit hervorgehoben.

Zielgruppen

Der Autor wendet sich an FachkollegInnen, aber auch an interessierte Laien

Fazit

Das Buch ist gut strukturiert, fachlich korrekt und zugleich verstehbar (auch für Laien) geschrieben. Erläuternde Exkurse und Fallvignetten illustrieren die Thematik. *Rupert* stellt die von ihm entwickelte Traumaufstellung als Methode zur Aufdeckung von

seelischen Verstrickungen/Spaltungen und deren "inneren Heilung" dar. Er eröffnet den Lesenden einen gut lesbaren Zugang zum Verstehen seelischer Verstrickungen und Traumen. Das Buch ist fundiert und zeichnet sich sowohl durch seine empathischen, achtsamen und zugleich theoretisch fundierten Darstellungen als auch durch seine hohe ethische und fachliche Verantwortung aus.

Das Buch ist allen zu empfehlen, die interessiert sind an gelingender Kindheit und gelingendem Leben, besonders aber für Eltern, Erziehende, SozialarbeiterInnen und TherapeutInnen.

Rezensentin

Dr. Michaela Schumacher

Homepage www.dr-michaela-schumacher.de

E-Mail [Mailformular](#)

[Buch kaufen](#)

Sie fördern den Rezensionsdienst, wenn Sie dieses Buch –in Deutschland **versandkostenfrei** – über den socialnet Buchversand [bestellen](#).

Zitiervorschlag

Michaela Schumacher. Rezension vom 14.11.2008 zu: Franz Ruppert: Seelische Spaltung und innere Heilung. Klett-Cotta Verlag (Stuttgart) 2007. 262 Seiten. ISBN 978-3-608-89051-8. In: socialnet Rezensionen unter <http://www.socialnet.de/rezensionen/5687.php>, Datum des Zugriffs 25.12.2008.

In de zomer van 2007 verscheen in Duitsland het nieuwe boek van Prof. Dr. Franz Ruppert: "Seelische Spaltung und innere Heilung - Traumatische Erfahrungen integrieren"

Ruppert gaat hier verder in op de oorzaak van psychische problemen, die hij nader verklaart vanuit traumatische ervaringen van de cliënt zelf of van anderen die behoren tot zijn familiesysteem. Ruppert kijkt daarbij ook naar vorige generaties binnen het familiesysteem. We kunnen dus spreken van Multigenerationele Systemische Psychotraumatologie.

In deze visie wordt beschreven, hoe een traumatische ervaring bij mensen kan leiden tot een splitsing binnen de psychische structuur. Een splitsing op zielsniveau die ervoor zorgt dat de persoon in staat is om te overleven. Tegelijk is er dan sprake van een beperking en een begrenzing in het verdere leven van de mens. Dat deel van de mens wat pijnlijk getroffen is door het trauma, blijft als het ware achter en verdwijnt naar een onbewust niveau om de pijn niet langer te voelen. Het "overlevingsdeel" gaat door en is daarmee letterlijk aan het overleven, door de gevoelens die er eerder waren, achter zich te laten, dat wil zeggen mee te nemen op een onbewuste laag die vergeten wordt. Door latere omstandigheden en gebeurtenissen die herinneren aan of lijken op het eerdere trauma, kan een mens terecht komen in depressie, schizofrenie, psychosen en andere psychiatrische klachten.

Ruppert geeft in zijn boek talrijke voorbeelden van situaties die te herleiden zijn tot deze processen.

Zijn therapie is erop gericht de traumatische ervaringen in het bewustzijn te brengen en aan te kijken, waarbij retraumatisering uitdrukkelijk niet de bedoeling is.

Door gebruik te maken van familieopstellingen komen de diepere lagen uit het bewustzijn van de cliënt aan het licht, kunnen aangekeken worden en er kan gezocht worden naar goede oplossingen om weer te kunnen voelen, ervaren en beleven, kortom: door weer een mens te worden die leeft in plaats van overleeft, en daarmee de eerdere begrenzing van zijn bestaan op kan heffen.

Het boek is verschenen bij Klett-Cotta in Duitsland, in de serie "Leben Lernen".

Mineke Minderhoud