

FRÜHES TRAUMA



EARLY TRAUMA

Zeugung, Schwangerschaft,
Geburt und erste Lebensjahre als
traumatisierende Erfahrungen

Konsequenzen für die
Psychotraumatherapie

31.10.2014

Maastricht, 2.11.2014

© Prof. Dr. Franz Ruppert

conception, pregnancy, birth
and first years of life as
traumatizing experiences

Consequences for
Psychotraumatherapy

1

GLIEDERUNG

- Kinderwunsch
- Zeugung
- Abtreibungen
- Schwangerschaft, die Zeit im Mutterleib
- Der Geburtsprozess
- Bindungsprozesse nach der Geburt
- Weitere Formen von frühen Traumata
- Frühes Trauma und das Trauma der Mutter
- „Frühes Trauma“ und „Trauma der Liebe“
- Psychotraumatherapie
- Prävention bei frühen Traumata

31.10.2014

AGENDA

- Desire to have children
- Conception
- Abortions
- Pregnancy, time in the womb
- Birth process
- Bonding processes after birth
- Further types of early trauma
- Early trauma and maternal trauma
- „Early Trauma“ and „Trauma of Love“
- Psychotrauma therapy
- Prevention of early trauma

© Prof. Dr. Franz Ruppert

2

Franz Ruppert

Frühes Trauma

Schwangerschaft, Geburt
und erste Lebensjahre



Leben
LERNEN
Klett-Cotta

www.franz-ruppert.de

<http://www.gesunde-autonomie.de/index.php/de/aktuelle-informationen>

Wichtigste Psychotraumen

Traumatisierung durch Gewalt

Traumatisation by Violence

Frühes Trauma

Early Trauma

Traumatisierung der Liebe

Traumatisation of Love

Traumatisierung der Sexualität

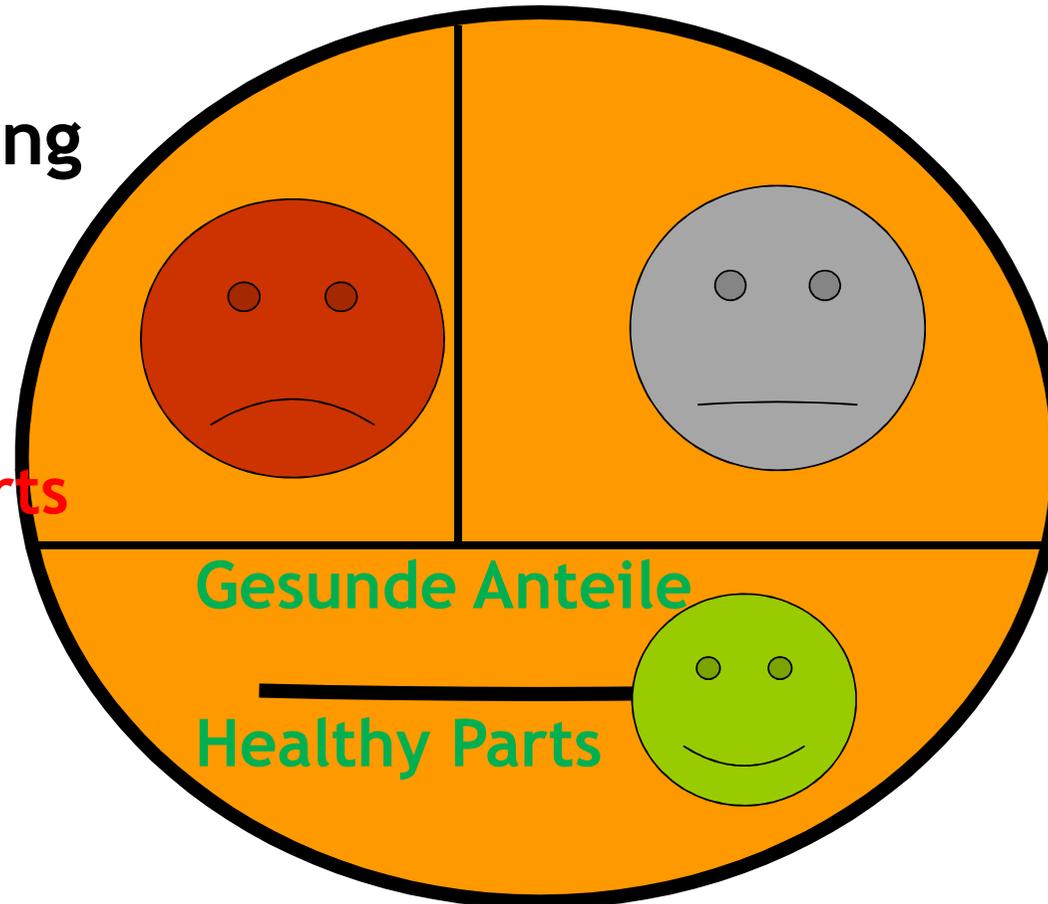
Traumatisation of Sexuality

Most important Psychotraumas

Spaltungen der psychischen Struktur nach einer Traumaerfahrung

Traumatisierte Anteile

Traumatized Parts



Splits in the psychic structure after a traumatising experience

Trauma-Überlebensanteile

Surviving Parts

Kinderwunsch

- Eigene Kinder - ein instinktives und natürliches Bedürfnis von Frauen und Männern
- Keine eigenen Kinder - unter traumatisierenden Umständen ebenfalls ein gesundes Motiv
- Der Kinderwunsch ist oft ambivalent
- Es kann ein sozialer, politischer oder religiöser Druck und ein Gefühl der Verpflichtung bestehen, eigene Kinder zu haben (z.B. vor allem ein männliches Kind)
- Der Kinderwunsch kann eine Trauma-Überlebensstrategie sein (zur Ablenkung, zur Kompensation, Kind als illusionärer Mutter-Ersatz ...)

Wanting Children

- Desire to have children - an instinctive and natural wish of women and men
- No own children - under traumatising circumstances also a healthy decision
- The wish for a child is very often ambivalent
- There can be social, political and religious pressure and a feeling of obligation to have children (e.g. a male child)
- The wish to have a child can be a trauma-surviving-strategy (distraction, compensation, child as illusionary mother substitute...)

Der Akt der Zeugung

- sexuelle Triebhaftigkeit und Lust
- Akt der Liebe
- Vergewaltigung
- Inzest
- Vater bekannt?
- Künstliche Befruchtung (IVF, ICSI, Ei-, Samenspende, Leihmutter ...) – Prozesse der Traumatisierung?



- Sexual instinct and desire
- Act of Love
- Rape
- Incest
- Unknown father?
- Artificial insemination
- (IVF, ICSI, egg and sperm donation, surrogate mother ...) – acts of traumatisation?

The Act of Conception

Abtreibungen

WHO: 25% aller Schwangerschaften werden abgebrochen (ca. 46 Mill. pro Jahr)

Selbstinduzierte Abbrüche (mit Gift, Stricknadeln, heißen Bädern, Stürzen ...)

Illegale und legal vorgenommene Abbrüche (von Müttern, Großmüttern, „Engelmacherinnen“, Ärzten)

Eine Abtreibung bewirkt ein Psychotrauma bei der Mutter

Eine Abtreibung zu überleben, bedeutet eines der schwersten Psychotraumata für ein Kind

Abortions

- WHO: 25% of all pregnancies are terminated (appr. 46 millions per year)
- Self-induced abortions (with poisons, needles, hot baths, accidents...)
- Illegal and legal abortions done by mothers, grandmothers, abortionists, medical doctors
- Abortion causes psychotrauma for the mother
- To survive an abortion is one of the severest forms of psychotrauma for a child

Zeit der Schwangerschaft

- Dauert zwischen 37 und 42 Wochen
- Kind hat seine Ruhe, wenn die Schwangerschaft nicht sofort bemerkt wird
- Alles, was die Schwangere stresst (z.B. Alkohol, Nikotin, Kaffee, Lärm, Gewalt), bedroht auch das ungeborene Kind
- Lasting between 37 and 42 weeks
- Child can develop peacefully, as long as pregnancy is not immediately detected
- What stresses the pregnant mother (e.g. alcohol, nicotine, coffee, noise, violence), threatens the unborn child

Time of Pregnancy



Entwicklung innerhalb des Mutterleibes

- Das Kind sucht und findet seinen Platz in der Gebärmutter
- Es schafft sich seine eigene Umwelt (Fruchtblase), seine Verbindung zur Mutter (Nabelschnur) und seine Versorgungsbasis (Plazenta)
- Zuerst legt es sein Verdauungssystem an
- Nach 4 Wochen ist sein Herz entwickelt
- Nach 5 Wochen sind seine Arme und Beine angelegt
- Nach 6 Wochen können seine Gehirnaktivitäten gemessen werden
- Nach 10 Wochen sind alle seine Grundstrukturen vorhanden
- After 10 weeks all basic structures are existent
- After 6 weeks brain activity can be measured
- After 5 weeks arms and legs are already created
- After 4 weeks heart is developed
- First the digestive system is created
- Creation of own living space (amniotic sac), bonding with the mother (umbilical cord) and life support system (placenta)
- Child finds its place in the womb

Development within the womb

Psychische Entwicklung innerhalb des Mutterleibes

- 2. Monat: Gleichgewichtssinn ist vorhanden
- Nach zwei Monaten: Kind reagiert auf die Berührung seines Gesichts mit einem Haar
- 3. Monat: Kind saugt an seinem Daumen
- Seine mimischen Reaktionen können gefilmt werden
- 7. Monat: sein Großhirn arbeitet
- Das ungeborene Kind kann empfinden, fühlen, hören, tasten, sein Sehsinn ist vorbereitet, es denkt und lernt
- Ein ungeborenes Kind kann psychisch traumatisiert werden und muss sich daher gegebenenfalls spalten

- An unborn child can suffer from psychotrauma and therefore has to split in order to survive
- The unborn child can sense, feel, hear, taste, visual sense is present, associates, thinks and learns
- 7th month: neocortex functions
- Mimic reactions can be filmed
- 3rd month: Child sucks its thumb
- After 2 month: Child reacts when its face is touched by a hair
- 2nd month: sense of balance is existent

Psychic Development within the Womb



Zwillinge

- In vielen Fällen werden zwei Eizellen befruchtet und nisten sich ein, meist stirbt ein Kind früh
- Wenn sich zwei Kinder entwickeln, kann ein Bindungsprozess zwischen ihnen bereits vor der Geburt beginnen
- Falls ein Kind in einer späten Schwangerschaftswoche stirbt, kann das ein Verlusttrauma für das weiterlebende Kind bedeuten
- Der „verlorene Zwilling“ kann jedoch auch eine Ablenkung von einem anderen Trauma und z.B. eine Liebesillusion sein



- In many cases two eggs are fertilized and implanted, but one child dies early
- If two children develop simultaneously a bonding process may start before birth
- If a twin dies before pregnancy this may be a trauma of loss for the surviving child
- The „lost twin“ may however be a distraction from another trauma e.g. being a love illusion

Twins

Frühgeburt als Trauma

- Definition: vor der 37. Woche und weniger als 2.500 gr Geburtsgewicht
- Kann eine Folge assistierter Reproduktion oder mütterlicher Traumata sein
- Mittlerweile können Frühgeborene schon mit 24 Wochen überleben
- Hohes Risiko für bleibende körperliche und psychische Schäden
- Zeit im Inkubator traumatisiert wegen der Einsam- und Kontaktlosigkeit, der Angst und dem Schmerz
- Kangaroo Methode verbessert die Situation für Kinder und Eltern



- Definition: before 37th week and less than 2.500 gr birth weight
- Can be the result of assisted reproduction or trauma of the mother
- Chance of survival after 24 weeks of pregnancy
- High risk for permanent physical and psychological damages
- Time in the incubator is traumatizing because of loneliness, panic and pain
- „Kangaroo care“ can improve the situation for parents and children

Premature Birth as Trauma

Der Geburtsprozess

- Das Kind gibt das Signal und löst die Wehen aus
- Bei vaginaler Geburt Freisetzung von Hochdosen an Stress-, Bindungs-, Belohnungshormonen (Adrenalin, Oxytocin, Dopamin) für Mutter und Kind
- Das Gebären seitens der Mutter ist ein muskulärer Reflex
- Das Kind passiert den Geburtskanal durch eine Schraubendrehung, indem es sich mit den Füßen von der Gebärmutter abstößt

- The child gives signals to initiate labor
- Natural vaginal deliveries: high amounts of stress-, rewarding and bonding hormones (adrenalin, oxytocin, dopamin) are produced by the mother and the child
- Birth is given by a muscular reflex
- The child passes through the birth canal by rotating and pressing its feet against the placenta

The Process of Birth



Geburtskomplikationen

- Quer- und Steißlage
- Zu frühes Platzen der Fruchtblase
- Kind bleibt im Geburtskanal stecken
- Nabelschnur ist um den Hals gewickelt
- Vakuum- und Zangengeburt
- Kaiserschnittgeburt
- Geburtskomplikationen sind in vielen Fällen Folgestörungen von Traumata vor und während der Geburt



Breech or transverse position

Bursting of the amniotic sac

- Child gets stuck in the birth canal
- Umbilical cord is wrapped around the neck
- Vacuum- and forceps deliveries
- Caesarean sections
- Birth complications are very often the consequence of trauma before and during birth

Birth Complications

Risiken bei Klinikgeburten

- Stress (Zeitdruck, fehlende Intimität) im Kreißaal verhindert Oxytocinausschüttung für eine schnelle Geburt
- Einsatz von Wehenmitteln bringt natürliche Abläufe durcheinander
- Mutter und Kind kommen dadurch schneller in eine Notlage
- Kindliche Notlage führt schneller zu Kaiserschnittgeburten auch gegen den Willen der Mutter

- Stress (time pressure, lack of intimacy) in the delivery room prevents releasing of enough oxytocin for rapid labor and delivery
- Use of oxytocic disturbs natural processes
- Mother and child come rapidly into a state of distress
- This creates an urgency for caesarean sections also against the will of the mother

Risks for birth in a clinic

Argumente für eine Schnittgeburt

- Das Leben des Kindes muss gerettet werden
- Der Mutter werden Schmerzen während der Geburt erspart
- Damm zerreißt nicht
- Später keine Probleme beim Geschlechtsverkehr
- Kliniken können Geburten planen
- Schnittgeburten sind finanziell einträglicher für die Geburtskliniken
- Life of the child has to be rescued
- Mother doesn't feel pain during the birth process
- No tearing of the perineum
- Later no problems with sexual intercourse
- Clinics can plan childbirth
- Caesareans are more profitable

Arguments in favor of caesarean sections



Argumente gegen den Kaiserschnitt

- Ist nur in 2-5% notwendig, wird in 32 - 80% gemacht
- Erlebnis der Geburt wird für Mutter und Kind zu einer Operation
- Keine Freisetzung von Stress-, Bindungs- und Glückshormonen bei Mutter und Kind
- Mutter und Kind haben kein gemeinsames Erfolgserlebnis
- Wundheilungsrisiken, lange Zeit Schmerzen nach dem Gebären
- Komplikationen bei weiteren Geburten
- Schnittgeburten verursachen Traumata für Mütter und Kinder
- Is only necessary in 2-5% but is done in 32-80% cases
- Birth becomes a surgery for mother and child
- No release of stress, rewarding and bonding hormones
- Mother and child do not have a common experience of success
- Risks of infections and wound healing, long lasting pain after birth
- Complications for further birth processes
- Mother and child are traumatised

Arguments against caesarean sections



Fehl- und Totgeburten

- Folgen von Traumata in der Umwelt der Schwangeren
- Folgen eigener Traumata der Schwangeren
- Trauma für die Schwangere
- Ursache für weitere früher Traumata und Traumata der Liebe
- Consequences of trauma in the environment of the pregnant woman
- Consequences of own trauma of the pregnant woman
- Trauma for the pregnant woman
- Causes for further early trauma and „Trauma of Love“

Miscarriages and Stillbirth

Weitere Traumata nach der Geburt

- Mutter stirbt früh
- Weggabe des Kindes (z.B. frühe Adoption)
- Vernachlässigung des Kindes (z.B. zu wenig Nahrung, kein Schutz vor Hitze und Kälte, keine Hygienemaßnahmen)
- Medizinische Operationen
- in Kliniken völlig alleine gelassen werden
- Gewalt gegen das Kind (z.B. Schläge, Beschneidung der Genitalien, sexuelle Gewalt)



- Mother dies early
- Separating the child from his mother (e.g. giving away the child to grandparents or adoptive parents)
- Neglecting the child (e.g. lack of food, no protection against heat or cold, low hygiene measures)
- Medical Operations
- Being left alone in clinics
- Violence against the child (e.g. beating, circumcision of genitals, sexual abuse)

Further Trauma after birth

Trauma und frühe Fremdbetreuung

- Frühe und langdauernde Fremdbetreuung (Kinderkrippe, Tagesmutter, Großeltern) für Kinder unter 12 Monaten erzeugt bei ihnen Dauerstress
- Schwere Bindungsstörungen entstehen, wenn die Mutter nicht bindungsfähig ist
- Schlechte Qualität der Fremdbetreuung verstärkt das Problem
- Early third-party childcare under 12 months induces permanent stress in children
- Serious bonding disorders develop if the mother is not able to offer emotional bonding
- Poor quality of third-party childcare increases the potentials for early trauma

Trauma and early third-party childcare

FRÜHES TRAUMA UND TRAUMA(TA) DER MUTTER

Zeugung, Schwangerschaft, Geburt und erste Lebensjahre werden wahrscheinlicher zu einem Trauma für das Kind wie für seine Mutter, wenn die Mutter bereits traumatisiert ist.

Schwangerschaft und Geburt können eigene Kindheitstraumata auslösen

Eigene sexuelle Gewalterfahrungen werden durch Geburten und den Anblick von Säuglingen getriggert

Conception, pregnancy, birth and bonding processes after birth can become a trauma for the mother and the child, when the mother is already traumatized

Pregnancy and birth can trigger the mother's own childhood trauma

Sexual violence experiences of the mother can be triggered through the birth process and at the sight of the infant

EARLY TRAUMA AND TRAUMA OF THE MOTHER

„Frühes Trauma“ und „Trauma der Liebe“

- Ein „frühes Trauma“ ist für ein Kind ein existentielles Trauma vermischt mit einem „Trauma der Liebe“
- Im Bewusstsein von Klienten dominiert meist das „Trauma der Liebe“
- Das „Trauma der Liebe“ muss zuerst therapeutisch bearbeitet werden, damit ein „frühes Trauma“ in seiner ganzen Tragweite verstanden werden kann

“Early trauma” is an existential trauma for a child and is confused with the “Trauma of Love”

- The “Trauma of Love” is the most predominant in the clients consciousness
- Therefore the “Trauma of Love” has to be treated therapeutically in order that an “Early Trauma” can be detected and fully understood

„Early Trauma“ and „Trauma of Love“

„Frühes Trauma“ bedeutet ...

- Ein frühes sich Abspalten von eigenen Lebensenergien
- Ein frühes sich Abspalten vom Potential zu fühlen
- Früher Verlust von Vertrauen in andere
- Früher Verlust von Lebenssinn
- Früher Verlust des Realitätsbezugs
- Ein früher Verlust von Identität

- Early loss of contact with own life energies
- Early loss of the potential to feel
- Early loss of trust
- Early loss for the meaning of life
- Early loss of contact with reality
- Early loss of one's own identity

„Early Trauma“ means ...

Das „Aufstellen des Anliegens“ (AdA)

- AdA kann helfen, Zugang zu frühen Traumata zu bekommen
- Es dient nicht dazu, frühe Traumata ungeschehen zu machen
- Trauma-Überlebensstrategien werden genährt, wenn eine „glückliche Geburt“ simuliert wird
- Früh abgespaltene Anteile können integriert werden, wenn die Bereitschaft und gesunde Ich-Stärke dafür gegeben ist

„Constellations of the Intention“ (Col)

- Col can help to get access to early trauma
- It does not help to undo early trauma
- Trauma-Surviving-Strategies will be nurtured, if a happy birth is simulated in therapy
- Early split off parts can be reintegrated if we are prepared and have enough healthy Identity-structures to take the risk

Alles, was wir während einer Psychotherapie erinnern müssen, ist in unserem lebendigen Organismus gespeichert. Es taucht auf, wenn wir dazu bereit sind.

All we need to remember during a psychotherapy is stored within our living organism. It will show up, if we are prepared for it.

Prävention

- Klare Entscheidung für oder gegen ein Kind
- Kontakt und Kommunikation zwischen Mutter und Vater mit dem Kind bereits während der Schwangerschaft
- Mehr Vertrauen von (werdenden) Mütter in ihre eigenen Gefühle und Fähigkeiten
- Weniger Interventionen durch das medizinische Geburtshilfesystem
- Soziale und psychologische Unterstützung durch Hebammen und geburtserfahrene Frauen
- Geburt als Gebären und nicht als Operation
- Keine Störung des Bindungsprozesses nach der Geburt
- Frauen setzen sich mit ihren eigenen Traumata auseinander, wenn sie Mutter werden
- Männer setzen sich mit ihren eigenen Traumata auseinander, wenn sie Väter werden

31.10.2014

Prevention

- Clear decision for or against a child
- Contact and communication between mother and father with the child already during pregnancy
- More confidence of pregnant women in their own feelings and abilities
- Less interventions by the medical system
- Social and psychological support of midwives and experienced women
- Giving birth should not be an operation
- No disturbance of bonding processes after birth
- Women deal with their own traumas, when becoming a mother
- Men deal with their own traumas when becoming a father

© Prof. Dr. Franz Ruppert

32

Literatur

- Beck, L. (Hg.) (1986). Zur Geschichte der Gynäkologie und Geburtshilfe. Berlin: Springer-Verlag
- Brisch, K.H. (2013). Schwangerschaft und Geburt. Stuttgart: Klett-Cotta Verlag.
- Brisch, K.H. (2014). Säuglings- und Kleinkindalter. Stuttgart: Klett-Cotta Verlag.
- Chamberlain, D. (2010/2013). Woran Babys sich erinnern: Über die Anfänge unseres Bewusstseins im Mutterleib. München: Kösel Verlag.
- De Jong, T. M. (2002). Babys aus dem Labor. Segen oder Fluch? Weinheim: Beltz Verlag.
- Emerson, W. (2012). Behandlung von Geburtstraumata bei Säuglingen und Kindern. Heidelberg: Mattes Verlag.
- Janus, L. (2000/2013). Der Seelenraum des Ungeborenen. Pränatale Psychologie und Therapie. Ostfildern: Patmos Verlag.
- Janus, L. (Hg.) (2013). Die pränatale Dimension in der Psychotherapie. Heidelberg: Mattes Verlag.
- Janov, A. (2011/2012). Vorgeburtliches Bewusstsein. Das geheime Drehbuch, das unser Leben bestimmt. Berlin: Scorpio Verlag.
- Le Doux, J. (1996) The emotional brain. New York: Simon and Schuster.
- Metz-Becker, M. (1997). Der verwaltete Körper. Frankfurt/M.: Campus-Verlag.
- Odent, M. (2006). Geburt und Stillen. München: Beck Verlag.
- Ruppert, F. (2012). Trauma, Angst und Liebe. Unterwegs zu gesunder Eigenständigkeit. Wie Aufstellungen dabei helfen. München: Kösel Verlag
- Ruppert, F. (Hg.) (2014). Frühes Trauma. Stuttgart: Klett-Cotta Verlag.
- Schindler, P. (Hg.) (2011). Am Anfang des Lebens. Neue körperpsychotherapeutische Erkenntnisse über unsere frühesten Prägungen durch Schwangerschaft und Geburt. Basel: Schwabe Verlag.