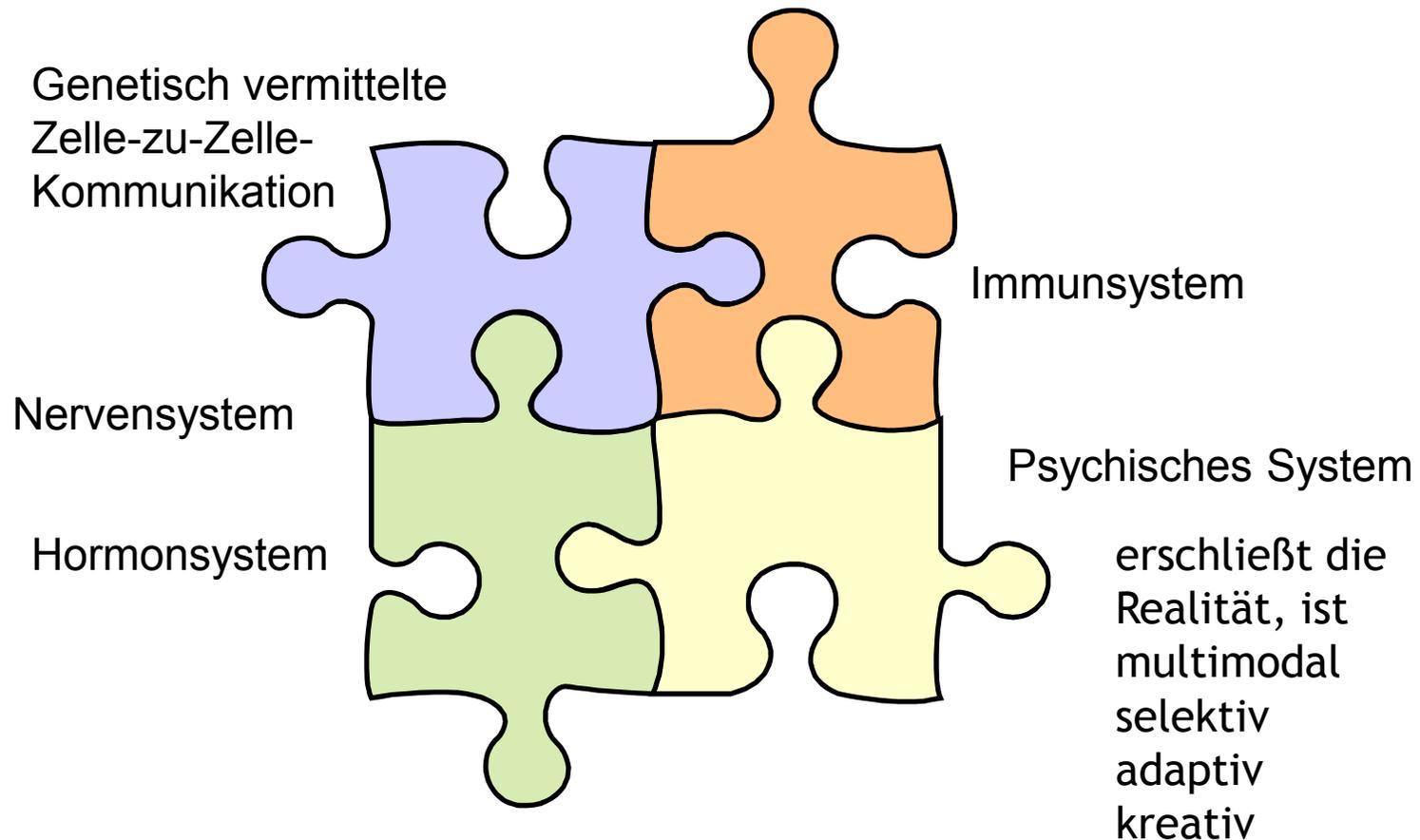


Sucht und Drogenabhängigkeit aus der Sicht einer Identitätsorientierten Psychotraumatheorie und – therapie (IoPT)

Regensburg, 27.10.2016

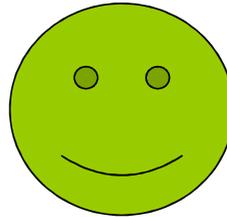
www.franz-ruppert.de

Die menschliche Psyche als ein Element im psychosomatischen Netzwerk



Drei Hauptzustände der menschlichen Psyche

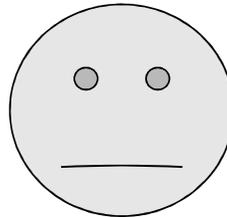
- Wohlfühlzustände



- Keine existentielle Gefahr

- **Realitätsoffenheit**

- Stressprogramme



- Drohende existentielle Gefahr

- Hypervigilanz und Realitätsverengung

- Traumanotfallreaktionen



- Gefahr ist überwältigend

- **Realitätsausblendung**

Die Grundlage für eine gesunde Psyche in einem gesunden Körper ist die Selbstregulation.

Dazu bedarf es bei uns Menschen vor allem eines gesunden Ichs und eines gesunden Willens.



Ursache von Sucht ist eine psychisch
als unerträglich erlebte Realität.

**Unerträgliche
psychische
Erfahrungen
sind „Traumata“.**



Eine Erfahrung wird zum Trauma...

...wenn in einer lebensbedrohlichen Situation alle meine Stressprogramme versagen und die Lebensgefahr sogar noch weiter steigern. Ich muss diese deshalb unterdrücken, um zu überleben.





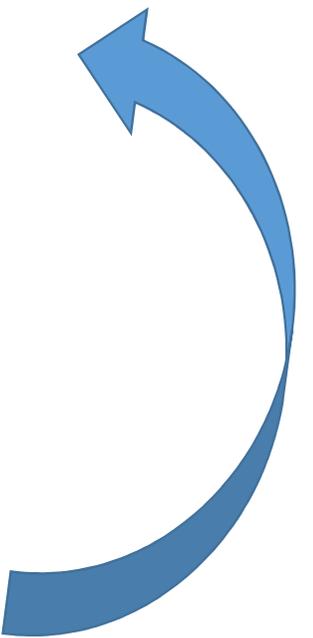
Trauma durch eigene Täterschaft

Trauma der Sexualität

Trauma der Liebe

Trauma der Identität

Mögliche Traumabiographie



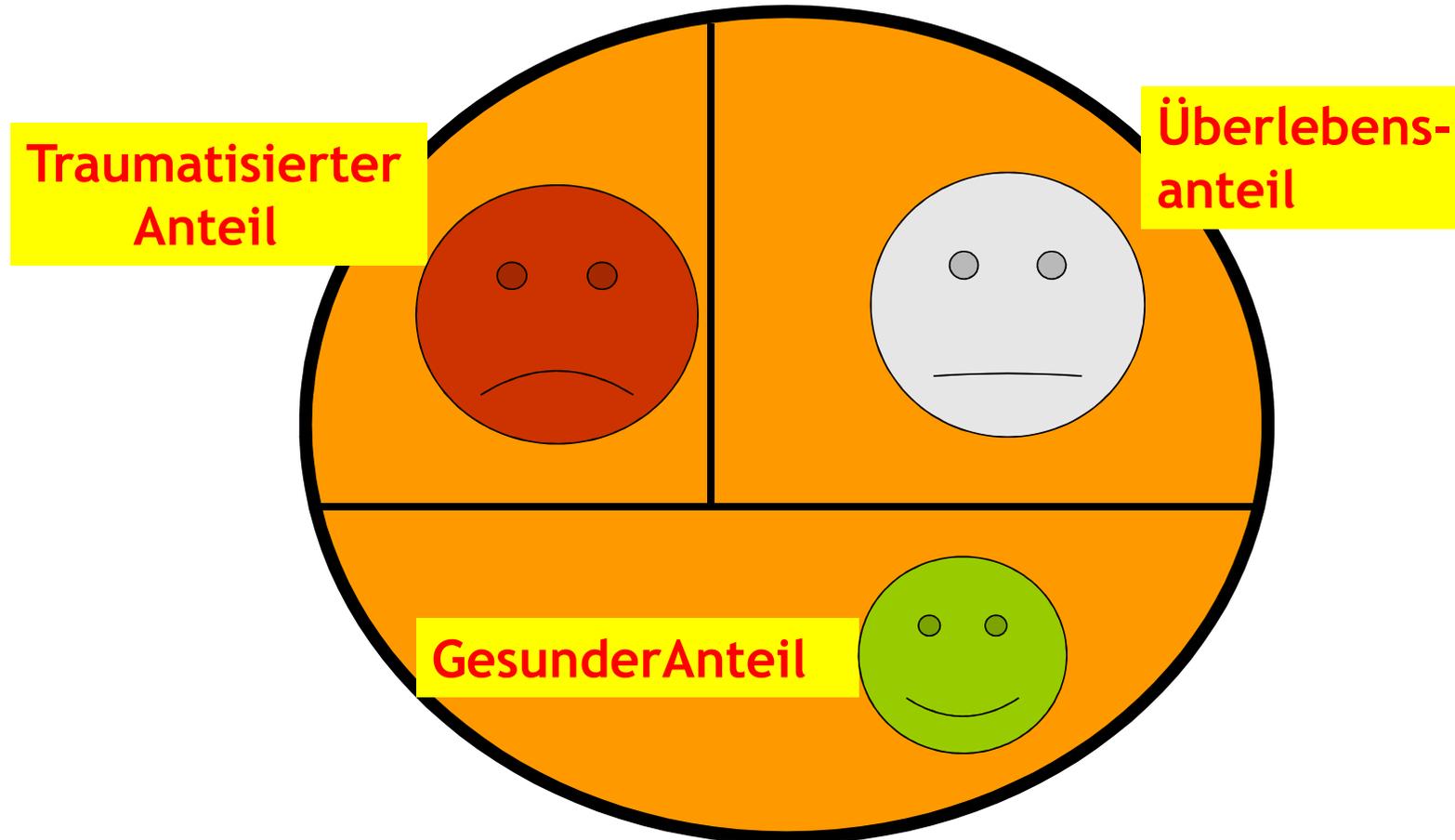
Der Trauma-Notfallmechanismus besteht aus:

- Erstarren
- Einfrieren
- Dissoziieren und
- Aufgeben der eigenen Identität

Er sichert das Überleben.



Spaltungen der Psyche nach einer Traumaerfahrung



Drogen und süchtige Verhaltensweisen sind Trauma-Überlebensstrategien. Sie

- erzeugen kurzfristig positive emotionale Zustände
- unterdrücken kurzfristig negative emotionale Zustände
- führen langfristig zu körperlichem Verfall, Irrealismus und zu sozialem Abstieg



Sucht ist der Versuch, durch Drogen oder Verhaltensweisen

- Übererregtheit (v.a. panische Ängste) zu unterdrücken oder
- Gefühllosigkeit zu überwinden oder zu kompensieren,



welche durch Traumata verursacht werden.

- Je massiver die Überlebensanteile versuchen, Traumagefühle zu unterdrücken und zu kontrollieren,
- desto mehr werden sie von diesen Gefühlen gejagt und geplagt.

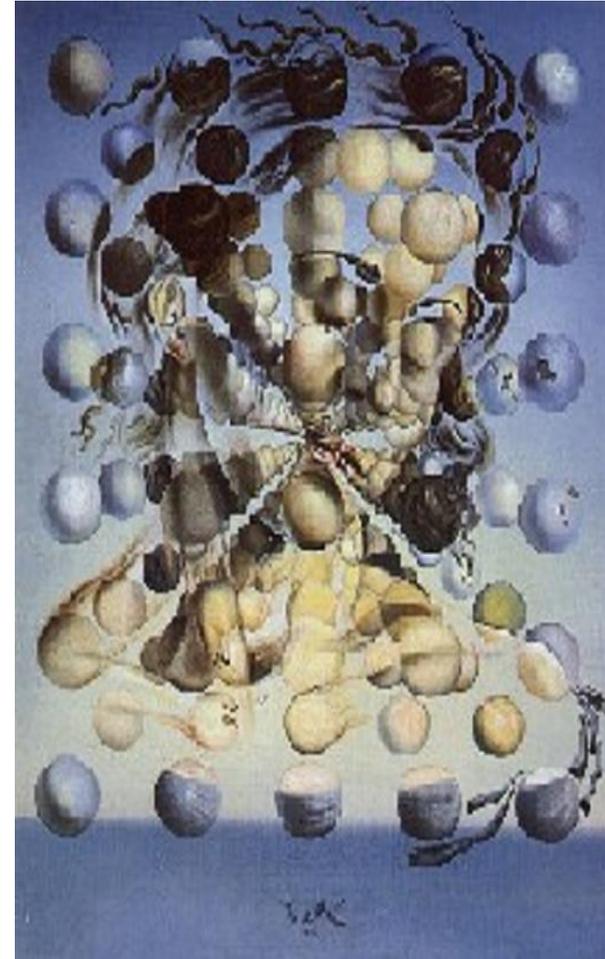


Je massiver die Drogenabhängigkeit und Sucht ist, desto massiver und vielfältiger sind die Traumatisierungen.



Trauma und Bindung

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



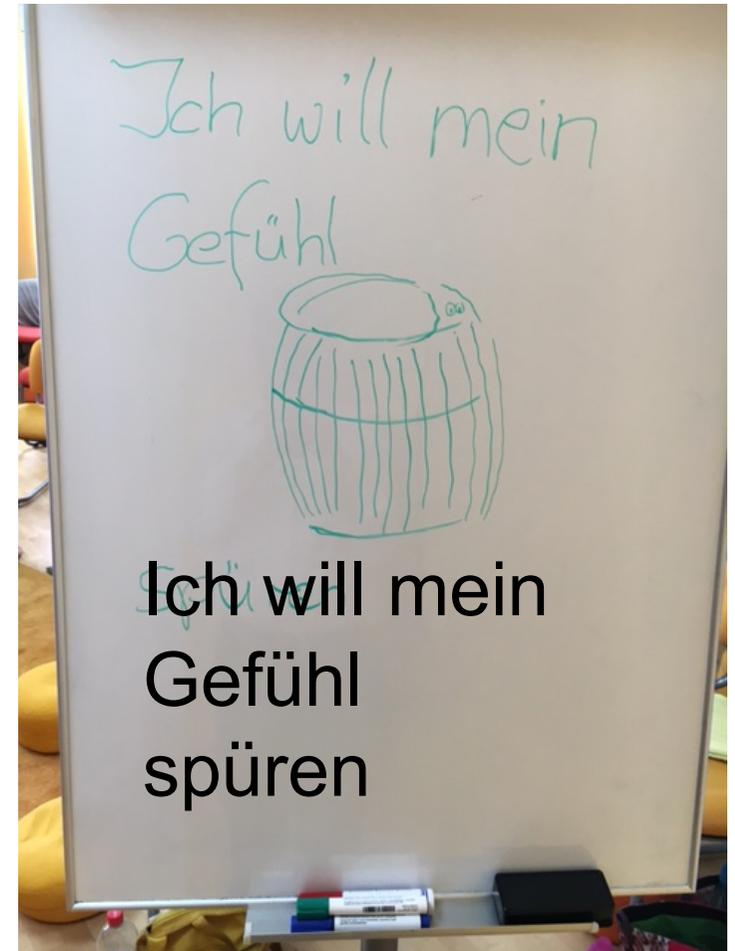
Identitätsorientierte Psychotherapie (IoPT)

- Macht die eigene Identitätsentwicklung bewusst
- Stärkt die gesunden Ich-Merkmale und fördert den eigenen Willen
- Macht Traumata und Überlebensstrategien bewusst
- Hilft Spaltungen zu überwinden und Verstrickungen aufzugeben



Grundstruktur

- „Klient“ findet sein Anliegen
- Er schreibt/zeichnet sein Anliegen auf eine Flipchart/Whiteboard/auf ein Blatt Papier
- Er wählt einen Begriff aus dem Anliegen aus und bittet eine andere Person, in Resonanz mit diesem Wort/Bildelement zu gehen
- Ein Austausch zwischen „Klient“ und dem Resonanzgeber für dieses Wort/Bildelement beginnt



Grundstruktur der Anliegen-Methode

- „Klient“ wählt das nächste Element aus dem Anliegen und bittet eine weitere Person, in Resonanz damit zu gehen usw.
- Der gesamte Prozess dauert zwischen 30 und 90 Minuten, im Durchschnitt 60 Minuten



Meine Entwicklung hin zur Anliegen-Methode

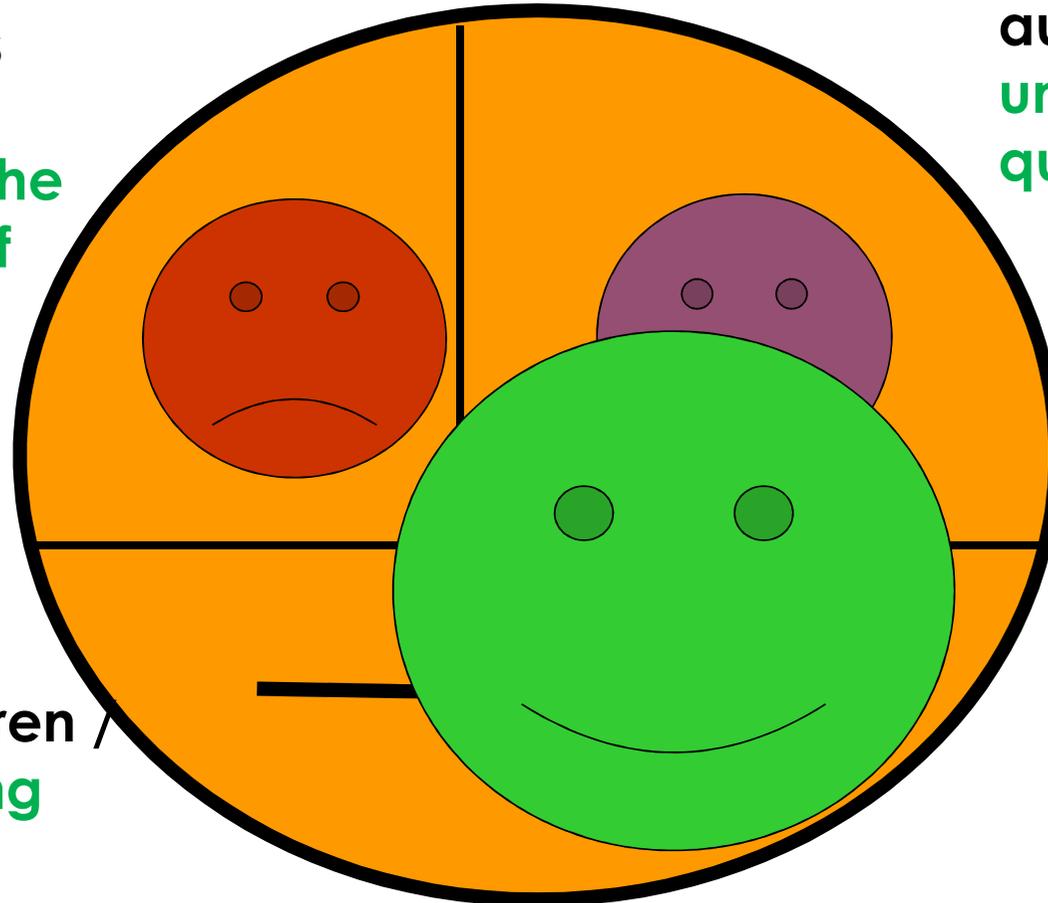
My steps towards the Intention Method

- Ab 1995: Familien-Aufstellungen
- Since 1995: Family Constellations
- Ab 1999: „Bewegungen der Seele“
- Since 1999: „Movements of the Soul“
- Ab 2001: Trauma-Aufstellungen und
mehrgenerationale Psychotraumatologie
- Since 2001: Trauma Constellations and
Multigenerational Psychotraumatology



3. Realität
des
Traumas
fühlen /
feeling the
reality of
trauma

4. Sich
stabilisieren /
stabilising
oneself



2. Illusionen
erkennen und
aufgeben /
understanding and
quitting illusions

1. Wachstum
gesunder
Anteile
fördern/
Promoting the
growth of
healthy parts



26.10.2016

© Prof. Dr. Franz Ruppert

Literatur

- 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.
- Franz Ruppert (2012). Trauma, Angst und Liebe. Unterwegs zu gesunder Eigenständigkeit. Wie Aufstellungen dabei helfen. München: Kösel Verlag.
- Franz Ruppert (2014). Frühes Trauma. Stuttgart: Klett-Cotta Verlag-