

An iceberg floating in the ocean. The tip of the iceberg is visible above the water surface, while the much larger, jagged base is submerged below. The sky is blue with light clouds, and the water is a deep blue.

Diagnose und Therapie
durch das Aufstellen des
Anliegens

www.franz-ruppert.de

Körperliche Krankheiten als Symptome von Trauma

Hechingen, 24. Juli 2014

Gliederung

- Grundsatzpositionen zu Gesundheit und Krankheit
- Psyche als integrativer Bestandteil lebender Organismen
- Was bedeutet „Trauma“?
- Krankheitssymptome als Folgen von Traumatisierungen
- Aufstellung des Anliegens als Diagnose- und Therapiemethode

Es gibt zwei extreme Pole in der Denktradition zur Frage: Wie entstehen „Krankheiten“?

- objektivistischer Materialismus
- subjektivistischer Spiritualismus

Materialistisch-objektivistische Auffassungen zu Krankheiten (z.B. „Schulmedizin“)

- Physikalische, chemische und physiologische Vorgänge, haben körperliche Reaktionen und veränderte biochemische Zustände zur Folge
- Mentale Zustände sind materielle Zustände: z.B. durch Blut/Körpersäfte/Gene/Nerven- und Gehirnzustände hervorgerufen
- Psyche/Seele/Geist gibt es nicht, das sind Phantasieprodukte, sprachliche Konstrukte bzw. Epiphänomene des Materiellen
- Therapie: den Körper verändern durch Chirurgie, Medikamente, Massagen, Essen, Bewegung

Naturwissenschaftlich medizinisches Therapieverständnis

- Krankheiten die durch Schädigungen, die von außen und von innen auf den Körper einwirken, entstehen, müssen behandelt und zumindest gelindert werden
- Krankheits Symptome müssen weggemacht, reduziert oder unterdrückt werden
- Es ist der Glaube an die technische Machbarkeit von Gesundheit vorherrschend

Spiritualistisch-subjektivistische Auffassungen über Krankheiten

- „Seele“, „Geist“, „Gott“, „allumfassende Liebe“ bringen das Materielle hervor
- „Seele“ und „Geist“ sind immateriell
- Sie sind vom Körper losgelöst
- Sie existieren bereits vor der Geburt eines Menschen
- Sie existieren nach dem Tod weiter: „ewiges Leben“, „Wiedergeburt“, „Reinkarnation“
- Sie sind etwas Ganzheitliches

Spiritualistisches Therapieverständnis

- Heilung durch Veränderung der subjektiven Sichtweisen und Einstellungen
- Gemachte Erfahrungen werden umgedeutet
- Ziel: sich selbst eine heile Welt im Kopf erzeugen
- Glaube an Machbarkeit von Gesundheit im Geiste

Wissenschaftliche Psychosomatik (z.B. Adler u.a. 2012)

Untersuchung der Wechselwirkungen zwischen psychischen (emotionalen, kognitiven) Vorgängen und körperlichen Erkrankungen

Chronischer Stress = die Unfähigkeit des vegetativen Nervensystems zur Selbstregulation und Regeneration als Ursache zahlreicher Erkrankungen

Symptome von chronischem Stress: Migräne, Müdigkeit, Konzentrationsstörungen, Schlafstörungen, Tinnitus, Rückenschmerzen, Burnout, Depressivität

Psychoneuroimmunologie (z.B. Schubert 2011)

Untersuchung der Wechselwirkungen von Nervensystem, Hormonsystem und Immunsystem

Zusammenhänge zwischen Stress und Immunreaktionen können klarer identifiziert werden

Krankheit, weil das Immunsystem sich selbst nicht mehr regulieren kann/Verlust der Selbstheilungskräfte

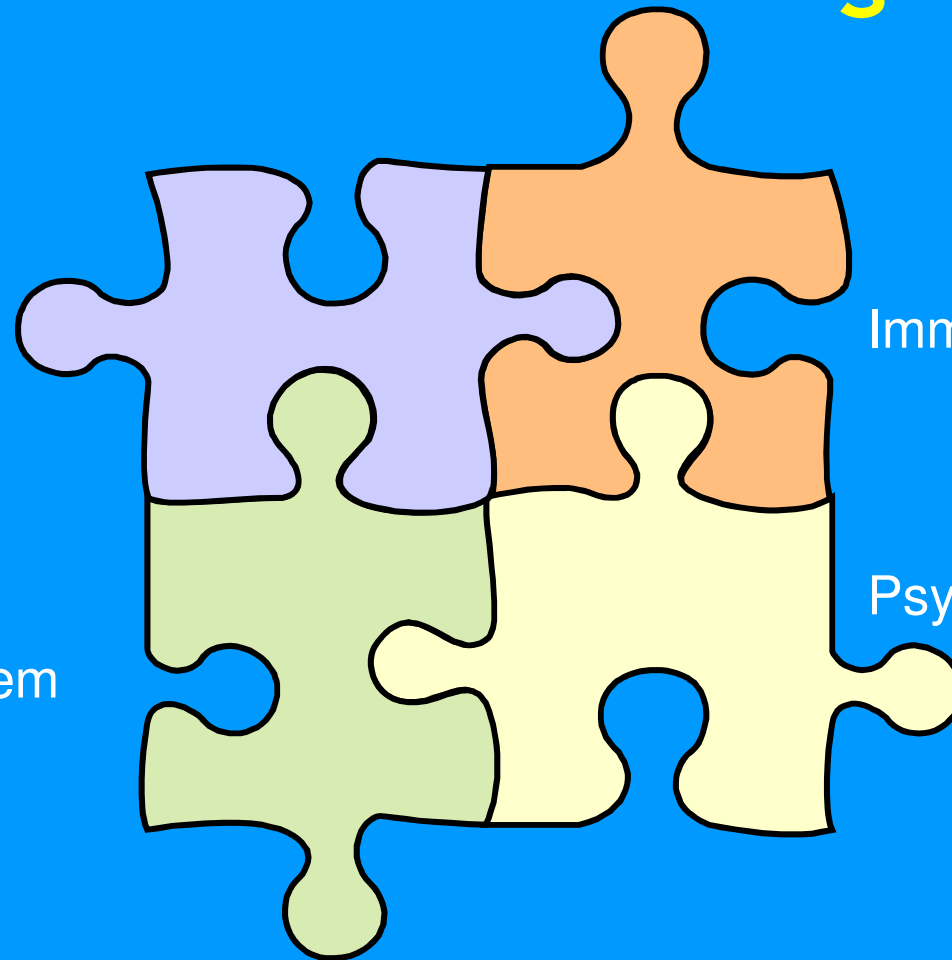
Meine Position: Menschen sind weder „Körper“ noch „Geist“ bzw. „Seele“, sondern lebendige Organismen, die Erfahrungen mit ihrer Umwelt machen und sich ihre eigene Umwelt schaffen.

Der Leib-Seele-Dualismus ist keine Realität, sondern ein Ergebnis dualistischen Denkens.

„Psyche“ als ein Element im Materie-Energie-Information-Netzwerk des lebendigen menschlichen Organismus

Genetisch
vermittelte Zelle-
zu-Zelle-
Kommunikation

Hormonsystem



Immunsystem

Psychisches System

Hauptfunktionen der Psyche

- Wahrnehmen
- Fühlen
- Denken
- Erinnern
- Wollen
- Selbst-Bewusstsein



Hauptaufgaben der “Psyche”

- Sie hilft dem lebendigen Organismus einen Zugang zur Realität zu bekommen
- innerhalb des eigenen Körpers und
- außerhalb des eigenen Körpers,
- um zu überleben und sich fortzupflanzen.



Das psychische System ist

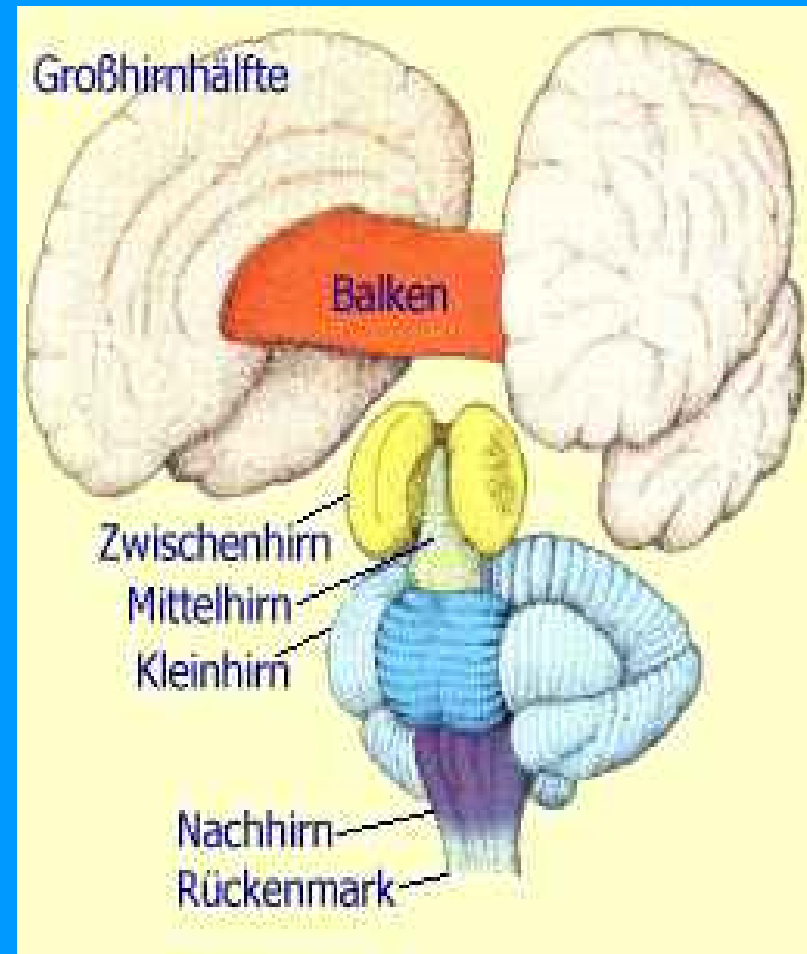
Multimodal

Selektiv

Adaptiv

Kreativ

Die psychischen Programme laufen auf unterschiedlichen Gehirncomputern, die sich im Laufe der menschlichen Evolution nacheinander entwickelt haben.



These:

Viele Symptome sogenannter „Krankheiten“ haben ihre Ursache in der Traumatisierung des psychischen Systems, das für zwischenmenschliche Bindungsbeziehungen zuständig ist.

„Krankheits“-Symptome

Rückenschmerzen

Selbstverletzungen

Wucherungen Niedergeschlagenheit

Verwirrung

Wutausbrüche

Ängste

Kopfschmerzen

Unruhe

Entzündungen

Alkoholsucht

T
R
A
U
M
A

B
I
N
D
U
N
G

Eltern

Großeltern

Urgroßeltern

Körperliche „Krankheiten“ sind in diesem Sinne Symptome von Traumatisierungen

Folge: Der traumatisierte menschliche Organismus muss in seiner Entwicklung verstanden und ursachenbezogen in Veränderung gebracht werden.

Symptome wegzumachen, heilt das Trauma nicht, sondern vernichtet Informationen über die Traumatisierung.

Eine Erfahrung wird zum Trauma...

...wenn in einer lebensbedrohlichen Situation alle unsere Stressprogramme versagen und die Lebensgefahr sogar noch weiter steigern. Wir müssen diese deshalb unterdrücken, um zu überleben.



Der Trauma-Notfallmechanismus besteht aus:

Erstarren

Einfrieren

Dissoziieren und
Aufspalten der Identität

Er sichert das Überleben.



Beispiele von unmittelbar am Körper sichtbaren Trauma-Symptomen

- Hoher Muskeltonus
- Eckige Bewegungsmuster
- Weit aufgerissene Augen
- Flacher Atem
- Schlaffe Körperspannung
- Herabgesetzter Muskeltonus z.B. im Gesicht
- Verlangsamte Bewegungen
- Unbeweglichkeit
- Überempfindlichkeit gegen Berührungen
- oder Schmerzunempfindlichkeit

Zwei Typen von Schock-Traumata



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

Zwei Typen von Beziehungs-Traumata



- Bindungstrauma (Abhängigkeit von einer Person oder einem System, zu der/dem man gehört, und von der/dem man nicht geschützt oder sogar ablehnt wird)
- Bindungssystemtrauma (aufgrund von Missbrauch, Mord, Inzest in einem von Traumata geprägten Beziehungssystem)

**Traumatisierung durch
Naturgewalten**

**Traumatisierung
durch
Menschengewalt**

**„Trauma
der Sexualität“**

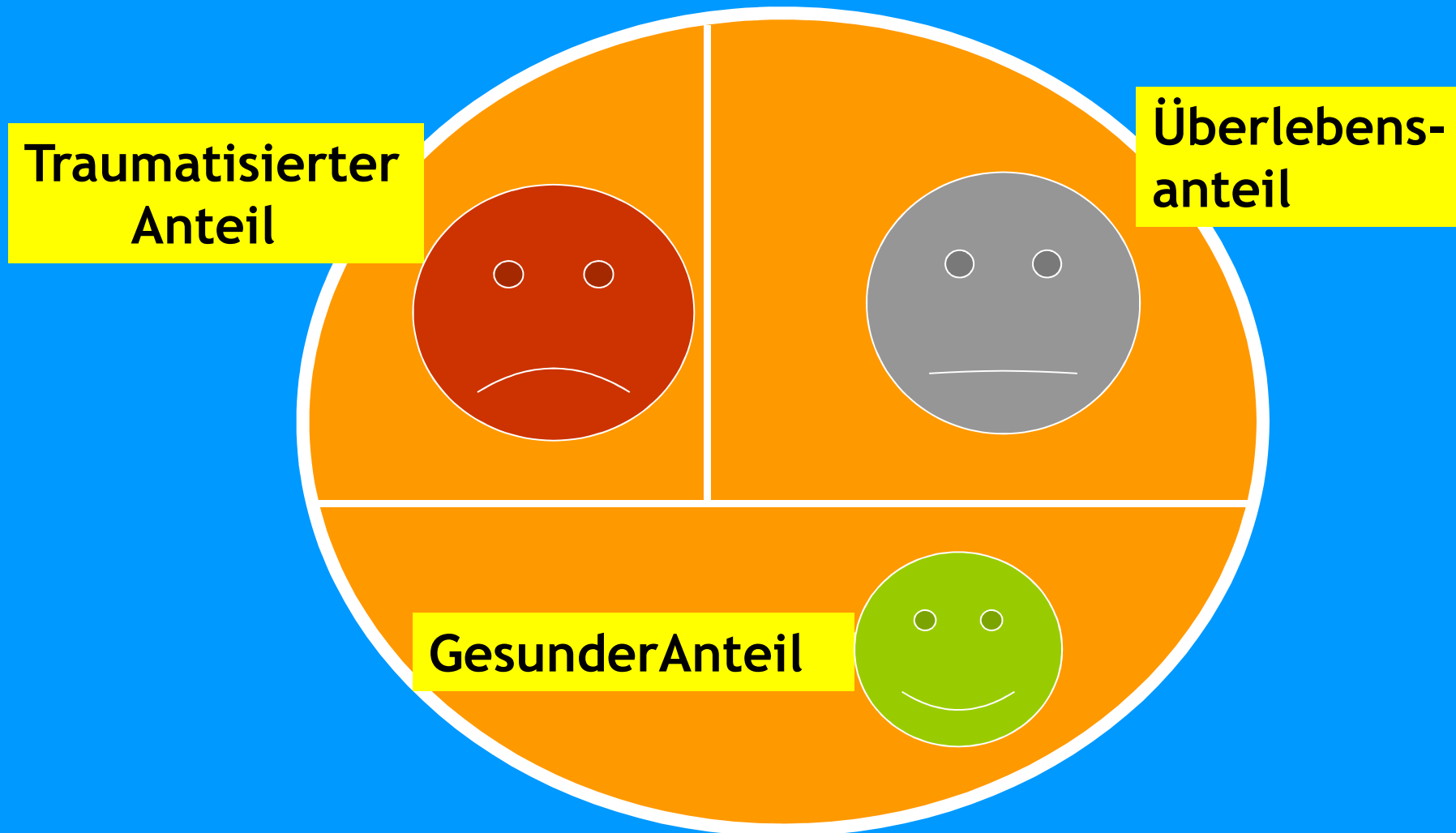
„Frühes Trauma“

**„Trauma
der Liebe“**

Transgenerationale Traumatisierung

Traumata bei den Eltern (Existenz-, Verlust-, Bindungstraumata) setzen sich als „Trauma der Liebe“ und „Frühes Trauma“ bei ihren Kindern fort und erhöhen das Risiko, dass die Kinder weitere Traumatisierungen erleiden.

Spaltung eines Menschen nach einer Traumaerfahrung



Merkmale von gesunden Anteilen

- Fähigkeit, die Realität offen wahrzunehmen
- Fähigkeit, Gefühle angemessen auszudrücken
- Begründetes Vertrauen in andere Menschen
- Fähigkeit, emotionale Bindungen aufzubauen
- Fähigkeit, gesunde Beziehungen zu gestalten
- Erwachsener Umgang mit Sexualität
- Selbstliebe
- 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 Altersstufe zum Zeitpunkt des Traumas stehen
- suchen noch immer nach einem Ausweg aus dem Trauma
- können plötzlich „getriggert“ werden
- wollen aus ihrem Gefängnis geholt werden



Merkmale von Überlebensanteilen

- sichern das Überleben in und nach der Traumasituation
- sind Wächter der psychischen Spaltung
- sind im Gegenwärtigen verhaftet
- verdrängen und leugnen das Trauma
- vermeiden Erinnerungen an das Trauma
- ignorieren und lenken ab
- kontrollieren die traumatisierten Anteile
- kontrollieren andere Menschen
- suchen nach Kompensationen
- erzeugen Illusionen
- sind unterwürfig und latent aggressiv
- laden eigene Traumagefühle auf andere ab
- erzeugen weitere Spaltungen



Annahmen über den Zusammenhang zwischen Trauma und körperlichen „Krankheits“Symptomen

- Die Erkrankungen des Körpers machen das Trauma sichtbar und fühlbar
- Der Körper bzw. Körperteile gehen durch das Trauma in eine Erstarrungs- oder Totstellreaktion und bleibt darin feststecken
- Körperliche Reaktionen während der Traumatisierung (Flucht und Kampf) bleiben in Teilen des Körpers bestehen
- Trauma spaltet Körperreaktionen, Gefühle und Gedanken auf, diese führen dann ein Eigenleben
- Abgespaltene Traumaerfahrungen sind nur noch im impliziten/Körpergedächtnis gespeichert und dem Bewusstsein nicht mehr zugänglich
- Der traumatisierte Mensch ist chronisch über- und untererregt

Der Doppelcharakter von Symptomen

- Sie machen das Trauma sichtbar, in ihnen melden sich die traumatisierte Anteile zu Wort
- Sie beinhalten zugleich eine Abwehrstrategie der Überlebensanteile gegen das Bewusstwerden des Traumas

Krankheitssymptome als Folge eines „Traumas der Liebe“

- Das Kind identifiziert sich in seiner Liebesbedürftigkeit und Not unbewusst mit Traumaanteilen der Mutter
- Es erlebt das Trauma der Mutter körperlich (als Druck, Angst, Zittern ...)
- Es hält an diesen übernommenen Traumaenergien fest, um überhaupt eine emotionale Verbindung mit der Mutter zu spüren
- „Burnout“ als Folge der vergeblichen Bemühungen, einen Kontakt mit der eigenen Mutter herzustellen und diese zu „retten“

Krankheit als Folge der Opfer-Täterdynamik

- Traumata erzeugen Opferhaltungen (z.B. Aufgabe des emotionalen Bezugs zum eigenen Körper und Identifikation mit dem Täter)
- Aus Opfern werden oft Täter, die Täterhaltungen entwickeln (z.B. Selbstschädigendes Verhalten)
- Die Opfer-Täter-Spaltungen führen zu Tendenzen der Selbstzerstörung (Psychose, Krebs, Autoimmunerkrankungen)

Körperliche Krankheiten und „Frühes Trauma“

- Bereits vorgeburtlich kann eine traumabedingte Abspaltung vom eigenen Körperempfinden und vitalen Lebensimpulsen stattfinden
- Durch traumatisierende Geburtsvorgänge können weitere Körper-Psyche-Spaltungen entstehen
- Muster früher Traumata begleiten Menschen ein Leben lang, wenn sie nicht erkannt und aufgelöst werden.

Krankheitsdiagnose und Trauma

- Die Symptome zum Sprechen bringen
- ihre Entstehung rekonstruieren
- ihre Trauma-Geschichte erzählen lassen
- das Verhältnis zwischen gesunden, traumatisierten und Überlebensanteilen verstehen
- Übernommene und eigene Traumata unterscheiden

Krankheitsbehandlung durch das „Aufstellen des Anliegens“

- Klient formuliert sein Anliegen
- Klient wählt einen Stellvertreter für sein Anliegen aus und positioniert ihn im Verhältnis zu sich
- Meist wird ein Stellvertreter für das Krankheitssymptom in die Aufstellung hineingenommen
- Dessen Funktion wird sichtbar
- Verhalten des Klienten und des Stellvertreters für das Anliegen zeigen, wieweit das Symptom in Heilung gebracht werden kann

Bei Aufstellungen ist der Aufstellende auch mit seinem Körper involviert.

Bewegungen, Berührungen und Handlungen sind Teil des Aufstellungsprozesses.

Integration der Spaltungen nach einer Traumaerfahrung



22.07.2014

© Prof. Dr. Franz Ruppert

37

Fazit: Trauma und Körper

- Es gibt keine einfachen Wenn-Dann-Verknüpfungen
- Traumaerfahrungen sind individuell und subjektiv
- Krankheitssymptome können vielschichtig im Verhältnis zwischen traumatisierten und Überlebensanteilen erzeugt sein
- Oft überlagert das „Trauma der Liebe“ im Bewusstsein der Klienten alle weiteren Traumatisierungen
- Wer sich abgespalten in die Hände von Ärzten und Therapeuten begibt, kann leicht für deren Zwecke missbraucht werden
- Der Klient gibt in einer gesunden Therapeut-Klienten-Beziehung das Tempo der Heilungsschritte vor

Literatur

- Adler, R.H. u.a. (Hg.). Psychosomatische Medizin. München: Urban&Fischer Verlag.
- Barwinski, R. (2011). Der Körper als Ausdrucksfeld traumatischer Erfahrungen. Zeitschrift für Psychotraumatologie, Psychotherapiewissenschaft, Psychologische Medizin, 2, 7-16.
- Broom, C. B. (2011). Bedeutungsvolle Krankheit, Psychoneuroimmunologie und der Mind-Body-Arzt. In C. Schubert (Hg.), Psychoneuroimmunologie und Psychotherapie, S. 321-338. Stuttgart: Schattauer Verlag.
- Dahlke, R. (2007). Krankheit als Symbol. München: Bertelsmann Verlag.
- Leeners, Brigitte; Richter-Appelt, Herta; Schönfeld, Kornelia; Neumaier-Wager, Peruka & Rath, Werner (2003). Schwangerschaft und Mutterschaft nach sexuellen Missbrauchserfahrungen im Kindesalter. Deutsches Ärzteblatt, 11, S. 715-719.
- Mosetter, K. & Mosetter, R. (2014). Ausgebrannte Zellen - die Neurobiochemie des Burnout. Trauma, 2, S. 22-31
- Ruppert, Franz (2010). Symbiose und Autonomie. Symbiosetrauma und Liebe jenseits von Verstrickungen. Stuttgart: Klett-Cotta Verlag.
- Ruppert, Franz (2012). Trauma, Angst und Liebe. Unterwegs zu gesunder Eigenständigkeit und wie Aufstellungen dabei helfen. München: Kösel Verlag.
- Ruppert, F. (2014). Frühes Trauma. Schwangerschaft, Geburt und erste Lebensjahre. Stuttgart: Klett-Cotta Verlag.
- Schubert, C. (2011) (Hg.). Psychoneuroimmunologie und Psychotherapie. Stuttgart: Schattauer Verlag.

Ankündigung: „Gesunde Beziehungen“

10.-12. Oktober 2014 in München

- 2. Internationale Tagung zur Arbeit mit der Aufstellungsmethode auf der Grundlage der Bindungs- und Traumatheorie
- www.gesunde-autonomie.de