

Identitätsorientierte Psychotraumatheorie und therapie (IoPT)

Heidelberg, 23.03.2018

www.franz-ruppert.de

Gliederung

Identität

Bindung

Liebe

Sexualität

Psychotrauma

Selbstbegegnung mit dem Anliegenansatz

Identitätsorientierte Psychotraumatheorie und - therapie (IoPT)

Identität

**Bindung/Liebe/
Sexualität**



Psychotrauma

**Transgenerationale Wirkungen von Traumata
in Bindungssysteme**

Definition von Identität

Identität ist die Summe all meiner von mir erlebten und bewältigten, bewussten wie unbewussten Lebenserfahrungen.

Das schließt alle Erlebnisse vom Zeitpunkt der Verschmelzung von Ei- und Samenzelle ein, aus der heraus ich entstanden bin.

Wenn ich davon etwas weglasse, ausblende oder verleugne, bin ich nicht ganz Ich selbst.



Entwicklung von Subjekt-Sein

Das ungeborene Kind ist von Anbeginn als Subjekt mit seiner Psyche da.

Es wächst, empfindet und wirkt auf seine Umwelt ein.

Durch sein eigenes Handeln erfährt das Kind, dass „Ich“ im Kontakt mit seiner objektiven und subjektiven Umwelt etwas bewirken kann.

Ein Mensch entwickelt sich in seiner körperlichen und psychischen Ganzheit und hat alles für sein Wachstum zur Verfügung, solange er nicht behindert/traumatisiert wird.



Entwicklung von Ich-Bewusstsein

Das Ich ist eine Sonderfunktion der menschlichen Psyche.

Zum Ich-Sein kommt unterstützt durch die Gehirnreifung, ein Ich-Bewusstsein hinzu.

Emotionale, gedankliche und sprachliche Klarheit hilft bei der Ich-Entwicklung.



Entwicklung von Ich-Bewusstsein im Verhältnis zu eigenen Mutter

Das kindliche „Ich“ entwickelt sich im Verhältnis zum „Ich“ seiner Mutter.

Zur eigenen Ich-Bildung ist die Abgrenzung vom Ich der Mutter notwendig.

Hat die Mutter ein klares Ich, hilft das dem Kind.

Wenn die Mutter in ihrem Ich unklar ist, wird auch das Kind unklar.



Gesunde Identität bedeutet

- ❖ Ein gesundes Ich haben,
- ❖ mit eigenem Willen,
- ❖ mit allen Sinnen,
- ❖ mit allen Gefühlen,
- ❖ mit dem eigenen Körper verbunden,
- ❖ mit eigenen Gedanken und Worten
- ❖ konstruktive Beziehungen leben.



Jeder Mensch wird durch seine Mutterbindung geprägt. Die Bindung an die eigene Mutter stellt das Fundament aller weiteren Beziehungen dar.



Liebe bedeutet

- ❖ Das Bedürfnis nach Liebe
- ❖ Die Fähigkeit zu lieben

Menschliche Sexualität - Biologie

- ❖ Ist als Fähigkeit eines Menschen, neues Leben zu generieren, tief in seinem lebendigen Organismus verwurzelt
- ❖ Durchläuft genetisch (XX, XY) und hormonell (Östrogene, Testosteron) gesteuert von der befruchteten Eizelle an einen biologischen Reifungsprozess von 9-13 Jahren
- ❖ Männlichkeit als Prozess der De-Feminisierung
- ❖ Ist besonders aktiv in der Hochphase der Fruchtbarkeit (20-40 Jahre) und schwächt sich mit dem Alter ab

Menschliche Sexualität - Psychologie

- ❖ Drückt sich psychisch als Trieb, Drang und Bedürfnis aus
- ❖ „Trieb“ = Außensteuerung durch die Wahrnehmung und Innensteuerung durch Hormone
- ❖ Ist mit intensiven Empfindungen und Emotionen verknüpft (Lust, Freude, Stolz, Scham, Ekel, Schuld)
- ❖ Manifestiert sich in sexuellem Verhalten (Konkurrieren, Werben, den Körper zur Schau stellen, Kopulieren, Schwanger Sein, Gebären, Selbstbefriedigung)
- ❖ Wird oft mit Liebesbedürfnissen verknüpft (Nähe, Geborgenheit, Körperkontakt), ist jedoch ein davon unabhängiger Funktionskreis des lebendigen menschlichen Organismus

Menschliche Sexualität - Gesellschaft

- ❖ Biologisch ausgeformte Geschlechtsmerkmale (sex) und Geschlechtsrollenverhalten (gender) variieren je nach gesellschaftliche Konventionen, Interessen und Machtverhältnissen
- ❖ Wird u.a. durch Gesetze, Moral und religiöse Dogmen zu regeln und unter Kontrolle zu bringen versucht
- ❖ Wird auch oft zum Geldmachen verwendet (Prostitution, Pornografie, Ehefrauen als Karriere-Prestigeobjekt, Werbung, Schönheitschirurgie, künstliche Befruchtung ...)

Eine Erfahrung wird zum Psychotrauma...

...wenn in einer lebensbedrohlichen Situation alle unsere Stressprogramme versagen, diese Programme die Lebensgefahr sogar noch steigern und wir uns deshalb spalten müssen, um zu überleben.



Der Trauma-Notfallmechanismus besteht aus:

Erstarren

Einfrieren

Dissoziieren und

Aufspalten der Identität

Er sichert das Überleben.



Trauma durch eigene Täterschaft



Trauma der Sexualität



Trauma der Liebe

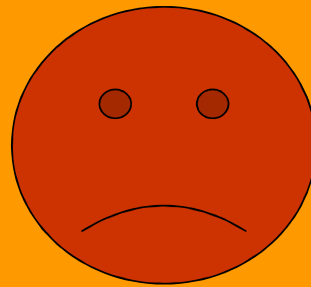


Trauma der Identität

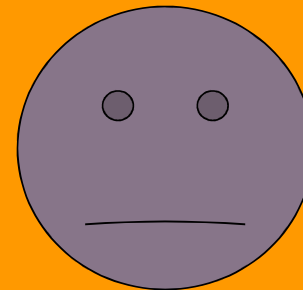
Die Psychotrauma Biographie

Spaltung der Identität eines Menschen nach einer Traumaerfahrung

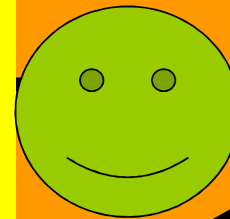
Abteilung 2:
abgespaltenes
traumatisiertes Ich
und
traumatisierter
Wille



Abteilung 3:
Überlebens-Ich-
Zustände und -
Willensprogramme im
Dauerstress



Abteilung 1:
Gesundes Ich
mit freiem
Wollen an seiner
Seite



Therapie/Begleitung

Therapie und Begleitung sind Formen einer helfenden Beziehungen.

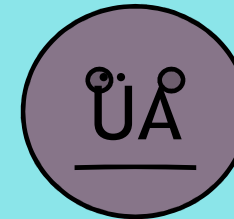
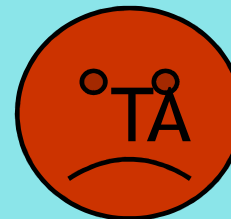
Was hilft, hängt vom Helfer und der Person ab, der geholfen wird.

Der Helfer bringt sich als Person mit seinen Lebenserfahrungen und seinem Wissen ein.

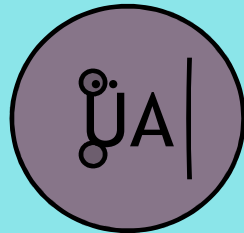
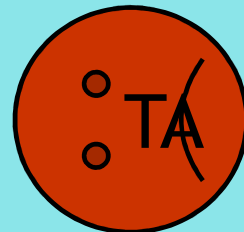
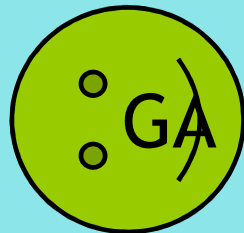
Der, der Hilfe braucht, bringt sich mit seiner Person, seinen Lebenserfahrungen und seinem Wissen ein.

Grundkonstellation der helfenden Beziehung

Person A (Hilfebedürftiger)



Person B,
Helfer



GA/GA	GA/UA	GA/TA
GA/UA	UA/UA	UA/TA
GA/TA	UA/TA	TA/TA

Identitätstorientierte Psychotraumatherapie und -therapie (IoPT)

Macht die eingeschränkte und unterbrochene Identitätsentwicklung bewusst

Stärkt die gesunden Ich-Merkmale

Macht die eigenen Überlebensstrategien bewusst

Hilft verstrickende Identifikationen und Zuschreibungen aufzulösen

Macht eigene Traumatisierungen bewusst

Ermöglicht es, dass gesundes Ich und traumatisierte Anteile sich begegnen, ohne dass es wieder zur Spaltung kommt

Anliegenmethode der IoPT

Einen Freiraum für die Selbstbegegnung anbieten

Kein Vorgespräch

Aufschreiben eines Anliegen (Worte, Zeichnung)

Verteilen der Anliegenbestandteile auf Resonanzgeber

Austausch mit den Resonanzgeber

Einordnen des Anliegen in die eigene
Psychotraumabiografie



I want myself.

Ich will mich.

Literatur

Bauer, J. (2015). Selbststeuerung. Die Wiederentdeckung des freien Willens. München: Blessing Verlag.

Broughton, V. (2016). Zurück in mein Ich. München: Kösel Verlag.

Kohn, A. (1989). Mit vereinten Kräften. Warum Kooperation der Konkurrenz überlegen ist. Weinheim: Beltz Verlag.

Ruppert, F. (2010). Symbiose und Autonomie. Symbiosetrauma und Liebe jenseits von Verstrickungen. Stuttgart: Klett-Cotta Verlag.

Ruppert, F. (2012). Trauma, Angst und Liebe. München: Kösel Verlag.

Ruppert, F. (Hg.) (2014). Frühes Trauma. Stuttgart: Klett-Cotta Verlag.

Ruppert, F. & Banzhaf, H. (2017). Mein Körper, mein Trauma, mein Ich. München: Kösel Verlag.

Ruppert, F. (2018). Wer bin Ich in einer traumatisierten Gesellschaft. Stuttgart: Klett-Cotta Verlag.