

Травма идентичности

Основы ориентированной на идентичность
теории и терапии психотравмы (ОИТТП)

1

Москва, 26 сентября 2017

План

2

- Что такое идентичность?
- Что такое травма идентичности?
- Что такое ориентированная на идентичность теория психотравмы (ОИТП)?

- Моё имя?
- Моя национальность?
- Моя сексуальная ориентация?
- Моя религия?
- Мои мед. диагнозы?
- Мои качества?
- Мой знак зодиака?
- ...

Это моя идентичность?

23.09.2017

Отождествления: **ТЫ = Я; ТЫ = МЫ**

4

- Отождествления навязываются нам извне: другими людьми или организациями.
- Они – чужие представления о том, какими мы должны быть
- и в какую заданную схемы должны вписываться.

Идентификации: Я = ТЫ, Я = МЫ

5

- с мамой или папой
- с семьей
- с «предками»
- с «культурой»
- с языком
- с партнёром
- со своими детьми
- со своим имуществом
- с религией
- с работой
- со спортивным клубом
- ...



- это и есть идентичность человека?

Процессы идентификации

6

- Предложения идентифицироваться поступают нам извне.
- Ребенок, будучи зависим, принимает эти предложения, не раздумывая.
- Лишь много позже приглашения к идентификации могут приниматься или отклоняться осмысленно.

- Как развитие «я» вплетается в развитие «мы».
- Первое «мы» – это «я и моя мама».



Отклонить идентификацию

8

- Я хочу быть не таким, как ...
- Я хочу быть лучше, чем ...
- Я хочу отграничиться от ...
- Все это ведёт не к собственной идентификации, а к
- перманентному сопротивлению, бунту и конкурентному поведению.

Идентичность: я = я

9

- - это сумма моего осознанного и неосознанного жизненного опыта, моих реакций и способов обращения с ними
- с самого начала моей жизни.
- Она включает все: и весь положительный опыт, и все наши травмы.
- И ничего нельзя исключить, перескочить или игнорировать.

Здоровая идентичность означает:

10

- моё здоровое «я»
- мою собственную волю
- моё собственное восприятие
- мои собственные чувства
- мои собственные мысли
- мои собственные слова
- мои воспоминания,
- связанные с моим телом
- ВО ВСЕХ МОИХ ОТНОШЕНИЯХ

23.09.2017

Развитие сознания «я есть» и осознания себя

11

- При слиянии семени и яйцеклетки возникает новый человек со своей жизненной силой, своим телом и своей психикой.
- Каждый человек с первой минуты является субъектом.
- Он / она развивается во всей своей полноте до тех пор, пока не будет травмирован(а).



Развитие сознания «я есть» и осознание себя

12

- В процессе своей активности ещё нерождённый человек учится понимать, кто он и чего хочет.
- К сознанию «я есть» постепенно добавляется осознание себя.



Развитие «я» в отношениях с мамой

13

- Детское «я» развивается в отношениях с мамой.
- Если мама обладает ясным «я», то и ребёнок сможет развить здоровое «я» и, самое позднее, с трёх лет начнёт чётко различать «я», «моё», «твоеё», «наше».

23.09.2017

Развитие «я» в отношениях с мамой

14

- Если у матери нет ясности в отношениях с собой, то и ребёнок будет сбит с толку в основах своей идентичности.
- Для развития своей собственной идентичности каждый человек должен высвободиться из состояния «я – это мы» в отношении его матери.

23.09.2017

Что делают травмы психики с нашей идентичностью?

Травма собственной виновности



Травма сексуальности



Травма любви



Травма идентичности

Травма

Не защищен!

Не любим!

Не желанен!

Биография травмы

© проф. др. Франц Рупперт

Травма идентичности означает ...

17

- Я должен отречься от своего здорового «я», потому что переживаю невыносимую боль, страх, ярость и стыд.
- Это происходит многократно, ещё в утробе или во время родов, часто при сексуальной травме.



Основные причины травмы идентичности

18

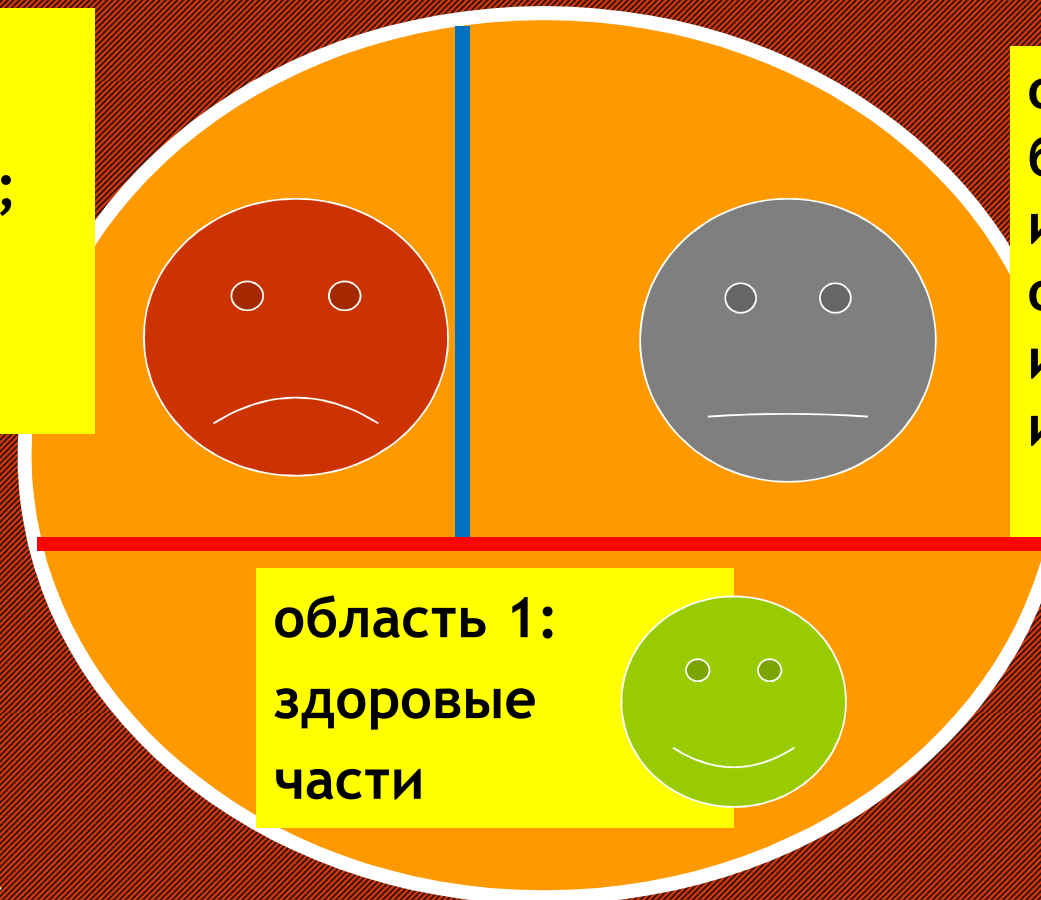
- Мать ребёнка не хотела (например, сделала попытку аборта).
- Родился ребенок «не того пола».
- Ребёнок с рождения попадает под влияние травмы и стратегии выживания матери.
- Ребёнок сексуально травмирован.



Раскол идентичности

19

область 2:
подавленное «я»,
подавленная воля;
травмированные
чувства: страх,
ярость, стыд



область 3:
бегство в
идентификацию и
отождествления;
иллюзии
идентичности

область 1:
здоровые
части

Травма идентичности ведет к:

20

- к поиску возможностей идентификации вовне
- к согласию с отождествлениями
- к идентификации с агрессорами
- к «цеплянию» за других людей
- к «прятанию» за слово «мы»
- к безответственности
- к иллюзорным представлениям о здоровом собственном «я»

Нарцисстическое расстройство личности

- **грандиозное ощущение собственной важности** (преувеличение достижений и талантов, ожидание признания превосходства без достаточных достижений)
- находится во власти **фантазий о грандиозном успехе**, власти, блеске, великолепии или идеальной любви
- считает себя «особенным» и единственным в своем роде, его могут понять только другие «особые» или высокопоставленные люди (или учреждения), общаться можно только с такими
- нуждается в чрезмерном восхищении
- большие претензии, **завышенные ожидания**, требует к себе особого отношения и автоматического исполнения его желаний

Нарцисстическое расстройство личности

- в межличностных отношениях **эксплуататор**, т.е. использует других для достижения собственных целей
- испытывает **недостаток эмпатии**: не готов узнавать и признавать чувства и потребности других или идентифицироваться с ними
- часто **завидует другим** или считает, что другие завидуют ему
- демонстрирует **надменное**, снисходительное поведение или высказывает суждения

(МКБ10, F 60.8; DSM IV 301.81)



- Отказ от себя самого означает потерю способности воспринимать реальность такой, как есть.
- Вместо этого реальность заменяется на функциональность.
- Осознанные действия заменяются на слепое функционирование.

„Расстройства типа зависимой личности“ МКБ 10, F60.7:

- „Нуждается в помощи при принятии большинства жизненных решений или передаёт принятие решений другим;
- Подчиняет свои потребности окружающим, по отношению к которым зависим, и демонстрирует неуместную терпимость к желаниям других;
- слабая готовность выражать обоснованные требования лицам, от которых они являются зависимыми;
- сильное чувство одиночества, преувеличенный страх неспособности позаботиться о себе;
- часто страх быть покинутым человеком, с которым состоит в близких отношениях, и остаться одному;
- ограниченная способность принимать решения в повседневной жизни без большого количества советов и одобрения окружающих.“
(Dilling, Mombaur und Schmidt 1993, S. 232).

«Вобщем я выжила, переняв идентичность моей матери, а вместе с ней чувства моих родителей и братьев и сестер. Так, отказавшись от своей собственной идентичности, я чувствовала себя живой, став агрессором по отношению к самой себе. Таким образом я потеряла свою идентичность в семье, в которой истинные и честные чувства любви и грусти заменялись «счастьем и радостью» - нашей идеологией выживания. Паталогические предпосылки для рака с самого начала создавались с помощью моих стратегий выживания: подавления собственных чувств и потребностей и постоянного внимания и заботы о чувствах окружающих.»
(Kate Collier in Ruppert/Banzhaf 2017)

- Тело и психика – это формы энергии, материи и информации.
- Они развиваются совместно.
- Психотравмы нарушают это единство.
- Они делают людей объектами, и люди сами превращаются в объекты, теряя связь с собственным «я».
- Последствиями этого становятся следующие травмы и физические «заболевания».

Идентичность и сексуальность

27

- Сексуальное развитие человека требует времени и должно быть вплетено в процесс развития собственной идентичности.
- Оно тоже может быть травмировано.
- Гетеросексуальная идентификация («настоящий мужчина», «настоящая женщина») может также служить стратегии выживания после перенесенной травмы.
- То же относится и к гомосексуальной и транссексуальной идентификации («я гей», «я лезбиянка», «я транссексуал»).

Ориентированная на идентичность терапия травмы (ОИПТ)

28

- приводит к осознанию собственных стратегий выживания
- ставит под вопрос идентификации и отождествления
- помогает расти здоровому «я» и собственной воле
- поддерживает процесс «разидентификации» с матерью

О
И
П
Т

Ориентированная на идентичность терапия травмы (ОИПТ)

29

- Способствует все большей осознанности в отношении своей биографии травмы.
- Приводит здоровое «я» и собственную волю в контакт с отщепленными травмированными частями.

О
И
П
Т

Ориентированная на идентичность терапия травмы (ОИПТ)

30

- запись своего запроса
- выбор резонаторов для слов и знаков препинания своего запроса
- невербальная фаза взаимодействия
- вербальный обмен резонаторов
- поддержка при выражении чувств и и признании фактов биографии

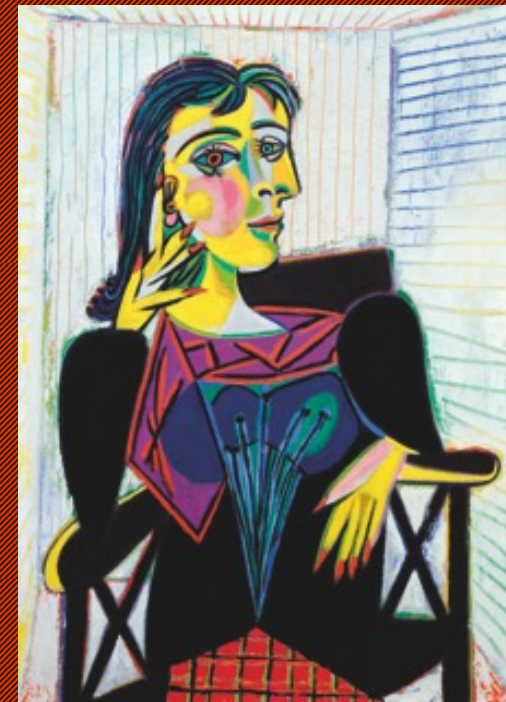
О
И
П
Т

- Dethlefsen, T. & Dahlke, R. (2008). Krankheit als Weg. Deutung und Bedeutung von Krankheitsbildern. München: Bassermann Verlag.
- Precht, R. D. (2007). Wer bin ich und wenn ja, wie viele. Eine philosophische Reise. München: Goldmann Verlag. (engl. Who am I and if so how many?)
- Rogers, C. (1961). On Becoming a Person: A Therapist's View of Psychotherapy. London: Constable.
- Ruppert, F. (2012). Symbioses and Autonomy. Steyning: Green Balloon Publishing.
- Ruppert, F. (Hg.) (2014). Frühes Trauma. Stuttgart: Klett-Cotta Verlag.
- Ruppert, F. (2015). Trauma, Love and Fear. Steyning: Green Balloon Publishing.
- Ruppert, F. & Banzhaf, H. (Hg.) (2017). Mein Körper, mein Trauma, mein Ich. München: Kösel Verlag.
- Walz-Pawlita, S., Unruh, B. & Janta, B. (Hg.) (2015). Identitäten. Gießen: Psychosozial Verlag.
- Watkins, John G. & Watkins Helen H. (2007). Ego States. Theory and Therapy. New York: W. W. Norton & Company.

Приглашение

32

- 4-ый международный конгресс
- «Моё тело, моя травма, моё «я»
- 12-14 октября 2018 в Мюнхене
- www.gesunde-autonomie.de



Pablo Picasso „Porträt of Dora Mar
© Sucession Picasso/VG Bild-Kunst, Bonn 2015