

LECZENIE WCZESNEJ TRAUMY metodą FRANZA RUPPERTA

GLÓWNE ZAŁOŻENIA

W momencie narodzin mamy już za sobą kilka miesięcy życia. To, przez co przechodzimy w trakcie ciąży czy narodzin, ma bardzo kształtujący wpływ na dalszy rozwój psychiczny i fizyczny, a nawet może warunkować cel naszego życia. Dobre, pełne miłości doświadczenia będą stanowić solidny fundament dla stabilnej osobowości. Negatywne doświadczenia, począwszy od stresu a skończywszy na przeżyciach traumatycznych, odcisną piętno na całym dalszym życiu.

Wiele z tego, co manifestuje się jako tak zwane zaburzenia lękowe, ataki paniki, fobie, może mieć swoje źródło we wczesnych traumach. Skutkiem wczesnej traumy jest często hiperaktywność lub depresja, brak poczucia własnej wartości, kurczowe trzymanie się destrukcyjnych relacji, utrata więzi – zarówno ze sobą samym, jak i niemożność bliskiej relacji w związkach. Całe życie człowieka, który przeszedł wczesną traumę, jest walką o przetrwanie, zamiast realizacją własnego potencjału i zdolności.

PSYCHOTRAUMATOLOGIA WIELOPOKOLENIOWA

Psychotraumatologia jest dziedziną naukową dynamicznie rozwijającą się w ostatnich latach. Dzięki wkładowi profesora psychologii Franza Rupperta powstała psychotraumatologia wielopokoleniowa.

Cechą specyficzną traumy, odróżniającą ją od doświadczeń stresujących – powszechnych i możliwych do zasymilowania – jest to, że po przejściu traumy ludzka psychika nie jest w stanie ani przepracować tych doświadczeń, ani „jakoś” zintegrować ich w życiu.

Franz Ruppert na podstawie obserwacji pacjentów stwierdził, że psychika osób strauumatyzowanych rozszerzają się po to, by pamiętać o traumatyzującym doświadczeniu została zepchnięta poza świadomość. Od traumatyzującym przeżyć nie można jednak tak po prostu odpocząć – pozostają aktywne w psychice, dopóki nie zostaną przepracowane, manifestując się poprzez przeróżne objawy. Często domniemana choroba albo powszechne i niegroźne, zdawałoby się, dolegliwości, jak na przykład ciagle zimne dłonie i stopy – to objawy zespołu stresu pourazowego.

Wczesna trauma jest bardzo specyficzna, ponieważ pochodzi z okresu prenatalnego i z wczesnego dzieciństwa, kiedy jeszcze nie potrafimy mówić. Metoda terapeutyczna opracowana przez Franza Rupperta umożliwia dostęp do tych wypartych traumatycznych wspomnień i uleczenie ich.

HISTORIA I ROZWÓJ

Franz Ruppert, twórca metody systemowych ustawień traumy, zainspirowany m.in. teorią więzi Johna Bowlby'ego, rozwinął ustawienia Hellingera w kierunku wielopokoleniowej psychotraumatologii systemowej.

Ruppert zetknął się z ustawieniami po raz pierwszy w 1994 roku i włączył je następnie do swojej praktyki terapeutycznej z pacjentami. Wkrótce

doszedł do wniosku, że w przypadku traumy ani klasyczne ustawienia rodzinne, ani inne formy terapii nie uwzględniają tego, że strumatyzowany człowiek żyje z dysocjacjami, które wprawdzie umożliwiły mu przeżycie traumatycznej sytuacji, lecz muszą zostać zintegrowane, aby ten człowiek rzeczywiście mógł wyzdrowieć.

Im wcześniej występuje psychiczna trauma, tym trwalsze jest jej oddziaływanie, i tym trudniej poradzić sobie z nią metodami psychoterapeutycznymi. Profesor Ruppert twierdzi, że klasyczna psychotraumatologia nie potrafi wyjaśnić takich zaburzeń, jak ciężkie depresje, schizofrenie i urojenia psychiczne, ponieważ nie analizuje traumy wielopokoleniowo.

Profesor Ruppert opracował skuteczną metodę leczenia wczesnej traumy, opartą na rodzinnych ustawieniach systemowych. Metoda ta otrzymała nazwę „ustawienia intencji”. Jest to stopniowy proces, uwalniający przede wszystkim z symbiotycznych uwikłań matką i ojcem oraz z uwikłań rodowych. Zmierzera do tego, by uwolnić się od tego, co przejęte od członków rodu w systemowej lojalności rodzinnej i przyjęcie tego, co własne.

Uzdrowienie traumy może odmienić i polepszyć całe życie danego człowieka. Dobrze prowadzona terapia traumy może być pięknym i głęboko poruszającym doświadczeniem wglądu.

Książka *Wczesna trauma* to zbiór tekstów pod redakcją Franza Rupperta o leczeniu traumy ciąży i narodzin, a także traumy związanej z przemocą seksualną, aborcją, sztucznym zapłodnieniem, śmiercią dziecka, adopcją.

PRZECZYTAJ O TYM WIĘCEJ

praca zbiorowa
pod redakcją

Franza Rupperta

Wczesna trauma
Rozpoznawanie i uwalnianie

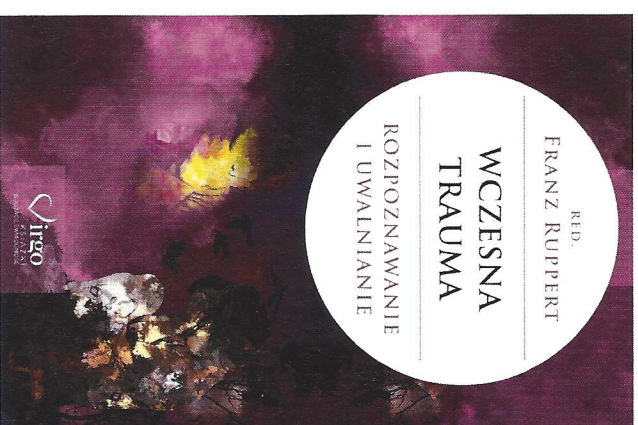
premiera: jesień 2016

320 stron

format 14,5 x 20,7 cm

oprawa miękka

ISBN 978-83-65400-04-8



Franz Ruppert – psychoterapeuta,
profesor psychologii w Katholisches
Stiftungsfachhochschule w Monachium.
Jest twórcą wielopokoleniowej
psychotraumatologii systemowej.
Jego „ustawienia intencji” są obecnie
samodzielną metodą terapii traumy.

