

**Что такое
душевная травма
и какая
психотерапия
может помочь?**



www.franz-ruppert.de

Франц Рупперт
Душевные травмы

Главные группы душевных заболеваний



- фобии
- депрессии
- нарушения структуры личности
- психозы и шизофрениии

Как возникает человеческая «душа»?

- Душа ребёнка возникает из сексуально-эмоционального контакта отца и матери.
- Душа ребёнка возникает ещё до рождения в его матери.



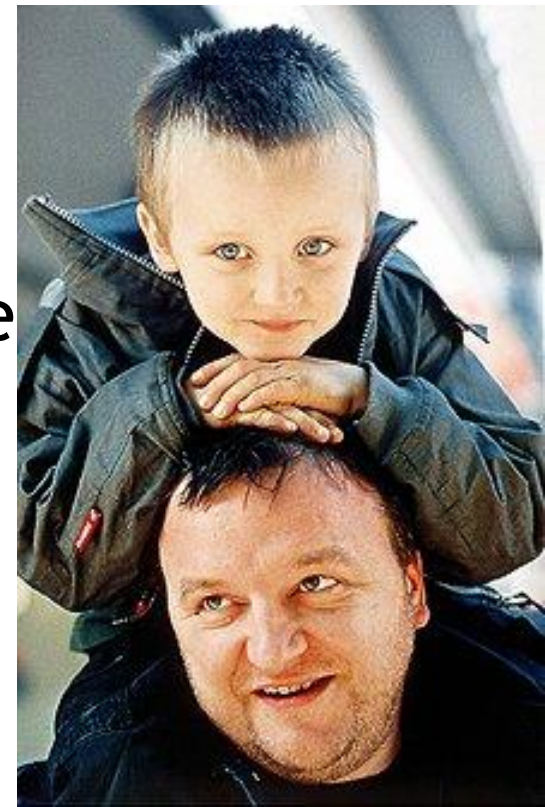
Как развивается человеческая «душа»?

- После рождения душа ребёнка развивается прежде всего в отражении души матери.
- Через связь с матерью формируются элементарные образцы эмоциональных реакций на мир. Они неосознанны.



Значение отца для развития души

- Отношение к отцу открывает ребёнку второй доступ к миру.
- Оно освобождает ребёнка из симбиоза с его матерью.
- Чтобы стать самостоятельным ребёнку необходимы надёжные отношения с отцом.



Каким образом происходит здоровое душевное развитие?

- Симбиотические потребности ребёнка в тепле, защищённости, поддержке, любви и принадлежности к семье должны быть удовлетворены.
- Стремление ребёнка к самостоятельности должно быть поддержано.



**Любовь ребёнка
к матери является
мощнейшей душевной силой.**



**«Прочная связь»
ребёнка с матерью
(J. Bowlby) является
основой для
доверия, автономии
и душевного
здоровья.**



Неудовлетворённые симбиотические потребности приводят к цеплянию за других людей, трудностям в регулировании чувств, кажущейся автономии, подозрительности в отношениях, уходу в болезнь.

Тоска по прочной связи с матерью сохраняется на всю жизнь.



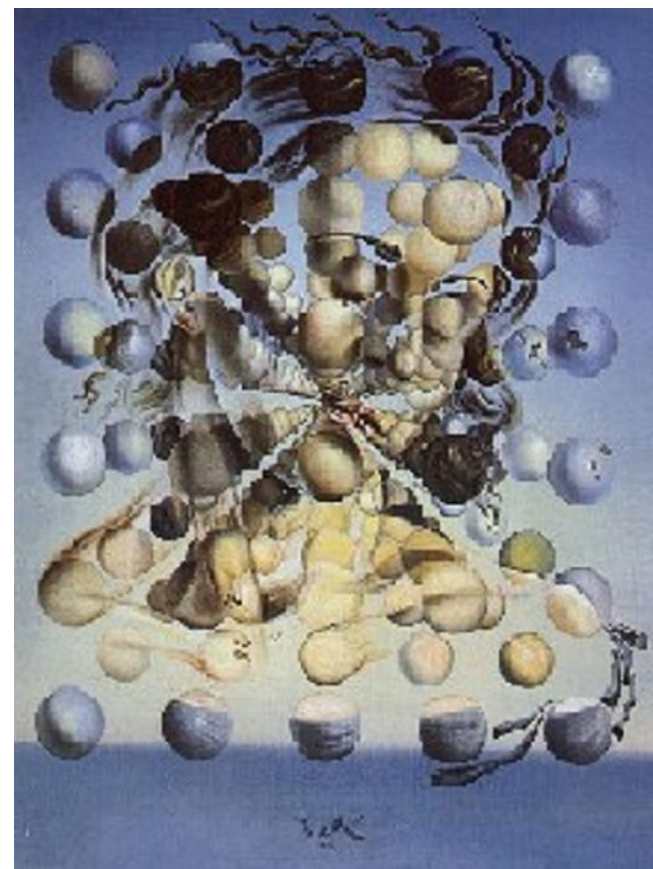
**Душевные
заболевания
являются во многих
случаях следствием
«нарушения
отношений».**

Франц Рупперт
Душевные травмы



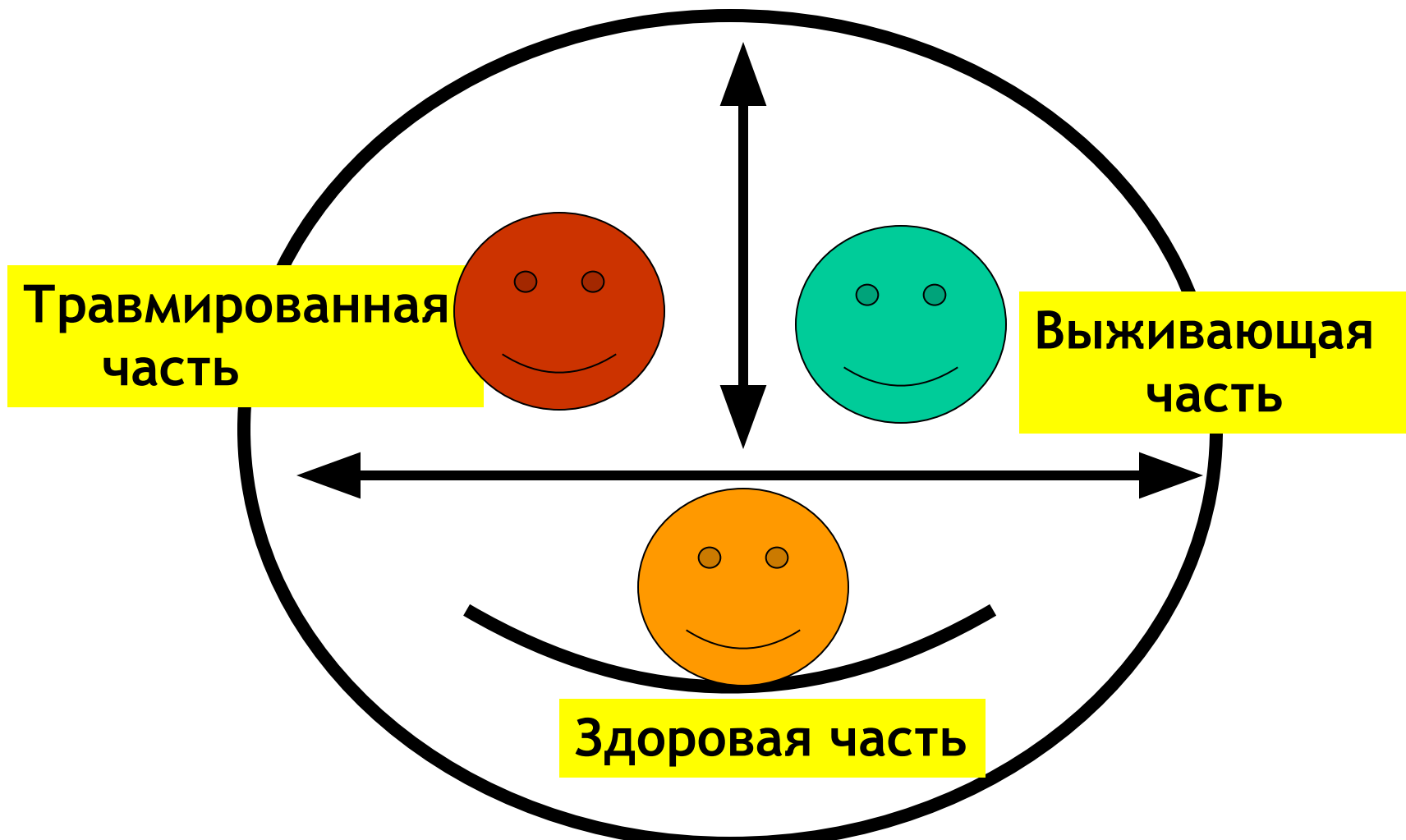
Что может разрушить душу?

- Травматический опыт разрушает единство души.
- Он ведёт к расколу личности.
- Травматические раны не заживают сами по себе.

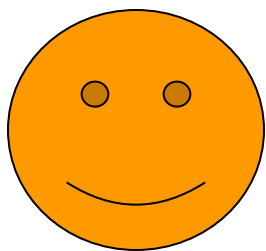


Франц Рупперт
Душевные травмы

Душевное расщепление после травматического опыта

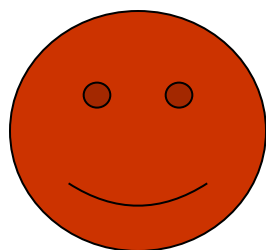


Франц Рупперт
Душевные травмы



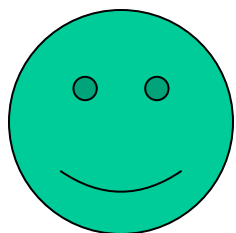
Признаки здоровых душевных частей

- способность открыто воспринимать реальность
- способность адекватно выражать чувства
- хорошая способность к вспоминанию
- доверие к другим людям
- способность создавать эмоциональные связи
- способность освобождаться от более нерелевантных отношений
- взрослый подход к сексуальности
- готовность к рефлексии собственных действий
- готовность к соразмерному принятию ответственности
- любовь к правде
- надежда на хорошее разрешение проблем



Признаки травмированных частей

- сохраняют воспоминание о травме
- останавливаются в возрасте на момент травмы
- ищут выхода из травмы
- могут реагировать неожиданным выплеском эмоций



Признаки выживающих частей

- являются охранниками душевного расщепления
- вытесняют и отрицают травму
- стараются не вспоминать о травме
- контролируют травмированные части
- ищут компенсации
- строят иллюзии
- расщепляются ВНОВЬ

Франц Рупперт
Душевные травмы



Психические заболевания это травмирования души.

Франц Рупперт
Душевные травмы



Душевные травмы



- экзистенциальная травма (например, тяжёлая авария, попытка убийства)
- травма потери (например, разлука, смерть любимого человека)
- травма отношений (например, сексуальное злоупотребление)
- травма системных отношений (например, убийство, инцест в системе)

Соответствие симптомов центральной душевным травмам

- панические атаки экзистенциальная травма
- тяжёлые депрессии травма потери
- нарушения структуры личности травма отношений
- психозы, шизофрениии отношений травма системных



Как связаны между собой нарушения отношений и травмы?

- Травматизирование разрушает способность создания отношений у родителей.
- Через душевную связь со своими родителями ребёнок принимает травмы прошлого в свою душу.



Франц Рупперт
Душевные травмы

Какая психотерапия может помочь?

- Терапия, способная помочь человеческой душе ориентирована на отношения и травмы.
- Она ищет первопричину в ранениях души.
- Она делает возможным дальнейшее душевное развитие через создание эмпатических отношений, конкретное осознание и сопровождаемое повторное переживание травмирующих воспоминаний.

Франц Рупперт
Душевные травмы



Принципы успешной психотерапии

- экзистенциальная травма - восстановление уверенности и душевного равновесия
- травма потери - разделение сфер жизни и смерти
- травма отношений - признание душевных ранений
- травма системных отношений - признание болезненной правды, освобождение от пребывающих в душевном замешательстве родителей

Франц Рупперт
Душевные травмы

