

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



[www.franz-ruppert.de](http://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.



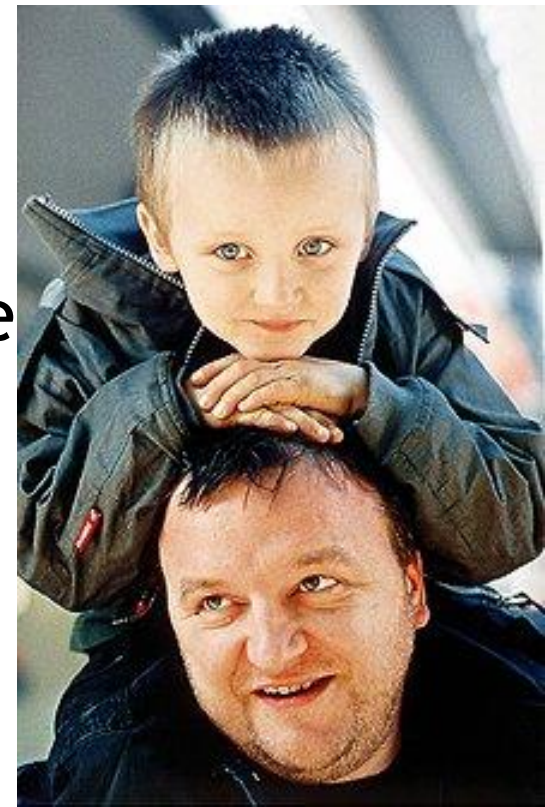
# Как развивается человеческая «душа»?

- 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 самобытности 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.**



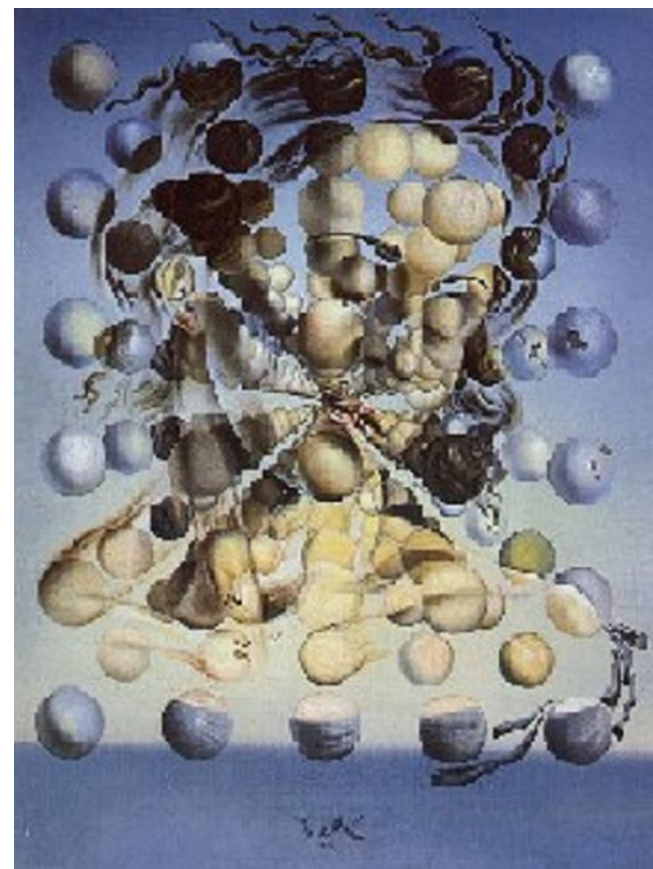
**Душевные  
заболевания  
являются во многих  
случаях следствием  
«нарушения  
отношений».**

Франц Рупперт  
Душевные травмы



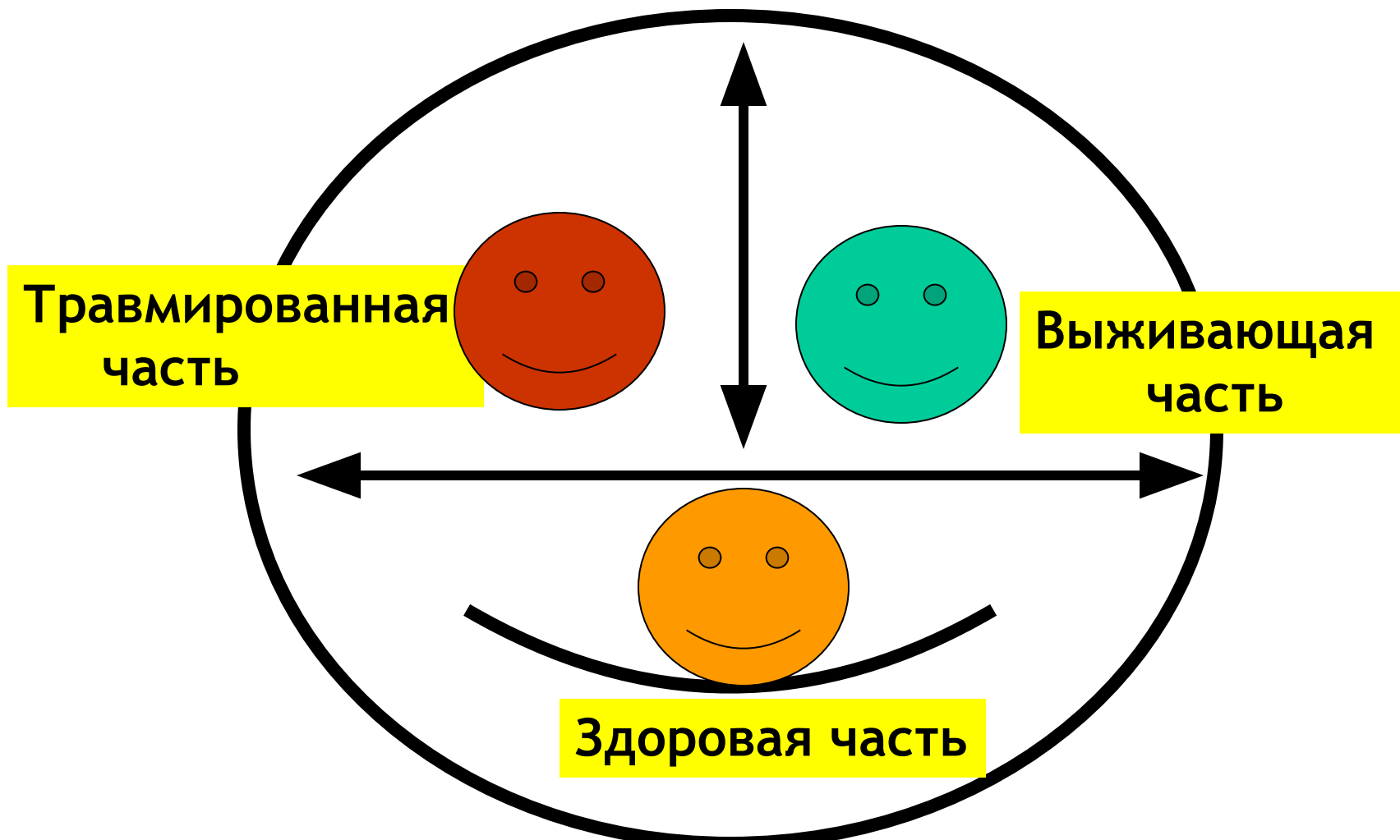
# Что может разрушить душу?

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

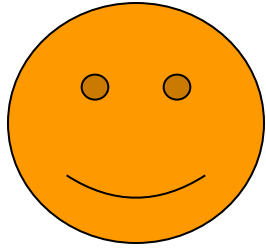


Франц Рупперт  
Душевные травмы

# Душевное расщепление после травматического опыта

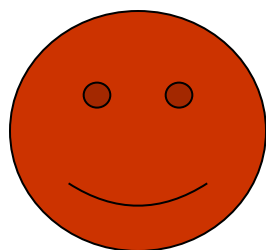


Франц Рупперт  
Душевные травмы



# Признаки здоровых душевных частей

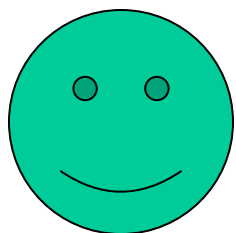
- способность открыто воспринимать реальность
- способность адекватно выражать чувства
- хорошая способность к вспоминанию
- доверие к другим людям
- способность создавать эмоциональные связи
- способность освобождаться от более нерелевантных отношений
- взрослый подход к сексуальности
- готовность к 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

