

Franz Ruppert

Frühes Trauma

Schwangerschaft, Geburt
und erste Lebensjahre

ZU DIESEM BUCH

Schwangerschaft, Geburt und erste Lebensjahre bergen viele Risiken für früheste Traumatisierungen, so z. B. durch Abtreibungsversuche, schwierige Geburt oder eine postpartale Depression der Mutter. Diese und viele andere Störungsmöglichkeiten der frühen Lebenszeit können durch das von Franz Ruppert entwickelte Verfahren »Aufstellung des Anliegens« ins Bewusstsein geholt werden. In einer ausführlichen Einleitung und in 16 Einzelbeiträgen erschließt sich die ganze Bandbreite der Entwicklungsrisiken und der Heilungsmöglichkeiten.

Prof. Dr. Franz Ruppert, Diplom-Psychologe, Psychologischer Psychotherapeut, ist Professor an der Katholischen Stiftungshochschule München und in eigener Praxis tätig. Er leitet in Deutschland und weltweit regelmäßig therapeutische Gruppenseminare mit der von ihm entwickelten Methode »Aufstellen des Anliegens«; zahlreiche Veröffentlichungen zu seinem Arbeitsschwerpunkt Trauma und Aufstellungsarbeit.

Franz Ruppert

Frühes Trauma

Schwangerschaft, Geburt und erste Lebensjahre

Co-Autorinnen:

Birgit Assel, Vivian Broughton, Doris Brombach,
Annemarie Denk, Christina Freund, Gabriele Hoppe,
Liesel Krüger, Petra Lardschneider, Manuela Specht,
Andrea Stoffers, Dagmar Strauss, Cordula Schulte,
Alice Schultze-Kraft, Marta Thorsheim, Margriet Wentink

Klett-Cotta

Das Werk einschließlich aller seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung ist ohne Zustimmung des Verlags unzulässig. Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen und die Speicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen.

Klett-Cotta

www.klett-cotta.de

© 2014 by J. G. Cotta'sche Buchhandlung

Nachfolger GmbH, gegr. 1659, Stuttgart

Alle Rechte vorbehalten

Datenkonvertierung: le-tex publishing services GmbH, Leipzig

Printausgabe: ISBN 978-3-608-89150-8

E-Book: ISBN 978-3-608-10751-7

PDF-E-Book: ISBN 978-3-608-20254-0

Dieses E-Book entspricht der aktuellen Auflage der Printausgabe.

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

Inhalt

Vorwort	11
1. Frühe Traumatisierungen und das »Aufstellen des Anliegens« (Franz Ruppert)	15
1.1 Mehrgenerationale Psychotraumatologie	18
1.2 Traumatisierung durch Naturgewalten	21
1.3 Traumatisierung durch Menschengewalt	21
1.4 Traumatisierung der Liebe	25
1.5 Traumatisierung der Sexualität	33
1.6 Quellen früher Traumatisierungen	41
1.7 Traumatisierte und traumatisierende Mütter	46
1.8 Väter und frühes Trauma	49
1.9 Das traumatisierende Potenzial der Geburtshilfe und -medizin	50
1.10 Assistierte Reproduktion	52
1.11 Frühe Gewalterfahrungen	53
1.12 Das »Aufstellen des Anliegens« – eine trauma- therapeutische Option	54
1.13 Was macht das »Aufstellen des Anliegens« zuverlässig? ..	57
1.14 Schritte zur Traumaintegration	59
1.15 Trauma-Überlebensstrategien erkennen	63
1.16 Frühes Bewusstsein?	66
2. Die Zeugung als Ausgangspunkt für frühe Traumatisierungen (Marta Thorsheim)	68
2.1 Die Zeugung bei Eltern mit gesunden psychischen Strukturen	68
2.2 Die Zeugung bei Eltern mit Traumaanteilen und Überlebensanteilen	68

2.3	Das sexuelle Verhältnis zwischen den Geschlechtern früher und heute	69
2.4	Traumatisierte Eltern – eine historische Konstante	71
2.5	Zeugung als Vergewaltigung	73
2.6	Zeugung als Ersatzkind	75
2.7	Zeugung, um die eigenen Eltern zu ersetzen	76
2.8	Hineingezeugt in eine Familie von Opfern und Tätern ..	78
3.	Mütterliche Ambivalenz in der Schwangerschaft (Alice Schultze-Kraft)	81
3.1	Die Gesichter mütterlicher Ambivalenz	83
3.2	Folgen mütterlicher Ambivalenz	84
3.3	Das eigene Symbiosetrauma der Mutter	86
3.4	Folgen für die therapeutische Arbeit	89
4.	Unerfüllter Kinderwunsch (Annemarie Denk)	91
4.1	Statistische Daten	92
4.2	Was steht hinter dem Kinderwunsch?	94
4.3	Blockaden und Störungen für den Kinderwunsch	95
4.4	Der Beginn des Fühlens und der Wahrnehmung	96
4.5	Künstliche Befruchtung als mögliche Quelle für die Entstehung von Traumata	97
4.6	Samenspende/Eizellspende/Leihmutterschaft	100
4.7	Folgen der künstlichen Befruchtung für die Kinder	101
4.8	Alternativen zur künstlichen Reproduktion	103
5.	Abtreibungen und Trauma (Gabriele Hoppe)	105
5.1	Häufigkeit von Abtreibungen	106
5.2	Rechtliche Regelungen	107
5.3	Abtreibungsmethoden	108
5.4	Folgen von Abtreibungen für die Frauen	110
5.5	Die Rolle der Väter	112
5.6	Die gesellschaftliche Situation der schwangeren Mütter ..	112

5.7	Psychische Folgen und Möglichkeiten ihrer Bearbeitung	114
5.8	Kinder, die Abtreibungen überlebt haben	118
5.9	»Aufstellen des Anliegens« bei überlebten Abtreibungen	121
6.	Traumatische Erfahrungen in der Gebärmutter	
	(Doris Brombach)	128
6.1	Die Gebärmutter als Sinnbild von Weiblichkeit	128
6.2	Aufstellungen mit Kindern	131
7.	Schwangersein und Gebären aus Sicht der mehr-	
	generationalen Psychotraumatologie (Birgit Assel)	136
7.1	Vorsorgeuntersuchungen erzeugen Sorgen	136
7.2	Pränataldiagnostik erschwert die Mutter-Kind- Beziehung	138
7.3	Frauen in der Opferhaltung	142
7.4	Medizinische Geburtshilfe	144
7.5	Die Entwicklung der medizinischen Geburtshilfe im historischen Kontext	145
7.6	Geburt und sexuelle Gewalt	149
7.7	Gewalterfahrungen von Frauen während des Geburtsprozesses	150
7.8	Gebären und die Frauenbewegung der 80er-Jahre	153
7.9	Geburten im 21. Jahrhundert	154
7.10	Routinemaßnahmen und Stress während der »normalen« Geburt	156
7.11	Hausgeburten	159
7.12	Kaiserschnittgeburten	159
7.13	Der geplante Kaiserschnitt	161
8.	Frühgeburten als Folgen und Ursachen von	
	Traumatisierungen (Manuela Specht)	166
8.1	Frühgeburten aus medizinischer Sicht	166
8.2	Die Känguru-Methode als Überlebenshilfe	167
8.3	Stress und Frühgeburten	168

8.4	Trauma und Frühgeburt	169
8.5	Frühgeburt und Symbiosetrauma	172
8.6	Persönliche Erfahrungen mit der Methode der Aufstellungsarbeit	174
9.	Abnabelungs- und Wiederanbindungsprozess als letzte Phase der Geburt (Dagmar Strauss)	175
9.1	Die erste Begegnung von Mutter und Kind außerhalb des Mutterleibes	175
9.2	Die Rolle des Vaters beim Geburts- und Bindungsprozess	179
9.3	Ein gelungener Abnabelungs- und Neuanbindungsprozess	180
9.4	Traumatisierung während der letzten Phase der Geburt	183
9.5	Eine traumatisch unterbrochene Anbindung	185
9.6	Hilfe für symbiosetraumatisierte Kinder	188
10.	Fehl- und Totgeburten als Trauma (Cordula Schulte)	192
10.1	Der Tod eines Kindes – ein Verlusttrauma	193
10.2	Zahlen – Daten – Fakten	194
10.3	Die therapeutische Praxis	195
10.4	Fehl- und Totgeburten in der Familie	197
10.5	Der Bindungsprozess während der Schwangerschaft	199
10.6	Folgekinder und Störungen der Bindungsbereitschaft ...	200
10.7	Sogenannte »Schreikinder«	202
10.8	Aufstellungen bei einem Verlusttrauma	203
10.9	Zurück zum »Bauchgefühl«	204
11.	»Psychosen« nach der Geburt (Petra Lardschneider)	205
12.	Mütter zwischen Karrierewünschen, Geldnöten und Zeit für ihre Kinder (Christina Freund)	216
12.1	Wie lange können Kinder ohne Mutter sein?	217
12.2	Stress-Studien zu Kinderkrippen und Kindertagesstätten	220

12.3	Geben traumatisierte Mütter ihre Kinder leichter in Kinderkrippen und Fremdbetreuung?	223
12.4	Spaltung als notwendiger Überlebensmechanismus der Kinder	225
13.	Aufwachsen bei den Großeltern als frühes Trauma (Andrea Stoffers).....	228
14.	Gewalt statt Liebe von Anfang an (Margriet Wentink) ...	237
14.1	Frühe Gewalt	237
14.2	Verborgene Gewalt	238
14.3	Die Folgen früher Gewalt für die Persönlichkeits- entwicklung	240
14.4	Schritt für Schritt die Wahrheit zulassen	244
14.5	Explizites und implizites Gedächtnis	246
15.	Frühes Trauma, Adoption und Pflegeeltern (Liesel Krüger)	253
15.1	Eigene Statistik	256
15.2	»Arbeit am Tonfeld®«	256
15.3	»Arbeit am Tonfeld®« mit Pflege- und Adoptiveltern ...	262
16.	Essstörungen als Folgen früher Traumatisierungen	265
	(Andrea Stoffers)	
17.	»Magersucht« und frühes Trauma (Franz Ruppert)	272
18.	Symbiotisches Trauma in der Einzelarbeit (Vivian Broughton).....	275
18.1	Trauma und Einzelsetting	275
18.2	Das »Aufstellen des Anliegens« im Einzelsetting	277
18.3	Herausforderungen und Vorteile	278

19. Heilung und Prävention von frühen Traumata (Franz Ruppert)	286
19.1 Schrittweise Heilungsprozesse	286
19.2 Vorbeugen ist effektiver als heilen	288
Anhang	293
Glossar von Fachbegriffen	293
Literatur	297
Informationen aus Tages- und Wochenzeitungen	306
Internetlinks	306
Autorenverzeichnis	307

Vorwort

Dass wir in der Regel bereits neun Monate alt sind, wenn wir »auf die Welt kommen«, wissen wir. Dass auch unser psychisches Leben bereits vor der Geburt beginnt, ist noch nicht zum allgemeinen Wissen geworden. Sonst würden wir uns dem werdenden Leben gegenüber anders verhalten – in der Partnerschaft, innerhalb der Familie, in der Schwangerschaftsvorsorge, Geburtshilfe oder auch in der sogenannten assistierten Reproduktion.

Ungeborene sind wahrnehmende, fühlende und erkennende Wesen. Was sie während der Schwangerschaft und während des Geburtsprozesses erleben, hat eine prägende Wirkung auf ihre weitere körperliche wie psychische Entwicklung. Es können gute und liebevolle Erfahrungen sein, die ein solides Fundament legen für eine stabile und in sich ruhende Persönlichkeit. Es können aber auch Erfahrungen von Stress bis hin zu traumatisierenden Erlebnissen sein, die dann möglicherweise ein ganzes Leben negativ prägen.

Die verschiedenen Möglichkeiten, ein »frühes Trauma« zu erleiden, sind daher auch im Rahmen psychotherapeutischer Behandlungen in Betracht zu ziehen. Wenn Menschen an Symptomen leiden, die man als »Ängste«, »Depressionen«, »Persönlichkeitsstörungen« oder gar »Psychosen« bezeichnet, ist deren Ursache möglicherweise schon vor der Geburt eines Patienten zu finden.

»Frühes Trauma« ist die Fortsetzung des Projekts, eine umfassende Theorie einer mehrgenerationalen Psychotraumatologie zu entwickeln. Begonnen habe ich dieses Vorhaben mit dem Schreiben der »Verwirrten Seelen«, erschienen 2002 im Kösel Verlag München. Diesem Buch folgten »Trauma, Bindung, Familienstellen«, »Seelische Spaltung und Innere Heilung« und »Symbiose und Autonomie«, jeweils 2005, 2007 und 2010 im Klett-Cotta Verlag Stuttgart veröffentlicht. Danach kam noch »Trauma, Angst und Liebe«, 2012 wiederum beim Münchner Kösel Verlag herausgebracht.

Das »Aufstellen des Anliegens« auf der Grundlage der mehrgenerationalen Psychotraumatologie ist mittlerweile zu einer eigenständigen

gen traumatherapeutischen Methode geworden. Sie kann bei einem breiten Spektrum von psychischen wie körperlichen Symptomen eingesetzt werden, um deren Ursachen in der Tiefe zu erkennen und adäquate Hilfestellungen zu entwickeln. Wie die zahlreichen Fallbeispiele in diesem Buch zeigen sollen, eignet sie sich besonders, um Zugang zu den implizit gespeicherten Erinnerungen aus der vorsprachlichen Zeit zu bekommen. Für die mehrgenerational angelegte Traumatherapie ist es wichtig, den Blickpunkt nicht nur auf die aktuelle Situation von Zeugung, Schwangerschaft, Geburt und frühe Säuglings- und Kinderzeit zu legen. Da auch Menschen psychotherapeutische Hilfe suchen, die ab ca. 1930 geboren sind und deren Eltern und Großeltern noch Ende oder Anfang des 20. Jahrhunderts gelebt haben, müssen auch diese historischen Zeiträume mit ihren jeweiligen Rahmenbedingungen für Schwangersein und Gebären in den Blick genommen werden.

Inzwischen sind Therapeutinnen und Therapeuten durch Weiterbildungen in meiner Theorie und Methode und durch die Arbeit an den eigenen Themen mitgewachsen. Es war daher nicht schwer, Autorinnen zu finden, die aufgrund persönlicher und aus Erfahrungen als Therapeutinnen die Themen bearbeiten konnten, die beim »Frühen Trauma« von Relevanz sind. Ihre Beiträge in diesem Buch sind in erster Linie aus der Perspektive von Praktikerinnen geschrieben.

Ich bedanke mich ganz herzlich bei Birgit Assel, Vivian Broughton, Doris Brombach, Annemarie Denk, Christina Freund, Gabriele Hoppe, Liesel Krüger, Petra Lardschneider, Manuela Specht, Andrea Stoffers, Dagmar Strauss, Cordula Schulte, Alice Schultze-Kraft, Marta Thorsheim und Margriet Wentink für die spontane Bereitschaft, ihr Wissen, ihre Gefühle und ihr therapeutisches Engagement in die jeweiligen Beiträge einfließen zu lassen.

Eine Autorin, Doris Brombach, ist am 25. Januar 2014 für uns alle unerwartet gestorben. Wir sind davon tief betroffen und hoffen, dass der Beitrag von Doris in diesem Buch zeigt, mit welcher Intensität sie sich ihrer therapeutischen Arbeit gewidmet hat. Mit ihrem Beitrag in diesem Buch wird sie uns in ganz besonderer Weise in Erinnerung bleiben.

Für die sorgfältige Lektüre des Gesamtmanuskripts und die zahlreichen Anregungen bedanke ich mich ganz herzlich bei Mechthild Gross. Mein besonderer Dank gilt auch den Mitarbeiterinnen und Mit-

arbeitern des Klett-Cotta Verlags. Frau Dr. Christine Treml hat dieses Buch in gewohnt souveräner Weise als Lektorin begleitet und seine Veröffentlichung auf den Weg gebracht.

München, im Mai 2014

Franz Ruppert

