

Franz Ruppert: Neue Methode in der Trauma-Therapie

Unsere eigene Fortbildung nehmen wir - Ute Griebel und Renate Biebrach - im Bereich **Aufstellungsarbeit** wahr. Hier sind wir zunächst auf die Bücher von Prof. Dr. Franz Ruppert gestoßen, der in München lebt und lehrt. Einmal im Jahr gibt er allerdings ein Wochenendseminar in Neuss – organisiert von der Neusser Therapeutin Andrea Stoffers. Wir waren in diesem Jahr zum zweiten Mal dabei und sind begeistert.



Andrea Stoffers und Franz Ruppert

Professor Dr. Franz Ruppert arbeitet mit dem „Anliegen“ des Fallgebers, einem kurzen Satz, zum Beispiel „Ich möchte meinen Sohn besser verstehen.“ Dabei gehen einzelne Gruppenteilnehmer, die der Fallgeber auswählt, in Resonanz mit einem einzelnen Wort aus dem **Anliegensatz**, zum Beispiel mit „besser“ oder „möchte“ und suchen sich – nach Bauchgefühl - einen passenden Platz im Raum. „Besser“ setzt sich vielleicht auf einen Tisch und „möchte“ schaut aus dem Fenster. Dann geht der Fallgeber von einem zum anderen Darsteller und fragt sie, was sie ausdrücken möchten. Franz Ruppert begleitet und verstärkt wichtige Assoziationen und Erkenntnisse.

Die Worte des Anliegensatzes stehen für Persönlichkeitsanteile des Fallgebers; sie können auch für die Eltern, d.h. für das innere Bild der Eltern stehen. Für Ruppert sind die erlittenen seelischen Verletzungen des Kindes von Mutterleib an (z. B. nicht gewollt gewesen zu sein) die Ursache für fast alle Störungen, die sich später im Leben zeigen. Die langwierigen Therapien von Depressionen, Süchten und sonstigen psychischen Erkrankungen sowie viele somatische Krankheiten sieht er als ein Herumkurieren an Symptomen. Was hilft

ist, das zu Grunde liegende Trauma zu entdecken (vorsichtig, schrittweise) und sich durch Selbst-Empathie und Mitgefühl mit dem jüngeren Ich zu heilen.

Ein Kind ist auf die Liebe und Fürsorge der Eltern vollkommen angewiesen und tut alles dafür, geliebt zu werden. Das Kind ist unbewusst hoch empathisch und übernimmt das Lebensgefühl der Bezugspersonen, ihre Liebe (genau wie ihre fehlende Liebe), ihre Freude und ihr Wohlbefinden, ebenso auch ihre Ängste, das Gefühl von Hetze, Gereiztheit, Traurigkeit und Wut. Wenn die Eltern nicht funktionieren, kompensiert das Kind: Es strengt sich an, die traurige Mutter zu erheitern, den verstörten Vater zu trösten, ein verschlossenes Gemüt doch noch zu erreichen, ein kaltes Herz zu erwärmen.

Es lernt bei dieser Gelegenheit beide Rollen: Das Verhalten, das ihm vorgelebt wird und das Verhalten, mit dem es darauf reagiert.

Das Kind entwickelt die passenden Verhaltensstrategien: Lieb sein, fleißig sein, lustig sein, oder Verantwortung übernehmen, sich zusammenreißen, niemandem zur Last zu fallen oder auch mit allem allein fertig zu werden.

Franz Ruppert spricht von Überlebensstrategien.

So kann das Kind die unerträgliche Erfahrung abspalten, „vergisst“ sie und vermeidet alles, was auch nur von ferne daran erinnert. (Auf diese Weise wird der Aktionsradius im Laufe des Lebens immer kleiner.) Gleichzeitig wirkt und wühlt das Abgespaltene im Inneren und will ans Licht. Es kann – nach Jahrzehnten – noch zu Re-inszenierungen mit vertauschten Rollen kommen. Das ehemalige Opfer wird zum Täter. Häufiger ist es allerdings, dass Kinder, die viel gelitten haben, sich selbst schlecht behandeln.

Nun die gute Nachricht: Wer die eigene Trauma-Biografie aufarbeitet, hat die Chance, als erwachsener Mensch die eigene Seele durch Trost und Mitgefühl für sich selbst zu heilen und die Eigenschaften eines fröhlichen Kindes nachreifen zu lassen: Lebensfreude, Freiheit, Kreativität und die Fähigkeit, Schönes zu genießen.

Eine Auswahl der Bücher von Franz Ruppert:

Trauma, Bindung und Familienstellen.

Frühes Trauma.

Wer bin Ich in einer traumatisierten Gesellschaft.

Am 18./19. Januar 2020 kommt Franz Ruppert wieder nach Neuss.

Nähere Infos über Andrea Stoffers. Zentrum Mensch in Neuss,

www.hp-stoffers.de