

# Simbiosi e Autonomia

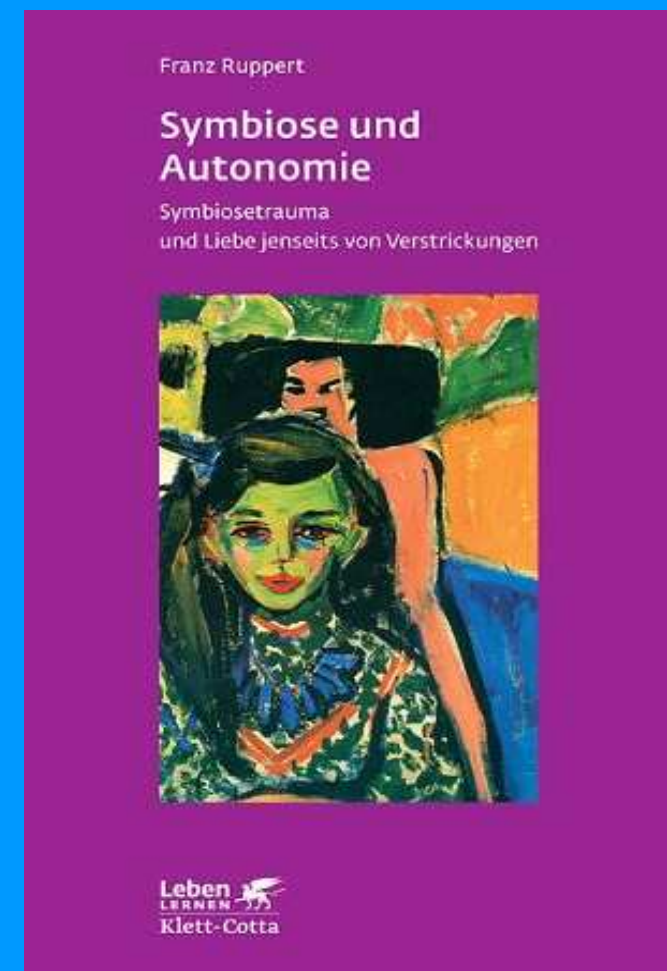
Trauma della simbiosi e  
amore oltre gli  
irretimenti

Pratissolo, 2 settembre 2011

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



# Collana “Imparare a vivere” del Editore Klett-Cotta

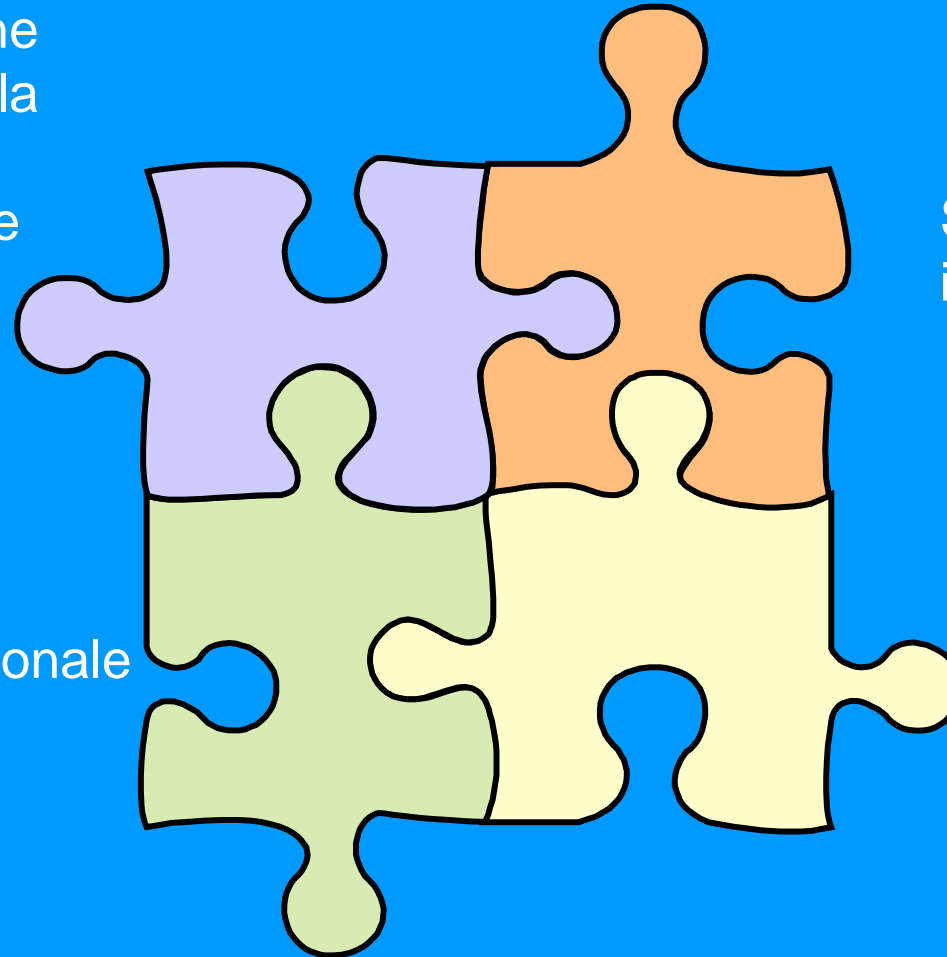


Nuovo da settembre 2010



# Rete psicosomatica

Comunicazione  
cellula-a-cellula  
trasmessa  
geneticamente



Sistema  
immunitario

Sistema psichico

multimodale  
selettivo  
adattivo  
creativo

Sistema ormonale

# Compito principale della “psiche”

Aiuta l'organismo vivente ad ottenere un accesso alla realtà dentro al proprio corpo e al di fuori del proprio corpo per sopravvivere e per proliferare.

La „psiche“ è una parte della rete psichosomatica, necessaria per l'esistenza di un essere umano.



# Funzioni principali della psiche

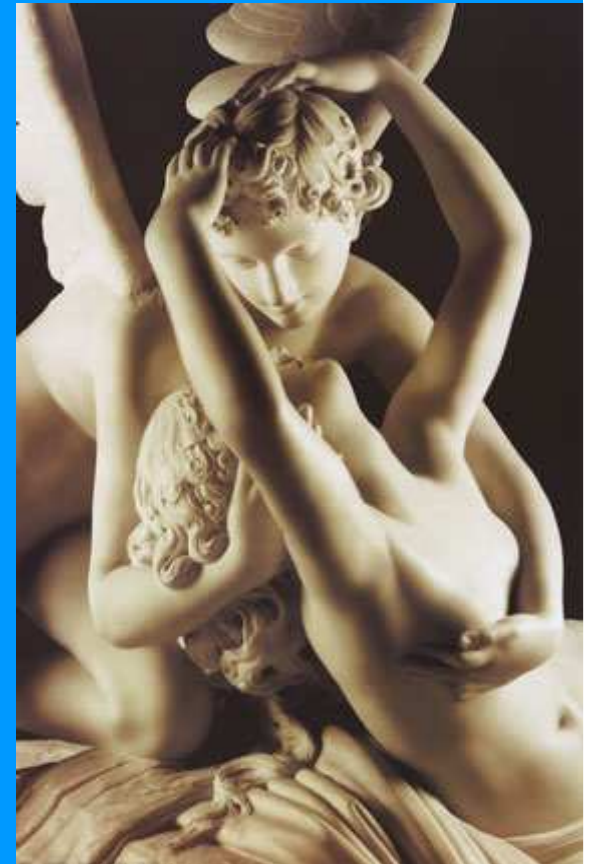
percepire

sentire

pensare

ricordare

consapevolezza di sé stessi



„Psiche“ sono i diversi programmi software per elaborare delle informazioni e guidare delle azioni umane.  
„Anima“ è ciò che gli esseri umani percepiscono come il loro essere più interiore.

# Tre stati principali della psiche

Stato di benessere



Nessun pericolo esistenziale  
**Apertura alla realtà**

Programmi di stress



Pericolo esistenziale imminente  
**Restringimento della realtà**

Reazioni di emergenza  
traumatica



Pericolo travolgente  
**Interruzione della realtà**

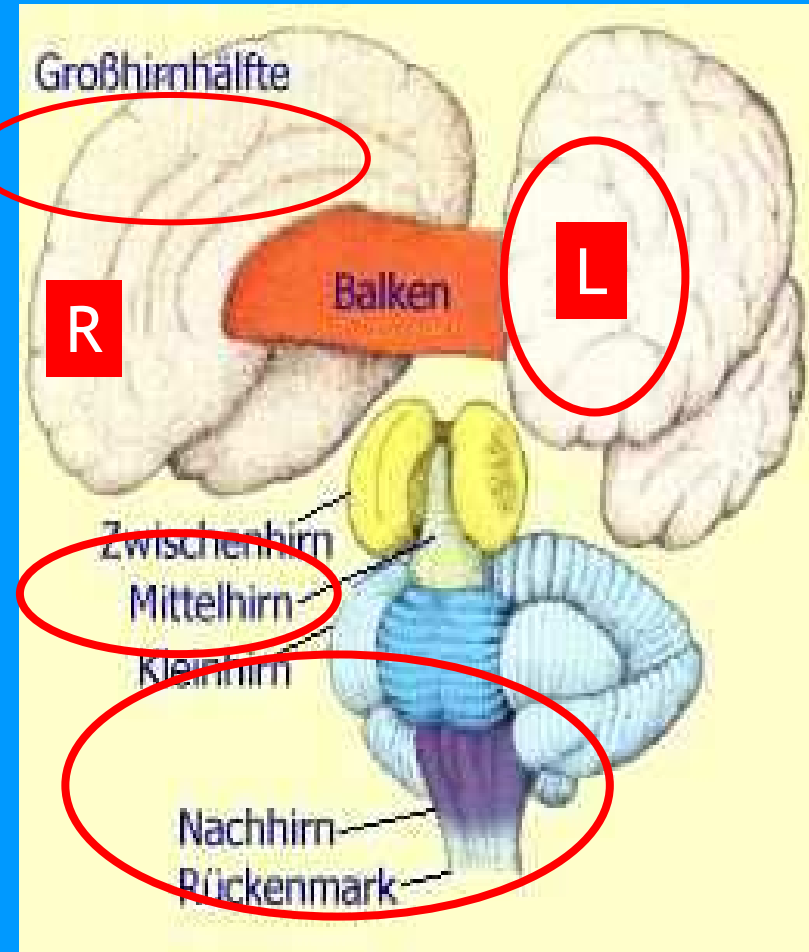
# I quattro cervelli principali dell'uomo e i loro programmi psichici centrali

L'emisfero sinistro: Parla ! Pensa in modo logico razionale! Chi sei tu ? Sii io!

L'emisfero destro: Fatti delle foto e delle immagini ! Associa! Invento il tuo mondo !

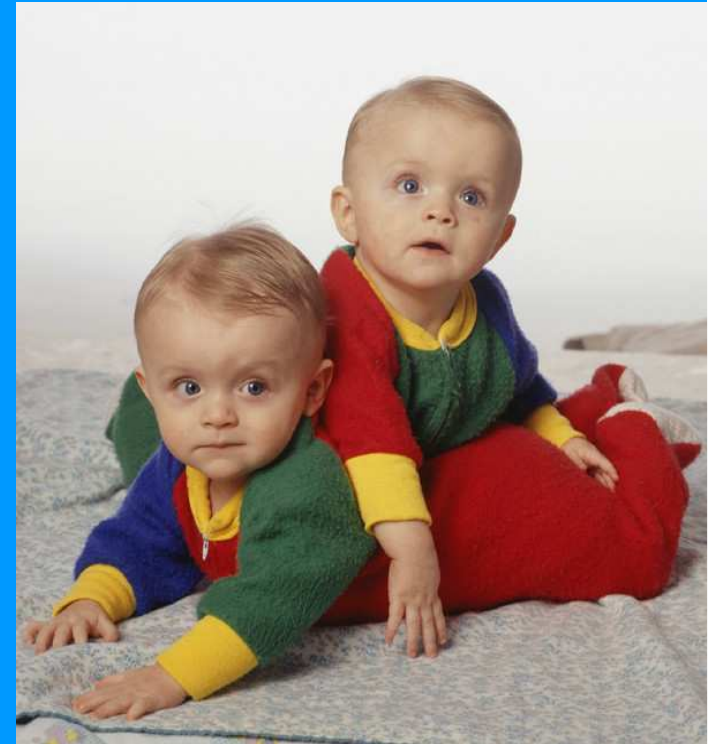
Il cervello del mammifero: Condividi ! Ama così sarai amato ! Mantieni l'appartenenza !

Il cervello del predatore: Mangia o muori ! Fuggi o attacca ! Paura o aggressione.





Lo sviluppo umano  
avviene nello scambio  
tra esigenze  
simbiotiche ed esigenze  
di autonomia.





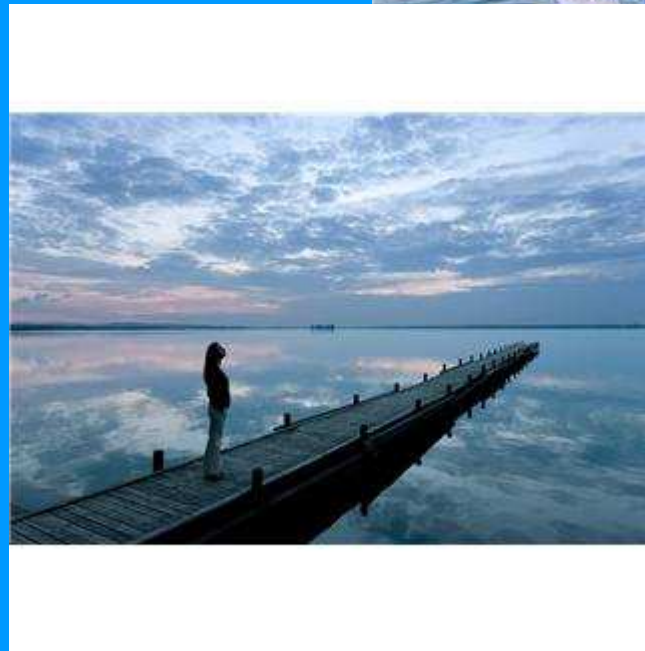
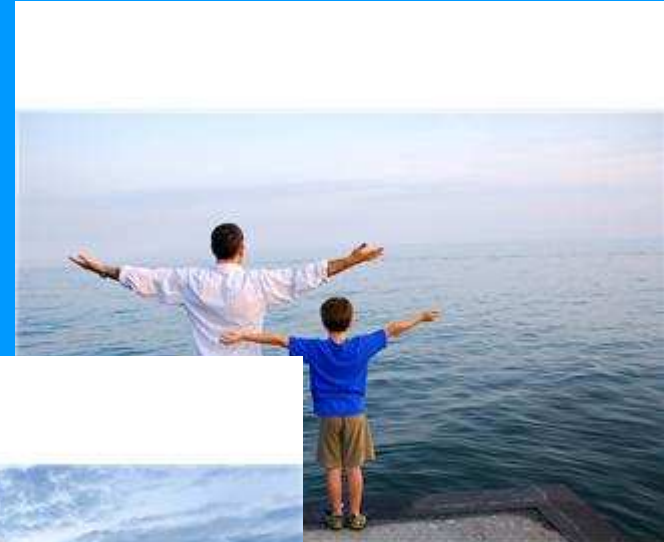
# Esigenze simbiotiche primordiali

- ❖ Venire nutriti
- ❖ Venire scaldati
- ❖ Avere contatto fisico
- ❖ Essere tenuti stretti
- ❖ Contatto visivo
- ❖ Essere visti
- ❖ Venire capiti
- ❖ Essere sostenuti
- ❖ Ricevere appoggio
- ❖ Appartenere insieme



# Esigenze di autonomia

- ❖ Essere a se stanti
- ❖ Trovare sostegno in se stessi
- ❖ Fare qualcosa da soli
- ❖ Essere indipendenti
- ❖ Essere liberi
- ❖ Decidere da soli
- ❖ ...



# Come si arriva ad uno sviluppo mentale sano ?

Le esigenze simbiotiche infantili di calore, protezione, sostegno, amore e appartenenza vengono accontentate dalla madre e dal padre.

Il desiderio di autonomia del bambino viene sostenuto da entrambi i genitori.



L'esperienza di vita che imprime più forte la psiche di un essere umano

...

è la relazione  
simbiotica con sua  
madre.



# Ogni bambino è doppiamente legato nella simbiosi con la propria madre:

**passivamente:** le qualità mentali della madre si imprimono nelle strutture mentali di base del bambino

**attivamente:** il bambino si aggrappa alla madre e cerca di accontentare le sue esigenze.



**Il legame d'amore di un bambino verso sua madre è la forza mentale maggiore.**



# La relazione con la madre può diventare un trauma della simbiosi per un bambino

Il bambino è indifeso e impotente per costruire un contatto emotivo, stabile, sicuro, e che dia un sostegno, verso sua madre la quale lei stessa è traumatizzata.

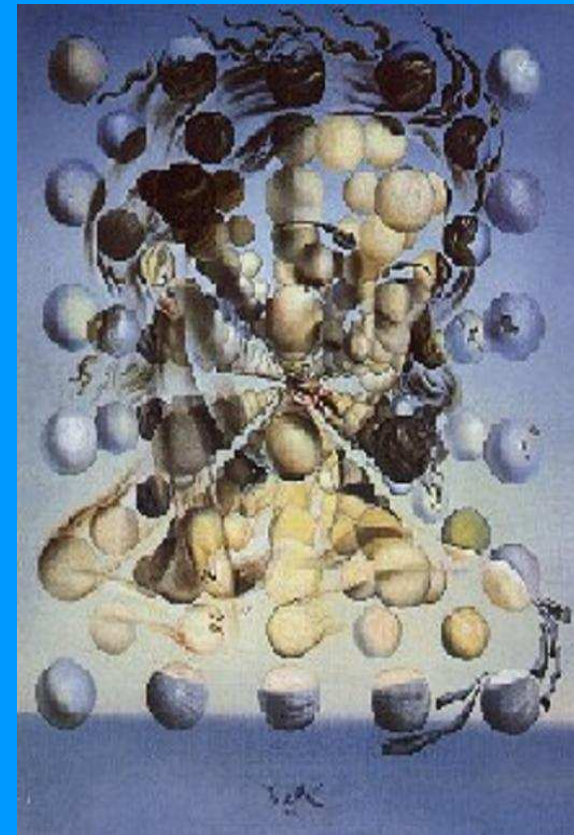


# Trauma e legame

Le esperienze traumatiche influenzano altamente la capacità di legame delle persone.

Le coppie non si trovano in accordo.

I genitori non possono aprirsi emotivamente al loro bambino perchè temono il contatto con le loro proprie componenti traumatizzate.





# Le madri traumatizzate possono essere:

Emotivamente non raggiungibili

Moleste

Emotivamente molto compromesse

Imprevedibili

Emotivamente bisognose

Violente

Sono mentalmente scisse.



# Un'esperienza diventa un trauma

...

...se, in una situazione che mette a repentaglio la vita, tutti i nostri programmi di stress **falliscono** e dobbiamo trattenere i nostri impulsi di vita per sopravvivere.



# Il meccanismo di emergenza del trauma consiste nel:

Irrigidimento

Congelamento

Dissociazione e

Scissione dell'identità

**Assicura la sopravvivenza.**

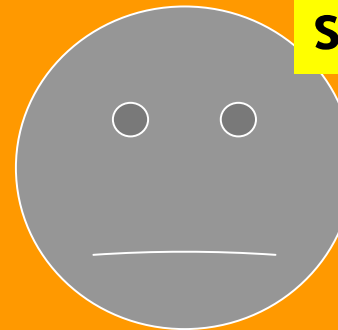


# Scissioni dell'identità dopo un'esperienza traumatica

**Componente  
traumatizzata**



**Componente di  
sopravvivenza**



**Componente  
sana**



# Caratteristiche di componenti di identità sane



- ❖ Capacità ad aprirsi alle realtà
- ❖ Capacità di vivere adeguatamente i sentimenti
- ❖ Gioia nel gioco, nell'apprendimento, nel lavoro
- ❖ Fiducia ragionevole in altre persone
- ❖ Capacità di costruire legami emotivi
- ❖ Atteggiamento adulto con la sessualità
- ❖ Amor proprio
- ❖ Prontezza alla riflessione sulle proprie azioni
- ❖ Prontezza all'assunzione adeguata di responsabilità
- ❖ Volontà per la verità/chiaranza
- ❖ Speranza per buone soluzioni a dei problemi

# Caratteristiche di componenti di identità traumatizzate

- ❖ Memorizzano i ricordi negativi del trauma
- ❖ Rimangono all'età del evento traumatico
- ❖ Continuano a cercare una via d'uscita dal trauma
- ❖ Possono venire “attivate” all'improvviso.
- ❖ Vogliono essere liberate dalla loro prigionia



# Caratteristiche di componenti di sopravvivenza

- ❖ Assicurano la sopravvivenza durante e dopo la situazione traumatica
- ❖ Sono i guardiani della scissione d'identità
- ❖ Sono ancorati nel presente
- ❖ Respingono e negano il trauma
- ❖ Evitano ricordi al trauma
- ❖ Ignorano e distraggono
- ❖ Controllano le componenti traumatizzate
- ❖ Controllano altre persone
- ❖ Cercano compensazioni
- ❖ Producono illusioni
- ❖ Sono sottomissive e aggressive in modo latente
- ❖ Scaricano propri sentimenti traumatici su altri
- ❖ Producono ulteriori scissioni





# Componenti mentali sane in un bambino

- ❖ Propria forza vitale
- ❖ Propria volontà di vita
- ❖ Esigenze primordiali sane
- ❖ Gioia nel movimento
- ❖ Gioia nel gioco
- ❖ Gioia nello studio
- ❖ Apertura, creatività
- ❖ ...



# Caratteristiche di componenti traumatizzate in un trauma di simbiosi

- ❖ Disperazione perché non è percepibile nessun amore materno/genitoriale
- ❖ Sentimenti di abbandono e di solitudine
- ❖ Paura di morire
- ❖ Rabbia repressa
- ❖ Tristezza repressa
- ❖ Estremo ritiro
- ❖ Tendenza all'auto-rinuncia



# Caratteristiche delle componenti di sopravvivenza in un trauma di simbiosi









- ❖ Dura lotta per instaurare il contatto con i genitori
- ❖ Idealizzazione della madre/del padre
- ❖ Identificazione con i meccanismi di sopravvivenza dei genitori
- ❖ Voler salvare i genitori
- ❖ Fusione con le componenti traumatizzate dei genitori o nonni
- ❖ Respingere e negare il proprio trauma

# Conseguenze di un trauma di simbiosi

- ❖ Vivere in una identità estranea
- ❖ Sentimenti propri e acquisiti non possono essere distinti
- ❖ Irretimento simbiotico con i genitori per tutta la vita
- ❖ Irretimento simbiotico in altre relazioni vicine
- ❖ Disturbi psichici come iperattività, depressione, psicosi



# Relazione sana o irretita ?

Persona A				
Persona B		CS/CS	CS/CdS	CS/CT
		CS/CdS	CdS/CdS	CdS/CT
		CS/CT	CdS/CT	CT/CT

# Alcune caratteristiche di un irretimento simbiotico

- ❖ Interazione tra CdS e CdS, Cds/CT
- ❖ Possedere e inglobare
- ❖ Aggrappamento impaurito
- ❖ Aspettative, esigere il cambiamento da altri
- ❖ Valutazioni e sminuimento
- ❖ Mancanza di comprensione reciproca
- ❖ Rabbia, odio, violenza nella relazione
- ❖ Dominanza e sottomissione
- ❖ Sfruttamento
- ❖ Illusioni d'amore



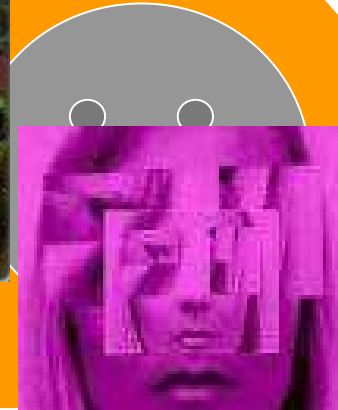
# Passi per la risoluzione di un trauma di simbiosi

- Rafforzare la propria volontà, imparare a dire di no
- Imparare a distinguere la realtà e le illusioni
- Imparare a distinguere i propri sentimenti da quelli acquisiti
- Non voler più salvare nessuno
- Non voler più essere ne vittima ne aggressore
- Riconoscere i propri traumi
- Sciogliersi da legami irretiti simbioticamente
- Sentire il desiderio per relazioni sane e costruttive



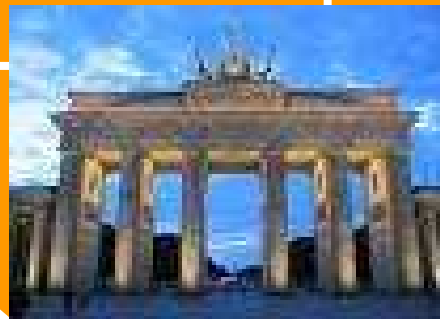
# Superamento delle scissioni dopo esperienze traumatiche

Porta della paura  
e dei dolori



Porta delle  
illusioni

Porta verso  
la libertà



# La „costellazione dell’ intenzione“

- ❖ Sostiene lo sviluppo dell'autonomia
  - ❖ Rende visibile le illusioni simbiotiche
  - ❖ Limita il rischio di una ritraumatizzazione nella terapia
  - ❖ Accompagna processi mentali di integrazione
- Promuove l'amore oltre gli irretimenti



# Letteratura

Franz Ruppert (2001). Il mondo dei rapporti professionali. Collana: Dialogica, Editore: Edigestalt.

Franz Ruppert (2003). Anime confuse. Il senso nascosto delle psicosi. München: Kösel Verlag.

Franz Ruppert (2005). Trauma, Legame e Costellazioni familiari. Stuttgart: Klett-Cotta Verlag.

Franz Ruppert (2007). Scissione mentale e guarigione interiore. Stuttgart: Klett-Cotta Verlag.

Franz Ruppert (2010). Simbiosi e Autonomia. Trauma della simbiosi e amore oltre gli irretimenti. Stuttgart: Klett-Cotta Verlag.