

Agressores e Vítimas

Psicodinâmica da
cisão agressor-vítima

Brasil 2017

Traduzido por Thomas Riepenhausen

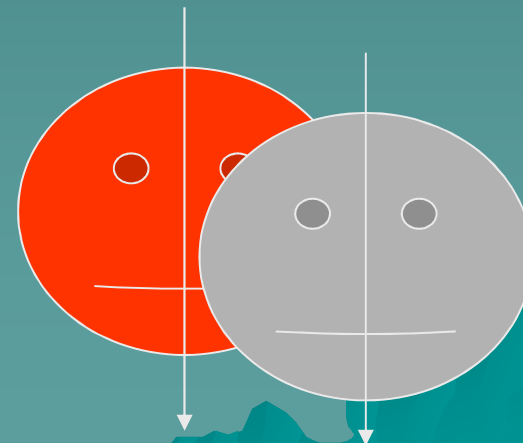
www.franz-ruppert.de

© Prof. Dr. Franz Ruppert



„Agressor“ e „Vítima“

- ◆ Uma pessoa torna-se agressor por ferir outra (violência, assassinato, roubo, traição, desonestidade).
- ◆ Uma pessoa torna-se vítima por ser ferida ao nível do corpo e da psique (catástrofes naturais, por outros seres humanos).



„Ferida“ como experiência traumática

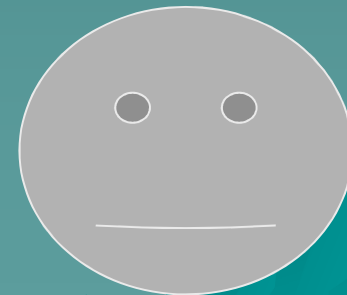
- ◆ A vítima sente-se desamparada e impotente
- ◆ As suas reacções de stress (lutar ou fugir) aumentam ainda mais a ferida
- ◆ Bloqueio, congelamento, dissociação, cisão são reacções psíquicas de emergência para sobreviver

Tipos de Trauma

- ◆ Trauma de ameaça existencial
- ◆ Trauma de perda
- ◆ Trauma simbiótico
- ◆ Traumatização de um sistema de vinculação (p. ex. família, grupo étnico, estado)

Ser uma vítima significa

- ◆ Ter tido uma experiência traumática
- ◆ Sobreviver graças à cisão
- ◆ Que o estado de vítima continua presente na estrutura psíquica
- ◆ Que estratégias para a sobrevivência ao trauma são necessárias

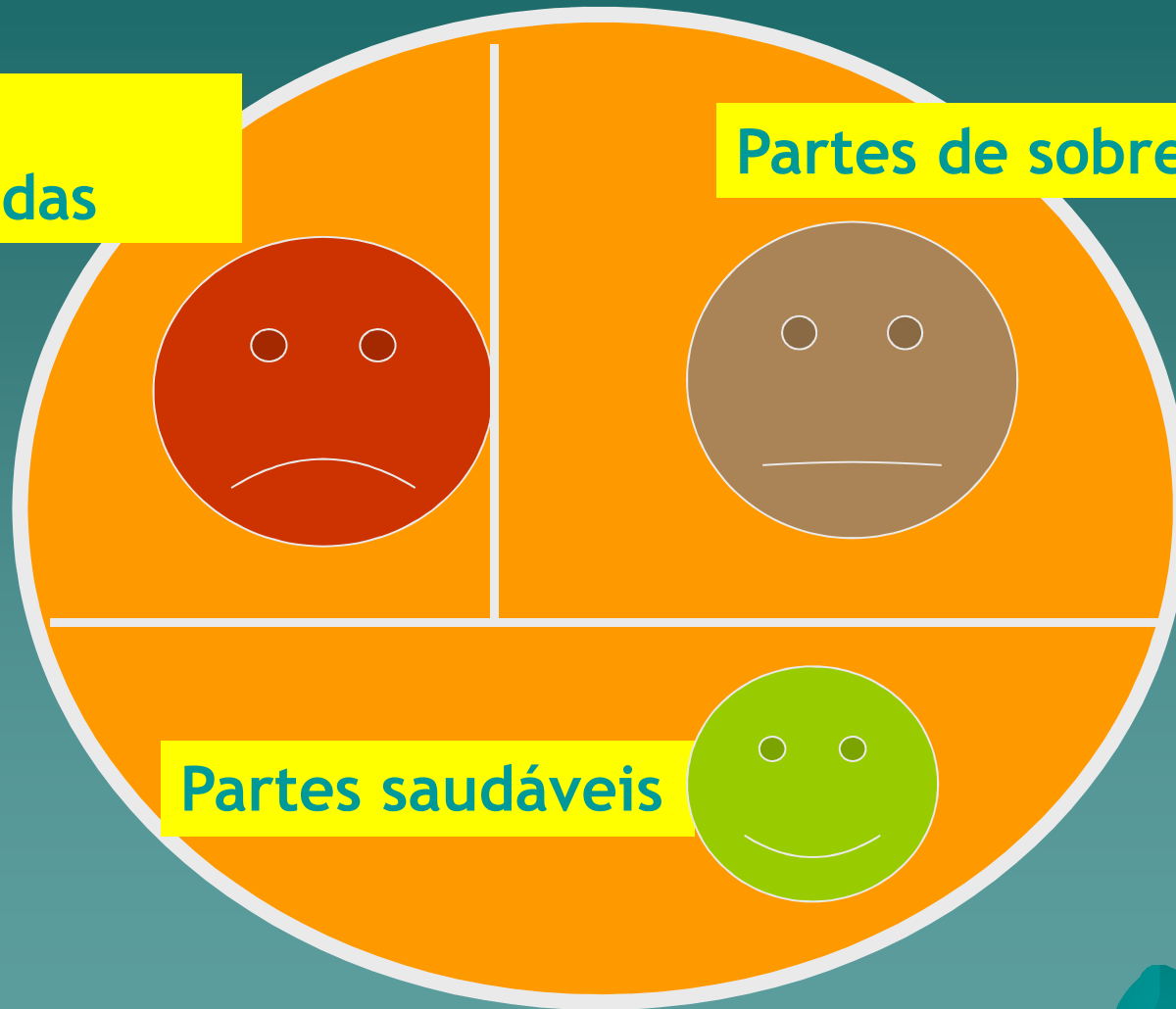


Cisões na estrutura de personalidade e identidade depois de uma experiência traumática

Partes traumatizadas

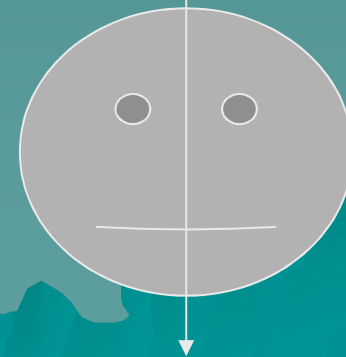
Partes de sobrevivência

Partes saudáveis



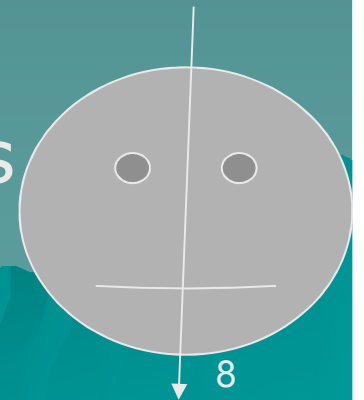
Atitudes de vítima como estratégia de sobrevivência ao trauma (1)

- ◆ Negar o facto de ter sido vítima
- ◆ Reprimir memórias do trauma
- ◆ Continuar a reprimir impulsos de se defender ou de fugir
- ◆ Sentir-se culpado por ter sido ferido
- ◆ Sentir o seu próprio sofrimento como justificado
- ◆ Estar furioso e tentar ser forte



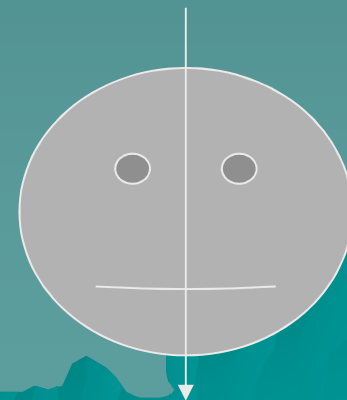
Atitudes de vítima como estratégia de sobrevivência ao trauma (2)

- ◆ Ver agressores não claramente como agressores
- ◆ Sentir-se emocionalmente dependente do agressor
- ◆ Identificar-se com as necessidades e interesses de agressores
- ◆ Proteger agressores contra acusações



Atitudes de vítima como estratégia de sobrevivência ao trauma (3)

- ◆ Sofrer, queixar-se, lamentar-se, sem mencionar os verdadeiros motivos que estão por trás
- ◆ Comportamento auto-destrutivo
- ◆ Depressão crónica
- ◆ Doenças crónicas
- ◆ Suicídio



Ser agressor como experiência traumatizante



- ◆ Má consciência de ter infligido uma grande e persistente dor a uma outra pessoa
- ◆ Ser culpado
- ◆ Ser acusado pelo acto, pela vítima e pela sociedade
- ◆ Ser socialmente desprezado

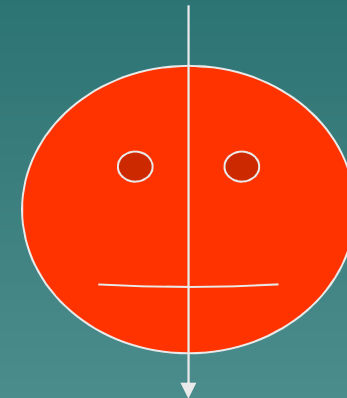
Atitudes de agressor como estratégia de sobrevivência (1)

- ◆ Negar acções e factos
- ◆ Não perceber a dor que outra pessoa sofreu
- ◆ Não se sentir culpado
- ◆ Pretender agir correcta e justamente
- ◆ Demonstrar boa consciência em público



Atitudes de agressor como estratégia de sobrevivência (2)

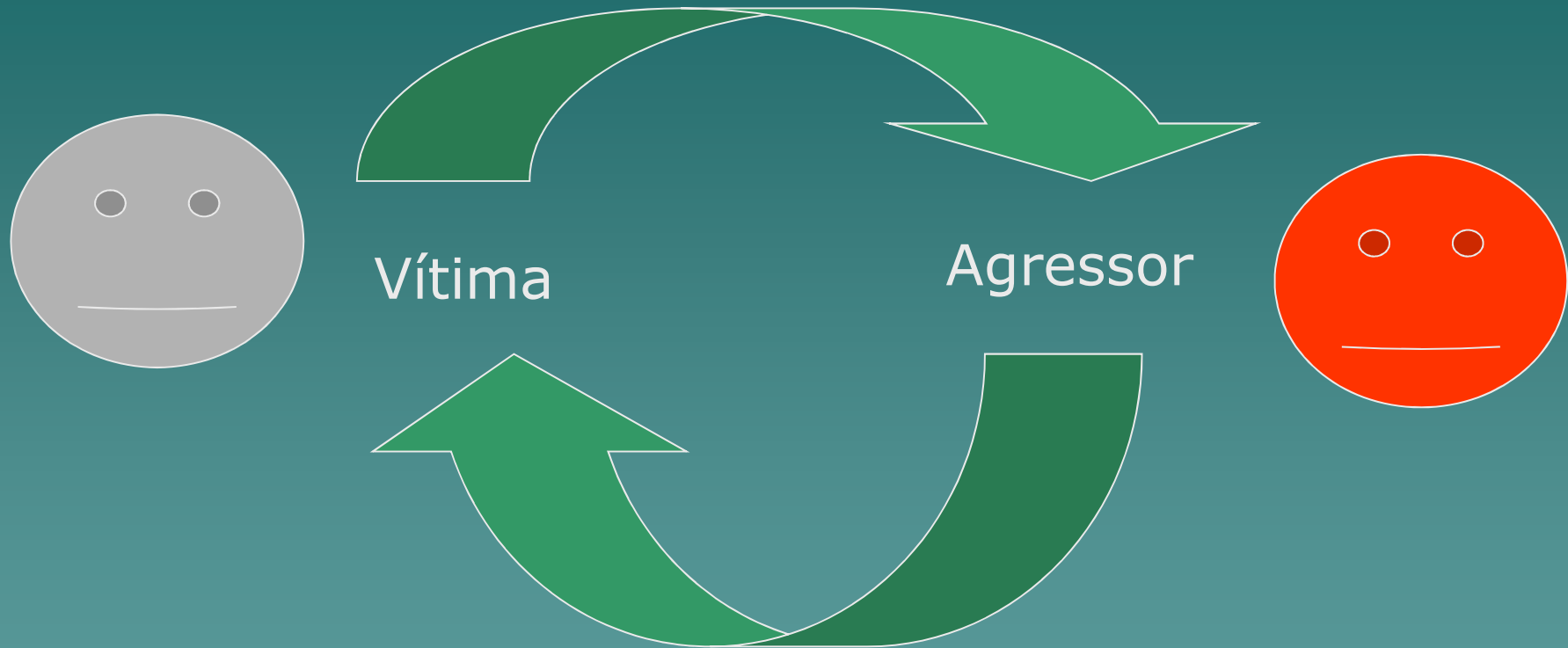
- ◆ Culpar as vítimas
- ◆ Insultar as vítimas
- ◆ Sentir-se como sendo a verdadeira vítima
- ◆ Justificar-se pela ideologia de agir a favor dum dever mais alto e socialmente justificado



Cisão Agressor-Vítima

- ◆ Dissociar as experiências de vítima cria atitudes de agressor como estratégias de sobrevivência
- ◆ Torpor em relação a si próprio conduz a um comportamento não-empático com os outros
- ◆ Vítimas tornam-se agressores que, enquanto agressores, não estão conscientes das suas atitudes de vítima e agressor

Círculo vicioso



Durante gerações

Consequências da Cisão Vítima-Agressor (1)

- ◆ Expiar injustificadamente
- ◆ Vingança contra outros inocentes
- ◆ Pender entre atitudes de vítima e de agressor
- ◆ Sentimentos alternados de impotência e raiva de rebelião
- ◆ Agressão e depressão como normalidade em relações
- ◆ Ilusões de amor
- ◆ Ideologias de pertencerem um ao outro apesar das relações simbióticas destrutivas (tribalismo, patriotismo, nacionalismo, fascismo)

Consequências da Cisão Vítima-Agressor (2)

- ◆ O círculo vicioso de Vítima-Agressor inicia-se sempre de novo atraindo cada vez mais outras pessoas
- ◆ O círculo vicioso de Vítima-Agressor mantém-se por gerações
- ◆ Violência, assassinato, incesto e abuso sexual tornam—se a normalidade
- ◆ Perturbações da personalidade, psicose, esquizofrenia, mania, auto-destruição, perturbação dissociativa de identidade, cancro, suicídio
- ◆ Doenças crónicas, p. ex. doenças auto-imunes

Tentativas de enredo simbiótico para encontrar saídas da dinâmica Vítima-Agressor

- ◆ Rebelião cega contra o agressor
- ◆ Querer destruir o agressor
- ◆ Reconciliar-se com o agressor sem integrar o seu próprio trauma

Como ultrapassar a atitude de Vítima?

- ◆ Reconhecer ter-se tornado vítima, q. d. sentir o seu próprio trauma
- ◆ Pressentir, sentir e aceitar a dor que foi feita a si próprio
- ◆ Sentir compaixão consigo próprio
- ◆ Pedir compensação do agressor
- ◆ Renunciar à vingança



Como ultrapassar a atitude de agressor?

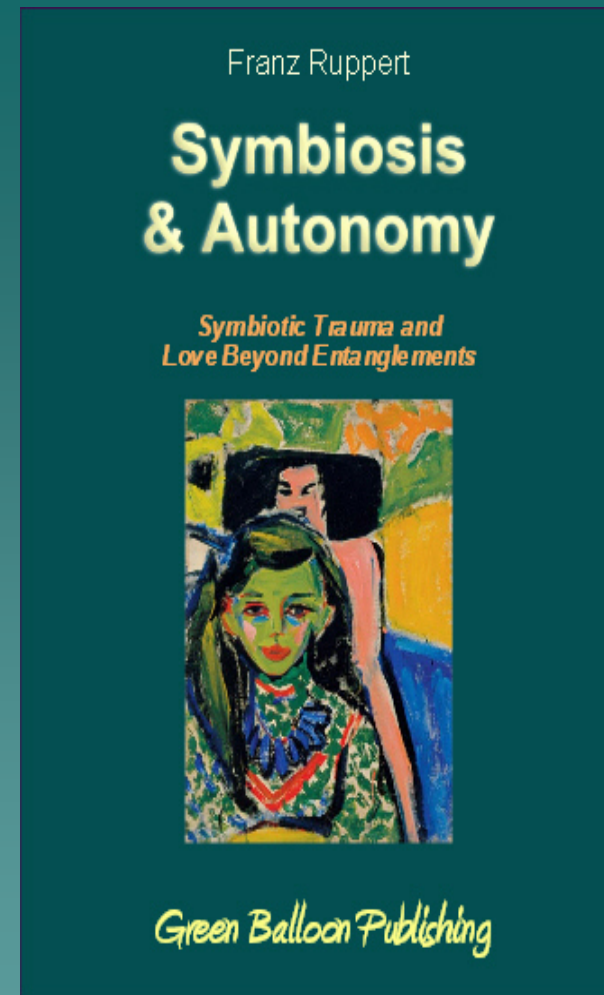
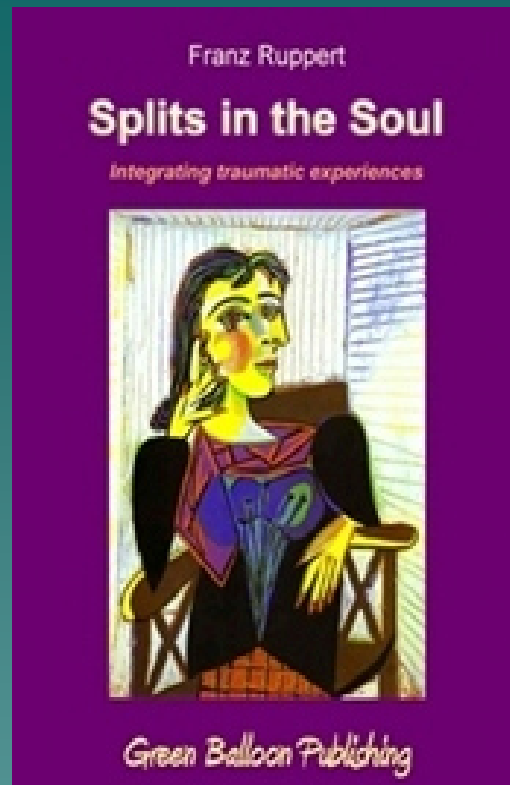
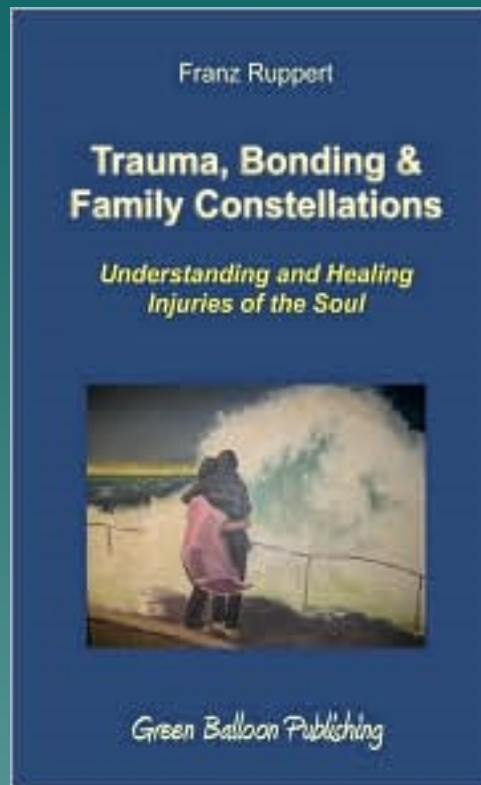
- ◆ Reconhecer factos e actos
- ◆ Reconhecer o sofrimento da vítima
- ◆ Aceitar culpa e responsabilidade
- ◆ Sentir o seu próprio trauma
- ◆ Oferecer compensação
- ◆ Renunciar à expiação



A Vida para além de atitudes de Vítima-Agressor

- ◆ Contacto saudável consigo próprio
- ◆ Autonomia saudável
- ◆ Sair de sistemas que perpetuam as dinâmicas de vítima-agressor
- ◆ Criar situações onde ambos ganham em vez de um ganhar e outro perder
- ◆ Viver em relações simbióticas construtivas

Livros



Livros publicados recentemente



Bibliografia

- ◆ Ruppert, F. (2008). Trauma, Bonding and Family Constellations. Frome (Uk): Green Ballon
- ◆ Ruppert, F. (2010) Splits in the Soul. Frome (Uk): Green Ballon.
- ◆ Ruppert, F. (2012). Symbiosis and Autonomy. Frome (Uk): Green Ballon.
- ◆ Ruppert, F. (2012). Simbiose e autonomia nos relacionamentos. O Trauma da Dependência e a busca da Integração pessoal.
- ◆ Ruppert, F. (2012). Trauma, Angst und Liebe. Unterwegs zu gesunder Eigenständigkeit und wie Aufstellungen dabei helfen. München: Kösel Verlag.

4ª Conferência Internacional Simbiose e Trauma

- ◆ Trabalho de Constelação baseado em Vinculação e Trauma

12 a 14 de Outubro 2018

Munique, Alemanha

www.healthy-autonomy.de