

Kate Birdie (Pseudonym)

Dissoziative Identitätsstörung oder das Leben als multiple Persönlichkeit

Dissociative Identity Disorder – Life as a multiple personality

Das Leben als multiple Persönlichkeit oder – wie die Diagnose heute genannt wird – das Leben mit der Diagnose dissoziative Identitätsstörung unterscheidet sich von dem normalen Leben, wie Sie es kennen. Es ist vergleichbar mit dem Leben in einer Großfamilie, das gemanagt werden will. Jede Persönlichkeit braucht ihren Raum, um ihrer Funktion und ihren Interessen nachgehen zu können. Was umso schwieriger wird, je mehr Persönlichkeiten es in einem Körper gibt. Insgesamt klingt das sehr spannend und faszinierend. Doch dahinter steckt harte Arbeit, ein harter Kampf und ein noch längerer Weg, bis ein halbwegs harmonisches Leben möglich ist. Denn viel zu oft, landet man mit dem Auto an Orten, zu denen man nicht wollte, oder entdeckt im Einkaufswagen alles, nur nicht das notwendige Essen fürs Wochenende. Wie dieses Leben als multiple Persönlichkeit aussieht, darüber möchte Ihnen dieser Artikel Einblicke geben.

Schlüsselwörter

dissoziative Identitätsstörung – multiple Persönlichkeit – multiple Persönlichkeitsstörung – DIS

Living with the diagnosis of a „multiple personality“ or what is now referred to as „dissociative identity disorder“ is different from the normal way of life. It is rather comparable to living in an extended family that has to be managed. As a multiple personality you have to live with numerous personalities inside your body and mind and you are never on your own. They talk to you and cross your activities and your thinking. Every personality needs its space to live its life and realize its function. There are personalities which work, some will do homework, some will play like children and others will pursue a hobby. They are a big family where you have to coordinate things all day long. It sounds pretty but it is hard work. However, you cannot control everything: Sometimes you drive by car and never reach your actual destination. Or you start out to buy something to eat but in the end find anything but food in your cart. The article will give you an insight in what it is like to live as a multiple personality.

Keywords

dissociative identity disorder – multiple personality – multiple personality disorder – DIS

Wie lebt man als Multiple? Diese Frage bekommt man häufig gestellt, wenn man seine Diagnose offenbart. Eine Diagnose, die selbst für viele Mediziner ein unbekanntes und fremdes Terrain ist. Aber für einen Betroffenen ist sie Alltag. Und der ist manchmal ruhig und manchmal ziemlich chaotisch. Nur eines ist er nie: normal.

Obwohl das beinahe etwas irreführend ist. Denn das, was wir als Multiple erleben, kennen wir nicht anders und meinen – bis wir in der Therapie eines Besseren belehrt werden –, dass es anderen auch so geht. Dass Amnesien, Zeitverluste und seltsame Erlebnisse für jeden Menschen zum Alltag gehören.

Eigentlich lässt sich das Leben als Multiple vergleichen mit dem Leben einer Großfamilie, die auf engstem Raum zusammenwohnt und sich doch in unendlichen Weiten bewegt. Normalerweise hat jeder Mensch einen Körper, der zu ihm gehört, dessen er sich bewusst ist und den er mal mehr und mal weniger gern mag.

Als Multiple teilen sich viele Persönlichkeitsanteile diesen einen Körper und erheben Anspruch darauf. Und diese Anteile sind allesamt ganz unterschiedlich: Es gibt Männer und Frauen, Kinder, Babys und Jugendliche.

Am liebsten drängeln sich alle gleichzeitig hinaus. Was ungefähr damit vergleichbar ist, wie wenn eine Gruppe Menschen gleichzeitig durch eine Tür rennen will. Im günstigsten Fall kommt einer nach draußen. Im schlechtesten Fall bleiben alle in der Tür stecken und tun sich weh.

In der Realität sieht es dann so aus, dass man sich vornimmt, einkaufen zu gehen: Man schreibt einen Einkaufszettel, nimmt die notwendigen Einkaufstaschen und fährt in den Supermarkt. Bis dahin ist es nicht anders als bei anderen. Doch schon beim Einsteigen ins Auto fangen die Schwierigkeiten an. Der Anteil, der einkaufen fahren wollte, ist plötzlich nicht mehr draußen, wie Multiple sagen. Das heißt, er hat nicht mehr die Kontrolle über den Körper. Stattdessen hat ein anderer Anteil diese übernommen und nutzt die Zeit für eine Spritztour über Land. Mitten zwischen Feldern und Wiesen machen sich kindliche Persönlichkeitsanteile bemerkbar, die unbedingt die am Straßenrand entdeckten Kühe besuchen wollen. Also steuert das multiple System die nächste Parkmöglichkeit am Straßenrand an und geht die Kühe beobachten. Manchmal nur kurz, manchmal für Stunden. Wenn die Kinder sich an den Tieren satt gesehen haben, übernimmt ein neuer Anteil, steigt zurück ins Auto und fährt mit neuem Ziel weiter. So wird aus der Spritztour über Land die gezielte Fahrt in den Baumarkt, denn das Projekt Wohnzimmerverschönerung sollte schon längst begonnen sein. Durch hohe Konzentration kommt man sogar am Baumarkt an, tritt durch die sich selbst öffnenden Baumarkttüren und steht in einer Welt aus großen Regalen mit buntem unnützem Inhalt. Schnell finden sich allerlei Dinge im Einkaufswagen. Von Schraubenziehern über Wandaufkleber bis zur Autopolitur. Und irgendwann erreicht man auch die Regale mit den Farben – unzählige Farben, die sich dort vor einem auftürmen. Und schneller als die Drehtür am Adlon huschen die Persönlichkeitsanteile rein und raus. Farben werden in den Einkaufskorb gelegt und wieder zurückgetan, bis man vor lauter Farben und Schwirren im Kopf keinen klaren Gedanken mehr fassen kann. Am Ende wird ein erwachsener Persönlichkeitsanteil nach außen kommen, der etwas mehr Kontrolle und Einsicht hat. An ihm ist es nun, alle Dinge im Einkaufswagen, die niemand wirklich braucht, wieder an ihren Platz in den Regalen zurückzustellen, oft begleitet von den seltsam musternden Blicken der anderen Einkäufer. Mit leeren Taschen – so alles gut

geht (was nicht immer der Fall ist) – verlässt der Multiple wieder den Baumarkt, steigt ins Auto und anstelle des endlich notwendigen Weges zum Supermarkt beginnt die nächste Spritztour. Es ist nicht vorhersagbar, wo man überall langfährt und auf welchen Plätzen und in welchen Geschäften man landet, bevor man mit viel Mühe am Ende – und meistens kurz vor Ladenschluss – im Supermarkt landet. Alles wäre so einfach, wenn dann auch noch die geschriebene Einkaufsliste da wäre. Vielleicht liegt sie auf dem Küchentisch, vielleicht hat sie wer zerrissen oder zum Bau eines Papierflugzeuges missbraucht. Jedenfalls ist sie nicht da. Während der erwachsene Anteil sich zu erinnern versucht, was es einzukaufen gab, beginnt sich das mutiple System abermals selbständig zu machen. Spielzeug, Süßigkeiten, Zeitschriften und Duschbäder landen in Unmengen im Einkaufswagen. Und wieder fängt für den letztlich verantwortlichen Anteil der Spießrutenlauf an, alle Sachen in mühevoller Sisyphusarbeit wieder in die Regale zurückzubringen. Aber halt: Nicht alles darf zurück. Denn die Kindanteile haben beschlossen, die Schokolade von ihrem Taschengeld zu bezahlen. Sie müssten sich nur einigen, welche der vielen Sorten sie gern haben wollen. Und wie in jeder Großfamilie mit kleinen Kindern kommt es entweder innerhalb der nächsten 2 Minuten zu einer Entscheidung, oder der erwachsene Anteil übernimmt wieder das Ruder und packt eine Tafel in den Einkaufswagen. Und schafft es endlich auch, die notwendigen Dinge zu sammeln und zur Kasse zu gehen. Wer auch immer Kassen erfunden hat, wollte Eltern damit strafen, da bin ich ganz sicher. Denn auch Innenkinder verhalten sich nicht anders als jedes normal reale Kind: Jede Süßigkeit und jedes Spielzeug im Kassenbereich wird plötzlich überlebenswichtig und Schwüre, man hätte das ja noch nie gegessen und müsse es unbedingt probieren, prasseln von innen auf einen herein. Gott sei Dank, wenn die Schlange kurz und die Kassiererin schnell ist. „Bitte noch die Sammelbilder“, stammelt man rasch, damit die Innenkinder auch zu ihren Sammelbildern kommen, die das Album füllen.

Müdigkeit und Erschöpfung machen sich breit. Niemand will mehr richtig ins Außen, sondern lieber im Innen ausruhen. So gestaltet sich die Rückfahrt weniger problematisch. Die Innenkinder staunen über die mittlerweile erleuchteten Straßenlaternen, während andere nach einem geeigneten Radiosender suchen.

Zu Hause angekommen, stellt sich die große Frage, wer denn jetzt den Weg vom Auto in die Wohnung meistert. Zwar fuhr man im Hellen los, doch durch die vielen Umwege ist es mittlerweile Abend und stockfinster. Und Dunkelheit ist eines der schlimmsten Dinge für ein multiples System. Dunkelheit bedeutet Angst, bedeutet Schmerz, bedeutet Panik und Missbrauch. Viel zu tief sitzen diese schlimmen Erfahrungen, um sich vergewissern zu können, dass man im Heute lebt und sicher ist. Der Weg durch die Dunkelheit vom Auto zur Wohnungstür – und mag er auch noch so kurz sein – ist eine Tortur: Das Herz rast, die Muskeln sind zum Bersten gespannt, Hände und Füße werden taub und unkontrollierbar, der Brustkorb steckt in einem Schraubstock, und man hat das Gefühl zu ersticken. Glückliche jene, die nicht allein leben und jemanden haben, der ihnen auf diesem Weg durch die Dunkelheit entgegenkommt. Die meisten Multiplen leben jedoch allein und müssen es allein schaffen, sich mit allen Einkaufsstäten in die Wohnung zu befördern. Ein ratloses System, in dessen Kopf es kreist, wie man das bewerkstelligen könnte. Entweder es findet sich jemand im Inneren des multiplen Systems, der mutig genug ist, das zu meistern. Oder das System ist gezwungen, jemanden zu erschaffen, der das kann. Etwas, was jedes multiple System perfekt beherrscht: die Schaffung neuer Per-

sönlichkeitsanteile, die eigens dafür entstehen, um eine bestimmte Aufgabe zu erfüllen. In unserem System gibt es bereits genügend Anteile, und irgendwo steckt auch jener, der schon beim letzten Mal den dunklen Weg mit den Einkaufstüten vom Auto ins Haus erledigt hat. Und tatsächlich: Auch diesmal wird gewechselt, wie man das Switchen zwischen den Persönlichkeitsanteilen nennt, und alle finden sich wohlbehalten und sicher in ihren eigenen vier Wänden wieder. Natürlich nicht, ohne zu kontrollieren, ob die Haustür verschlossen und das Licht in allen Räumen an ist. Man weiß ja nie, wer in die Wohnung eingedrungen ist und sich dort versteckt hat.

Doch die Wohnung ist still. Nur die Katze läuft einem entgegen. Ein Gradmesser – unser Gradmesser – für eine sichere Umgebung. Ist die Katze ruhig und entspannt, lauert auch keine Gefahr hinter irgendeiner Zimmertür.

In Ruhe können nun die Einkaufstaschen ausgepackt werden. Obwohl es um den Wochenendeinkauf ging, ist unter den eingekauften Dingen erstaunlich wenig Essbares. Stattdessen offenbart die Tasche Zeitschriften, Aufkleber und Buntstifte. Man könnte verzweifeln oder sich aufregen. Doch man kennt es nicht anders. Man nimmt es zur Kenntnis, ohne sich daran zu stören. Vermutlich wäre es eine viel massivere Störung, wenn man plötzlich wirklich mit vielen essbaren Lebensmitteln nach Hause käme. Es ist unwahrscheinlich wahrscheinlich. Das „Viel“ an Essbarem könnte noch klappen, ob es sich dabei um sinnvolles Essbares handelt, steht auf einem anderen Blatt. In der Regel besteht das Viel dann aus Eis, Süßigkeiten, Kuchen, Unmengen an Obst und Joghurt. Jedem sein Joghurt, könnte man ja sagen. Aber bei über hundert Persönlichkeitsanteilen hat sich diese Strategie als problematisch erwiesen. Denn so viel Joghurt kann ja kein Mensch essen. Auch wenn jeder Persönlichkeitsanteil seinen Joghurt isst, teilen sich alle nur einen Körper mit nur einem Magen. Und am Ende müsste es irgendjemand ausbaden und die Nacht kopfüber über der Kloschüssel verbringen. Also besser kein Joghurt für jeden.

Das Leben als Multiple oder als Viele, wie einige sich selbst bezeichnen, ist anders, als man es sich vorstellen kann. Auch Bücher über komplex traumatisierte Menschen können nur annähernd beschreiben, wie man damit lebt.

Viele Menschen halten Multiple noch immer für verrückt und setzen uns mit Kriminellen und Schwerverbrechern gleich. Doch ein multipler Mensch ist weder kriminell noch ein Verbrecher noch ein Psychopath. Man ist ein ganz normaler im Alltag lebender Mensch, der lediglich seinen Körper mit vielen Persönlichkeitsanteilen teilt. Diese sind oft unterschiedlich alt, unterschiedlichen Geschlechts und haben unterschiedliche Handschriften. Ich habe viele Handschriften, und je unterschiedlicher sie in einem Text werden, umso mehr Anteile haben an diesem Text mitgeschrieben. Oft kann man von der jeweiligen Handschrift auf den Persönlichkeitsanteil rückschließen, der den Text verfasst hat. Auch sonst sind die Anteile ganz verschieden. Jeder mag andere Farben, andere Kleidung und andere Speisen.

Es ist beinahe witzig, was die Auswahl von Speisen angeht. Am geeignetsten sind Selbstbedienungsrestaurants, in denen man sich am Büfett seinen Teller selbst zusammenstellen kann. So entgeht man entgeisterten Augen der Bedienung, an die man sich jedoch mit der Zeit gewöhnt. Und auch mit Lachern von Kollegen und Freunden kann man irgendwann umgehen. Mein Teller gleicht immer einer wüsten Mischung nicht

zusammenpassender Speisen. Für die einzelnen Anteile ist das jedoch optimal, denn so kommt jeder zu seinem Recht und zu dem Essen, was er gern möchte. Unscheinbar sind noch Mischungen aus Rührei, Fisch, süßem Brötchen, Spinat und Salat. Ausgefallener werden dann Kombinationen aus Wackelpudding auf Pizza Margherita mit Pommes, Schokokuchen und Hotdog – auf einem Teller wohlgemerkt und auch nicht nacheinander gegessen, sondern abwechselnd von jedem etwas. Natürlich muss auch daran gedacht werden, dass die kleineren Kinder des multiplen Systems das richtige Essen bekommen. Es ist sicher unterschiedlich, was die Kinder brauchen. Aber mit Babybrei und Babymilch aus der Nuckelflasche kommt man immer weit. Und – wie jede Mutter weiß – ein sattes Baby bedeutet eine ruhige Zeit. So ist es auch mit den Innenkindern in einem multiplen System. Auch hier bedeutet ein sattes, zufriedenes Innenkind Ruhe und Sicherheit im System – gerade, wenn viele Kindanteile existieren, die Hunger, Vernachlässigung und Bestrafung durch Essensentzug erlebt haben.

Ähnliches gilt für die Kleiderordnung, sofern man überhaupt von einer Ordnung sprechen kann. Der Kleiderschrank eines multiplen Systems zeigt unzählige Stilrichtungen, von feminin bis undefinierbar. Manche Kleidungsstücke gibt es in unzähligen Varianten, andere in doppelter und dreifacher Ausführung. Sei es, weil man vergisst, dass man das jeweilige Kleidungsstück bereits erworben hatte, oder weil mehrere Anteile sich die Kleider nicht teilen wollen. Da geht es den Menschen wie den Leuten oder vielmehr den Anteilen wie Geschwistern. Wer will schon immer die aufgetragenen Sachen der Größeren anziehen.

Normalerweise entscheiden mittlerweile 1-2 Anteile, was getragen wird, wenn man das Haus verlässt. Das birgt dennoch die Gefahr, dass man etwas trägt, was plötzlich jemand anderem nicht gefällt. Ein grünes Kleid kann schon eine Zumutung sein, wenn man Grün nicht mag und Kleider schon gar nicht. Da hat man dann zwei Möglichkeiten: Entweder man erträgt es und kommt trotzdem ins Außen, oder man beschließt, lieber im Innen zu bleiben.

Innen und Außen sind zwei Begriffe, die für Multiple Alltag bedeuten. Als „Außen“ benennen wir die Welt, die um uns herum existiert. Also die Welt, in der auch alle anderen Menschen leben und existieren. „Innen“ beschreibt eine Welt, die sich in unserem Körper und in unserem Kopf abspielt. Man kann es sich ein wenig so vorstellen, als wäre der Körper ein großes Raumschiff, in dessen Raum sich alle Anteile aufhalten. Je nach Art des multiplen Systems gibt es Häuser oder Wohnungen, Burgen oder Höhlen. In meinem Inneren gibt es verschiedene Häuser mit hübschen, individuell eingerichteten Zimmern. Dazwischen Gärten und Wiesen und Tiere. Und – was wohl das Wichtigste ist – in meiner inneren Welt gibt es keine bösen Menschen und keine Gefahren. Diese Welt ist geschützt vor Eingriffen von außen.

Allerdings gibt es ein Haus, in dem programmierte Persönlichkeitsanteile leben, wie jeder Multiple sie besitzt. Anteile, die vom Täter eigens dafür geschaffen wurden zu tun, was der Täter will, und das auf sehr subtile Art und Weise. Vergleichbar mit einem abgerichteten Hund. Diese Anteile reagieren auf Töne, auf Worte, auf Gerüche oder auf Musik. Und es ist ganz egal, ob der Täter dabei ist oder nicht. So kann eine normale Autofahrt durch ein Lied im Radio außer Kontrolle geraten. Der programmierte Anteil erwacht

und übernimmt die Kontrolle über den Körper. Im leichtesten Fall wird er nach Hause fahren und sich selbst verletzen. Im schlimmsten Fall wird er zu den Tätern fahren und mit diesen Kontakt aufnehmen.

Nichts ist so schwer in der Therapie, wie diese programmierten Anteile von der Realität zu überzeugen und die Programmierungen zu löschen. Immerhin besitzt man nicht nur einen programmierten Anteil, sondern je nach Art des Traumas unzählig viele. Es sammeln sich also die Persönlichkeitsanteile mehr und mehr. Und da das Dissoziieren – also das Abspalten eines Persönlichkeitsanteils – die effektivste Maßnahme wurde, eine unaushaltbare Situation aushaltbar zu machen, und da Multiple nichts so gut beherrschen wie das Abspalten, werden auch im Erwachsenenalter noch Anteile abgespalten. Meist ist es wie ein Selbstläufer. Ein Schutzmechanismus, der so im Unterbewusstsein verankert ist, dass er wie ein Rauchmelder bei Rauch automatisch anspringt. Ohne zu differenzieren, ob es banaler Rauch durch einen verbrannten Kuchen oder ein Küchengroßbrand ist. Auch das multiple System muss erst lernen zu differenzieren, wann und wie es Situationen aushalten kann.

In aller Regel war die Welt, in der der Multiple lebte, völlig anders als die gängige Welt. Regeln und Vorschriften, Verhaltensweisen und Bestrafungen sind nicht einmal annähernd vergleichbar mit denen, die ein Nichtmultipler kennt. Selbst die einfachsten Dinge haben Multiple anders erleben müssen. Sei es, weil ihre Täter eine Scheinwelt konstruierten oder weil sie in einem rituellen Kreis aufwuchsen. Oftmals kommt alles zusammen. Da wird selbst die unscheinbare Handlung, eine Tür zu passieren, zum Hindernislauf: Denn das multiple System hat gelernt nie, aber auch wirklich nie als Erster durch eine Tür zu gehen. Auch das Betreten eines neuen Raumes wird eine Herausforderung. Während jeder Mensch den Raum betreten und sich umschauen würde, bleibt der Multiple in der Tür stehen und blickt mit Tunnelblick zu Boden. Sich im Raum umzusehen hätte Strafen zur Folge gehabt, an die das multiple System auch nach Abbruch des Täterkontaktes glaubt. Nur langsam und mit viel Geduld und Einfühlungsvermögen seitens der Therapeuten und der Freunde kann man lernen, was normal und erlaubt ist. Und wenn man sich sicher fühlt, schafft man es vielleicht sogar zu fragen, wie man etwas tut und ob die Art, wie man sich selbst verhält mit der realen Welt konform geht oder nicht. Woher soll man auch wissen, was richtig und was falsch ist, wenn man in einer Welt aufgewachsen ist, in der praktisch kein Gesetz des menschlichen Miteinanders existierte und alles verdreht war und auf dem Kopf stand. In einer Welt, in der grün eben nicht grün und ein Baum eben nicht ein Baum war, um es überspitzt zu formulieren.

Nun mag man sich fragen, wie kann ein Alltagsleben damit funktionieren? Ehrlich gesagt, weiß ich es selber nicht. Es ist ein Abenteuer, das ich jeden Tag aufs Neue eingehe, ohne zu wissen, was mich erwartet. Je besser jedoch die einzelnen Persönlichkeitsanteile miteinander kommunizieren und sich absprechen können, umso unspektakulärer verläuft der Alltag. Ich habe einen Tagesplan, in dem akribisch alle Zeiten, Termine und Aufgaben festgehalten werden. Selbst so banale Dinge wie das Essen, denn wenn jeder denkt, der andere hätte gegessen, dann hat unterm Strich niemand was gegessen. Jedoch schützt auch der beste Plan nicht vor Ausnahmezuständen und Unwohlsein. Oft wird der Tag durchkreuzt von Flashbacks, Triggern und Erinnerungsschmerzen, die einen ans Bett

fesseln oder es unmöglich machen, die Wohnung zu verlassen. Viele Termine fallen dem zum Opfer. Und das von Perfektionismus geprägte multiple System muss mühsam lernen, dass das zum Vielesein dazugehört. Bei vielen Persönlichkeitsanteilen gibt es schlichtweg immer einen, dem es nicht gut geht und der einfach nicht am Leben teilnehmen kann. Dann muss man warten und gucken, was der Einzelne braucht. Manchmal geht es schnell vorüber, manchmal hält es tagelang an. Für einen Multiplen, der im Job steht, ist das eine Zerreißprobe. Oft weiß der Arbeitgeber nichts von der Traumageschichte und was sie mit sich bringt. Also spaltet man entweder weiter, oder man muss den Beruf aufgeben. Ein wenig hängt es von der Art des Berufes ab. Arbeiten, die man von zu Hause aus erledigen kann, klappen oft recht gut, vor allem wenn man sich noch die Zeit selbst einteilen kann. Andere Berufe hingegen sind für immer oder wenigstens zeitweise nicht mehr durchführbar. Sie sind zugespickt mit Triggern, Stress und Menschen, die eine permanente Stressreaktion des multiplen Systems bewirken und damit zur völligen Dekompensation führen. Plötzlich steht man vor einem Kollegen und weiß nicht mehr, wer derjenige ist. Oder mitten in einer Aufgabe vergisst man, wie man sie weiter ausführen und das Gerät bedienen soll. Man kann von Glück sagen, wenn es dabei nur zu Wechseln zwischen erwachsenen Persönlichkeitsanteilen kommt. Aber auch Kindanteile können unvermittelt auf der Bildfläche erscheinen. Vielleicht gerufen durch eine Musik im Radio oder eine Bemerkung des Kollegen. Das Berufsfeld ist wirklich ein Minenfeld für jeden Multiplen, und dennoch bemühen sich die meisten, ihre Berufe unauffällig und gewissenhaft weiter auszuführen, bis es nicht mehr geht.

Nicht ganz anders verhält es sich im Gesellschaftsleben. Es gibt Phasen, da geht alles wunderbar, und man kann Termine und Treffen mit Freunden wahrnehmen. Bis wieder Zeiten kommen, wo all das nicht mehr funktioniert und wo man es nicht einmal zum Zahnarzt schafft. Entweder vergisst man schlichtweg trotz Kalender, dass der Zahnarzttermin anstand, oder man vergisst den Weg dorthin. Ich weiß nicht, wie viel Außenstehende in einer Begegnung realisieren, dass sie mehr als eine Person vor sich haben. Für mich selbst stellt es sich oft dar wie eine Drehtür, die sich während eines Gesprächs unabänderlich dreht, und mit jedem Dreh kommt ein neuer Persönlichkeitsanteil zum Vorschein, der in das Gespräch eingreift. Was der rote Faden bei den Nichtmultiplen im Gespräch ist, ist bei mir ein ganzes buntes Fadenknäuel. Und man muss irrsinnig aufpassen, nicht plötzlich den falschen Faden in der Hand zu halten. Denn sonst kann so ein Gespräch wirklich sehr merkwürdige Wendungen nehmen.

All das klingt beinahe amüsant und witzig. Leider ist es das nicht wirklich, denn mit all dem ist das Alltagsleben ungemein kompliziert. Und trotzdem bemüht man sich, sich in den Alltag der anderen zu integrieren, möglichst nicht aufzufallen und am gesellschaftlichen Leben teilzunehmen. Oft geht das nur über die Missachtung des eigenen Selbst und der eigenen Bedürfnisse. Denn die Vorurteile in der Gesellschaft sind enorm. Zumal selbst Fachspezialisten uns nur selten glauben, uns mit ungläubigen Blicken anschauen oder ratlos mit den Schultern zucken.

Vor allem, wenn wir Symptome schildern, die eigentlich ein anderer Persönlichkeitsanteil hat. Nicht nur das Alltagsleben teilt sich unter uns auf, sondern auch Erkrankungen. Manch einer hat eine Nahrungsmittelallergie, manch einer Gallensteine und manch

einer Migräne. Ja sogar das EKG kann sich verändern, wenn die Persönlichkeitsanteile wechseln. Es verändern sich die Augenfarbe und die Sprache, die Haltung und die Mimik. Ob man es erklären kann, weiß ich nicht. Aber ich kann es beweisen und mit mir jeder Multiple dieser Welt. Es gibt viele Dinge zwischen Himmel und Erde, die sich dem menschlichen Verstand entziehen, was jedoch nicht bedeutet, dass es sie nicht gibt. Vieles, was wir heute wissen, war vor 50 Jahren noch undenkbar. Und so bin ich der festen Überzeugung, dass wir irgendwann verstehen werden, wie das Gehirn diese Meisterleistung der Persönlichkeitsspaltung vollbringen kann. Auch wenn der Grund der Spaltung kein guter ist, sondern sich zusammensetzt auch maximaler Gewalterfahrung, Missbrauch und Vernachlässigung. So ist das Resultat ein Wunder Gottes.

Heute haben wir die Gewalt hinter uns gebracht und nähern uns dem normalen Leben. Normal, wie man normal definiert, wird unser Leben nie werden. Aber was ist schon Normalität gegen die Wunderwelt des Vieleseins mit allen kleinen und noch mehr allen großen Bergen, die es zu bewältigen gilt und hinter denen sich eine Welt erstreckt, die uns empfängt und in der wir vielleicht einmal sein können, wie wir sind. Denn zu sein, wie andere es wollten, mussten wir unser ganzes Leben.

Also seien Sie nicht davon abgeschreckt, wenn Sie einer multiplen Persönlichkeit begegnen. Sie wird Sie nicht überfallen und Sie nicht umbringen, denn sie ist kein Psychopath, sondern ein Mensch wie jeder andere und doch mit dem gewissen Etwas. Stellen Sie sich vor, Sie würden einer Großfamilie begegnen. Die gleiche Offenheit und den gleichen Respekt sollten Sie auch einem Multiplen entgegenbringen. Seien Sie offen für die Begegnung, stellen Sie Fragen, bieten Sie Hilfe an, und vor allem haben Sie keine Angst, etwas Falsches zu tun. Dann werden Sie auf einen Schlag viele neue Freunde gewinnen, die Ihnen eine Welt zeigen können, die Sie in keinem Film und keinem Buch finden werden.

Korrespondenzadresse

Kate Birdie (Pseudonym) c/o CIP-Medien
Nymphenburger Str. 155 | 80634 München