



Viele-Sein  
Überleben und Leben  
mit Dissoziativer Identitätsstruktur

Claudia Igney, VIELFALT e.V.

[www.vielfalt-info.de](http://www.vielfalt-info.de)

Frankfurt, 23.03.2019



# Trauma und Dissoziation

## Trauma

- Als lebensbedrohlich erlebtes Ereignis, das die Bewältigungsmöglichkeiten übersteigt
- Reaktionen: Kampf – Flucht – Dissoziation

## Dissoziation

- „Flucht nach innen“
- Abspalten unerträglicher Erfahrung
- Vorübergehend oder dauerhafte (strukturelle) Spaltung der Persönlichkeit
- Überlebensmuster, nicht willkürlich steuerbar



# Ein (fiktives) Beispiel: Lisa, 3 Jahre



# Ein Beispiel: Lisa

Die dreijährige Lisa lebt in einer „ganz normalen“ Familie. Aber oft wenn der Vater nach einer ausgiebigen Kneipentour nach Hause kommt, schlägt er die Mutter und Lisa brutal zusammen.

Für Lisa sind diese „beiden Gesichter“ des Vaters unvereinbar und die Gewalt nicht aushaltbar. Lisas Persönlichkeit spaltet sich in Lisa, die den Alltag mit dem Vater erlebt und „das andere Mädchen“, die immer dann „auftaucht“, wenn der Vater nach Alkohol riecht.

Als Lisa 4 Jahre alt ist, beginnt der Vater, sie auch sexuell zu misshandeln. Und immer, wenn er diesen seltsamen Blick bekommt, verschwindet auch „das andere Mädchen“ und ein weiterer Persönlichkeitsanteil entsteht, der für sexuelle Situationen „zuständig“ ist. Nach einiger Zeit beginnt der Vater, Lisa auch an andere Männer zu verkaufen und immer, wenn Lisa dorthin gebracht wird, kommt Lola und tut, was die Männer von ihr verlangen.

Lisa weiß von alledem nichts, sie ist nur oft müde und vergesslich, manchmal tut ihr morgens der Körper weh und sie weiß nicht warum ...



# Dissoziative Identitätsstruktur

- Manche Persönlichkeitsanteile bewahren nur ein Erinnerungsbruchstück oder erleben ausschließlich ähnliche Gewaltsituationen. Sie wirken wie „eingefroren“ in der Situation.
- Andere Anteile entwickeln sich weiter, machen neue Erfahrungen und werden eigenständige Persönlichkeiten mit unterschiedlichen Fähigkeiten, eigenen Namen, Schriften, Vorlieben, Sichten auf die Welt.
- Dies entspricht im klinischen Sinne der Dissoziativen Identitätsstörung (früher: Multiple Persönlichkeitsstörung)
- Aber große Vielfalt, jeder Mensch ist einzigartig
- Täter\*innen aus Organisierter Rituellicher Gewalt nutzen die Dissoziationsfähigkeit von Kindern, um mit massiver Gewalt gezielt Persönlichkeitsanteile zu schaffen



# Dissoziative Identitätsstörung

Häufigkeit der DIS: 0,5 - 1% in der Allgemeinbevölkerung  
bis 5% in psychiatrischen Populationen

Aber oft nicht erkannt/diagnostiziert (oder nur als DDNOS)

## Ursachen:

- Schwere wiederholte Gewalt in früher Kindheit, meist durch nahe Bezugspersonen
- Keine (ausreichende) Hilfe von außen
- Ausgeprägte Fähigkeit, zu dissoziieren

(Gast et. al. 2006, Gast & Wabnitz 2017, ISSTD 2011/2014)



# Dissoziative Identitätsstörung (DIS)

1. Störung der Identität, charakterisiert durch zwei oder mehr unterschiedliche Persönlichkeitszustände
2. Jeder Persönlichkeitszustand beinhaltet sein eigenes Muster von Erleben, Wahrnehmen, Erfassen und Interagieren mit sich selbst, dem eigenen Körper und der Umgebung
3. Mindestens zwei unterschiedliche Persönlichkeitszustände übernehmen wiederholt die exekutive Kontrolle
4. Wechsel zwischen Persönlichkeitszuständen sind verbunden mit Veränderungen von Empfindungen, Wahrnehmung, Affekten, Kognitionen, Erinnerung, motorischer Kontrolle und Verhalten
5. Typischerweise gibt es Episoden von Amnesien, die schwergradig sein können

in Anlehnung an ICD 11 (offizielle Version der WHO, Verabschiedung für Mai 2019 geplant, unautorisierte deutsche Übersetzung: Jan Gysi, 2018, [www.jangysi.ch](http://www.jangysi.ch))



# Partielle Dissoziative Identitätsstörung

1. Wie bei DIS
2. Wie bei DIS
3. Ein Persönlichkeitszustand ist dominant und funktioniert normalerweise im Alltag, wird aber durch einen oder mehrere nicht-dominante Persönlichkeitszustände beeinträchtigt (dissoziative Intrusionen).
4. (...)
5. (...)

in Anlehnung an ICD 11 (offizielle Version der WHO, Verabschiedung für Mai 2019 geplant, unautorisierte deutsche Übersetzung: Jan Gysi, 2018, [www.jangysi.ch](http://www.jangysi.ch))





# Vielfalt der Symptome bei DIS

- Gefühle von Unwirklichkeit („neben sich stehen“)
- Sich wie „ferngesteuert“ fühlen
- Erinnerungslücken (z.B. keine Erinnerung an das letzte Gespräch, Amnesien für die eigene Lebensgeschichte)
- Flashbacks (Erinnerungsblitze abgespaltener Bilder, Gefühle, Körperschmerzen)
- körperliche Symptome/Krankheiten durch die hohe Stressbelastung
- Stimmen hören (innere Schreie, wütende Kommentare etc.)
- Bewegungsstörungen und Krampfanfälle
- Unkontrollierte Wechsel: ein äußerer oder innerer Trigger löst einen Persönlichkeitswechsel aus



# Reaktion oder Absicht?

Eine **Dissoziative Identitätsstruktur** entsteht

- **ungeplant als Reaktion** auf schwere, wiederholte Gewalt (z.B. familiären Missbrauch) oder
- **absichtsvoll und geplant** im Rahmen von Mind Control

Es gibt auch Mischformen.

Es kann im beraterischen/therapeutischen Kontakt lange unklar bleiben, welche Form vorliegt.



# Mind Control

Mind Control ist eine Form der Misshandlung von Kindern (und Erwachsenen) durch eine organisierte Gruppe, bei der absichtlich Teil-Persönlichkeiten erzeugt, indoktriniert und trainiert werden, die die Gebote der Gruppe befolgen.

(Alison Miller, 2012, Fortbildungsmaterial)

Diese Aufspaltung, Konditionierung und Programmierung erfolgt i. d. R. ab Geburt in systematischen Trainings (mit Folter, Drogen, sensorischer Deprivation, Täuschung, virtuellen Welten).



# Mind Control – Ziel und Folgen

Ziel: ein inneres System von Persönlichkeiten, die durch die Täter jederzeit abrufbar und steuerbar sind und für die das Kind (und später der Erwachsene) im Alltag keine bewusste Erinnerung hat.

## **Beispiel:**

Ein Kind, das mit mehreren, auf Codes hin abrufbaren Persönlichkeiten Bedürfnisse unterschiedlicher „Kunden“ erfüllt: A ist schmerzunempfindlich und kann extreme sexuelle Gewalt ertragen, B kennt bestimmte Abläufe und folgt automatisch, C zeigt körperliche Erregung/„Lust“, usw.



# Ausstieg

Bei organisierter/ritueller Gewalt ist ein sicher(er)es Leben nur möglich durch äußeren UND inneren Ausstieg:

- **Äußerer Ausstieg:** konsequenter Kontaktabbruch, oft: Umzug, Auskunftssperre, Namensänderung, Schutzbrief, evtl. Strafanzeige
- **Innerer Ausstieg:** Verringern innerer dissoziativer Barrieren, Auflösen der Konditionierungen, Leben lernen mit dem nun verfügbaren Wissen aus beiden Welten, Neuorientierung, ...

Dies ist ein langer Weg und in der Regel nur mit guter Unterstützung (Helfernetzwerk) zu schaffen!



Unser (fiktives) Beispiel:

Lisas Alltag



# Beispiel aus Lisas Leben

Es kann Lisa auch als Erwachsener noch passieren, dass Alkoholgeruch (z. B. bei einem fremden Mann in der S-Bahn) als Trigger wirkt und entweder Panik (Flashback) auslöst, ohne das Lisa weiß warum, oder Lisa einen Blackout hat und ihr hinterher jemand erzählt, sie hätte sich wie ein verängstigtes, erstarrtes kleines Kind verhalten (Wechsel zu dem „anderen Mädchen“).



# Lisa sucht Hilfe

Lisa hat es geschafft, durchs Leben zu kommen, die Schule abzuschließen und studiert. Aber irgendetwas stimmt nicht. Sie hat schreckliche Alpträume. Abrupte Beziehungsabbrüche. Aussetzer wie der in der Bahn, oder sie hat eine Prüfung, kann sich hinterher aber an nichts erinnern, manchmal hat sie eine 1, manchmal fällt sie durch und kann sich den Blackout nicht erklären. Manchmal hat Lisa panische Angst und weiß nicht, warum. Und jetzt hat sie einen Freund, den sie mag und nicht verlieren will, aber Berührungen sind schwierig. Oft erstarrt sie einfach und ist irgendwie weg.

Das alles macht Lisa Angst. Sie sucht nach Erklärung und Hilfe.





# Unterstützungsnetzwerk

zum Beispiel:

- Psychotherapie/Traumatherapie
- Anonyme telefonische Beratung
- Hausärztin
- Frauenberatungsstelle
- Selbsthilfegruppe
- Für Krisen: Schutzeinrichtung, Betreutes Wohnen, Klinik...
- Menschen, die da sind, mit tragen, Hoffnung geben
- Menschen und Orte für die eigenen Kraftquellen



# Unterstützungsnetzwerk

Im optimalen Fall

macht jede/r im Unterstützungsnetzwerk das,  
was die eigene Aufgabe ist und sie/er leisten kann.

Gemeinsam ergibt dies ein tragfähiges Netz.

Alle profitieren davon und lernen dazu.



# Herausforderungen

- Konfrontation mit extremer Gewalt
- Unzureichende Rahmenbedingungen
- Daraus entstehende Überforderung, abrupte Kontaktabbrüche oder Weiterreichen der Hilfesuchenden wie eine „heiße Kartoffel“
- hohes Spaltungspotenzial des Themas, Täter-Opfer-Retter-Dynamiken
- Unterstützer\*nnen-/Behandlungsteams spiegeln oft die Dynamik (und die Spaltungen) des inneren Systems wider. Gefahr von Teamspaltung oder/und Abwertung der Betroffenen, z.B. als „Spaltpilze“ oder „Bienenköniginnen“.



# Netzwerke(n) gegen Gewalt

- Unterstützungsnetz im Einzelfall (siehe Beispiel Lisa)
- regionale interdisziplinäre Netzwerke (Fachleute und Institutionen arbeiten themenspezifisch auf struktureller Ebene zusammen, Fachaustausch, Runder Tisch etc.)
- Netzwerke zur politischen Lobbyarbeit und auf gesamtgesellschaftlicher Ebene (z.B. BLAG Häusliche Gewalt, Bundesaktionspläne, Fachkreis „Sexualisierte Gewalt in organisierten und rituellen Gewaltstrukturen“ beim BMFSFJ, Ziel: Verbesserung der strukturellen Rahmenbedingungen, Gesetzesänderungen, Aus- und Fortbildung, Finanzierung)

# Zurück zu Lisa, 5 Jahre später





- Es gibt einen Überblick über das innere System und eine gute innere Kommunikation.
- Meistens kann sich über grundlegende Fragen geeinigt werden.
- Das äußere Helfernetzwerk ist noch da, wird aber nur noch punktuell gebraucht.
- Flashbacks und Krisen sind weniger geworden und beeinträchtigen den Alltag nicht mehr so stark. Viele abgespaltene traumatische Erfahrungen konnten bearbeitet und integriert werden.



# Leben!

Es geht nicht mehr um Überleben, sondern um Leben.

Nun rückt anderes in den Vordergrund, z.B.:

- Wie wollen wir leben? (beruflich, privat, Wohnort, Freund\*innen)
- Wie umgehen mit der Vergangenheit?
- Weitere Integration und Fusion („Eine-Werden“)?
- ....



# Neuorientierung

- Tiefe innere Prozesse, die noch mal zu schweren Krisen führen können.
- Auseinandersetzung mit den Taten, Täter\*innen, Zeug\*innen
- Trauer um nicht gelebtes Leben, nicht gehabte Möglichkeiten, Verlorenes, nicht mehr Mögliches.
- Abfinden mit bestimmten Einschränkungen, z.B. körperlichen Folgeschäden, Armut, sozialen Schwierigkeiten...
- Suche nach einem Lebenssinn und einer Aufgabe (gemeinsam und evtl. für jede Innenperson)
- Manche Herausforderungen bleiben ein Leben lang





# Weitere Wegbegleiter\*innen

Wichtig können in dieser Zeit z.B. sein:

- Ansprechpartner\*innen für spirituelle, religiöse, ethische Fragen
- Rechtsanwält\*innen (Strafanzeige, OEG, Namensänderung, Testament)
- Berufliches Coaching oder Umschulung
- Politisch aktive Mitstreiter\*innen
- Freund\*innen
- Kraftquellen finden und leben



# Empfehlenswerte Literatur

## Trauma und Dissoziation

- Gysi, J. (2018). Veränderungen im ICD-11 im Bereich Trauma & Dissoziation <https://www.jangysi.ch/Therapie,-Medizin,-Journalismus/>
- Gast, U. & Wabnitz, P. (2017). Dissoziative Störungen erkennen und behandeln. Stuttgart: Kohlhammer.
- Steele, K., Boon, S. & van der Hart, O. (2017). Die Behandlung traumabasierter Dissoziation. Lichtenau: Probst Verlag.
- van der Hart, O., Nijenhuis, E., Steele, K. (2008): Das verfolgte Selbst. Strukturelle Dissoziation und die Behandlung chronischer Traumatisierung. Paderborn: Junfermann.
- Fliß, C. & Igney, C. (Hg.) (2008): Handbuch Trauma und Dissoziation. Lengerich: Pabst Science Publishers.
- Gast, U. Rodewald, F., Hofmann, A., Mattheß, H., Nijenhuis, E., Reddemann, L., Emrich, H. M. (2006): Dissoziative Identitätsstörung – häufig fehldiagnostiziert. Deutsches Ärzteblatt 103 (47): A 3193-3200.



# Empfehlenswerte Literatur

- ISSTD (International Society for the Study of Trauma and Dissociation) (2014): Expertenempfehlung für die Behandlung der Dissoziativen Identitätsstörung (DIS) bei Erwachsenen. *Trauma & Gewalt*, 8.Jg., Heft 1, oder <http://www.degpt.de/ueber-die-degpt/arbeitsgruppen/ag-dissoziative-stoerungen.html>
- Sannee', Z. & Kneuse, B. (2017): *Wie viele Gesichter hat die Angst? Eine wahre Geschichte*. Norderstedt: BoD (*Autobiografischer Bericht*)
- Van Derbur, M. (2011): *Tagkind – Nachtkind*. Kröning: Asanger.
- Vogt, R. (Hg.) (2012): *Täterintrojekte. Diagnostik und Behandlungsmodelle dissoziativer Strukturen*. Kröning: Asanger.
- Weiß, W., Friedrich, E. K., Picard, E., Ding, U. (2014): „Als wär ich ein Geist, der auf mich runter schaut“. *Dissoziation und Traumapädagogik*. Beltz.
- Wieland, S. (Hg.) (2014). *Dissoziation bei traumatisierten Kindern und Jugendlichen*. Stuttgart: Klett-Cotta
- Paternoga, K. (2018): *Der äußere und innere Ausstieg der kleinen Sophie*. In Huber, M. *Der innere Ausstieg. Transgenerationale Gewalt überwinden*, 150-180, Norderstedt: BoD.



# Empfehlenswerte Literatur

## Organisierte und rituelle Gewalt

- Fachkreis „Sexualisierte Gewalt in organisierten und rituellen Gewaltstrukturen“ beim BMFSFJ (Hrsg.) (2018). Sexualisierte Gewalt in organisierten und rituellen Gewaltstrukturen. Prävention, Intervention und Hilfe für Betroffene stärken. Empfehlungen an Politik und Gesellschaft.  
<https://www.bundeskoordination.de/de/topic/51.rituelle-und-organisierte-gewalt.html>
- Nick, S. u.a. (2018): Organisierte und rituelle Gewalt in Deutschland. Kontexte der Gewalterfahrungen, psychische Folgen und Versorgungssituation. Trauma & Gewalt 12 (3), S. 244-261,  
<https://www.aufarbeitungskommission.de/kommission/projekte/projekt-peer-briken/>
- Breitenbach, G, (2011): Innenansichten dissoziierter Welten extremer Gewalt. Kröning: Asanger.
- Fliß, C. & Igney, C. (Hg.) (2010): Handbuch Rituelle Gewalt. Lengerich: Pabst Science Publishers.
- Miller, A. (2014): Jenseits des Vorstellbaren. Therapie bei Rituellicher Gewalt und Mind-Control. Kröning: Asanger.



# Empfehlenswerte Literatur

- Anonym (2014): Leerstellen, Beitrag einer Expertin in eigener Sache zum Treffen AK Rituelle Gewalt Schleswig-Holstein am 15.10.2014, <http://www.psychotrauma-kiel.de/index.php?page=materialen-AK>
- Arbeitskreis Rituelle Gewalt der Bistümer Osnabrück, Münster und Essen (Hg.) (2014): Rituelle Gewalt. Das (Un)heimliche unter uns. Münster: Dialogverlag.
- Kownatzki, R. et al. (2011): Rituelle Gewalt. Umfragestudie zur satanistischen rituellen Gewalt als therapeutisches Problem. Psychotherapeut 2011, DOI 10.1007/s00278-010-0786-z.
- Netzwerk ALTERNATIEF (2015): Organisierte Rituelle Gewalt und Mind-Control – Standortbestimmung 2015. Dokumentation des Fachtages.
- Breitenbach, G. & Requardt, H. (2013): Komplex-systemische Traumatherapie und Traumapädagogik. Kröning: Asanger.



# Empfehlenswerte Literatur

- Fröhling, U. (2015): Vater unser in der Hölle. Überarbeitete und aktualisierte Neuauflage. München: mvgverlag. (Erstauflage 1996, Seelze-Velber: Kallmeyersche Verlagsbuchhandlung). (*Erfahrungsbericht*)
- Lindstrom, H. & Sniehotta, J. (2016): Abwegig. Überleben und Therapie bei ritueller Gewalt. Kröning: Asanger. (*Erfahrungsbericht*)
- Miller, A. (2016): Werde, wer Du wirklich bist. Mind Control und Rituelle Gewalt überwinden. Kröning: Asanger.
- Zeitschrift für Psychotraumatologie, Psychotherapiewissenschaft, Psychologische Medizin (ZPPM), Themenheft Rituelle Gewalt. Jg. 10, Heft 4/2012.
- VIELSEITS GmbH (2017). VIELSEITS. Die ersten vier Jahre. Innenansichten eines Pionierprojektes. Selbstverlag. Zu beziehen über [www.vielseits.de](http://www.vielseits.de)
- Trauma & Gewalt (2019) 13 (3), Themenheft Organisierte und Rituelle Gewalt (im Druck)



# Websites

- VIELFALT e.V.:  
<http://www.vielfalt-info.de>
- Fonds sex. Missbrauch/Ergänzendes Hilfesystem:  
[www.fonds-missbrauch.de](http://www.fonds-missbrauch.de)
- Lacter, Ellen P: Website: <http://endritualabuse.org>
- S.M.A.R.T. (Stop Mind Control and Ritual Abuse Today):  
<http://ritualabuse.us>
- AK Rituelle Gewalt Schleswig-Holstein:  
<http://www.psychotrauma-kiel.de/index.php?page=arbeitskreis-gegen-rituelle-gewalt>