

**Vom Wir zum Ich –
Wege der Integration
bei Menschen mit dissoziativer Identitätsstruktur (DIS)
Vortrag von Claudia Igney am 25.11.2011
auf der Teile-Therapie-Tagung (4th World Congress Ego-State Therapy) in Heidelberg**

Vorbemerkung

Es gibt zum Thema Integration nur wenige klinische Berichte, Befragungen und Autobiographien. Mein Vortrag ist ein Praxisbericht und stützt sich vor allem auf die Erfahrungen aus der Beratungsarbeit bei Vielfalt e.V. und Begegnungen mit multiplen und ehemaligen multiplen Menschen.

Die Begriffe Dissoziation und Ego-State werden in der Literatur sehr unterschiedlich verwendet, zudem gibt es viele synonym verwendete Begriffe wie Persönlichkeitsanteile, Teile-Ichs, Ich-Anteile, dissoziierte Persönlichkeitszustände, Innenpersonen oder um es mit den Worten multipler Menschen zu sagen: „die Anderen“, Innies, Leute, System, Truppe ...

Dissoziation – ein Kontinuum?

Dissoziation ist die Veränderung der normalerweise integrativen Funktionen der Identität, des Gedächtnisses, der Wahrnehmung und des Bewusstseins.

Man kann dies als dissoziatives Kontinuum von „normaler Dissoziation“ bis hin zu „pathologischer Dissoziation“ denken (Hilgard 1973, Phillips & Frederick 1995, Putnam 1989) oder als Spektrum von Alltagsdissoziation bis hin zu traumabedingter Dissoziation:

Alltagsdissoziation

z.B. wenn man ganz „automatisch“ Auto fährt oder konzentriert musiziert und alle Umwelteinflüsse ausblendet

Traumabedingte Dissoziation

„Flucht nach innen“, wenn äußere Flucht unmöglich. Abspalten von unerträglichen Erfahrungen, vorübergehend, oder dauerhafte (strukturelle) Spaltung der Persönlichkeit
Überlebensmuster, nicht willkürlich steuerbar

Diskutiert wird, ob es fließende Übergänge gibt oder einen grundsätzlichen qualitativen Unterschied. Manche AutorInnen (z.B. Breitenbach 2010) plädieren dafür, den Begriff „Dissoziation“ ausschließlich für traumatische Situationen zu benutzen. Dem möchte ich mich anschließen. Konzentration und Imagination sind aktive, bewusste Prozesse – und damit das Gegenteil von traumabedingter Dissoziation. Überlebensmechanismen lassen sich nicht bewusst kontrollieren lernen. Man kann nur lernen bzw. dafür sorgen, dass Dissoziation zum (Über-) Leben nicht mehr notwendig und/oder wichtig ist.

Ego-States – ein Kontinuum?

Dieselbe Unklarheit begegnet uns bei der Idee von Persönlichkeitsanteilen.

Die Ego-State-Theorie (z.B. Watkins, siehe auch den abstract des Einführungsworkshops dieser Tagung) geht davon aus, dass bei allen Menschen die Persönlichkeit bzw. das Ich aus verschiedenen Ich-Zuständen besteht, die durch mehr oder weniger durchlässige Grenzen voneinander getrennt sind. Pathologisch wird es dann, wenn Konflikte und mangelnde Kooperation zwischen den Ego-States auftreten. Es gibt also ein Kontinuum von „normaler“ Vielfalt der Ich-Anteile bis hin zur Multiplen Persönlichkeit.

Phillips & Frederick (1995/2007, S. 204) schreiben, „dass das Modell der Ich-Zustände als theoretische Metapher ausgezeichnet geeignet ist, die verschiedenen Aspekte der menschlichen Persönlichkeit zu verstehen und therapeutisch mit ihnen zu arbeiten“.

Die Theorie der strukturellen Dissoziation bezieht sich nur auf traumabedingte Dissoziation, beschreibt aber kein qualitatives Prinzip, das dissoziierte Persönlichkeits-Anteile bei DIS von anderen (z.B. bei PTBS) unterscheidet, es gibt nur einen höheren Grad an Komplexität und Autonomie der Anteile bei DIS (van der Hart, Nijenhuis, Steele 2008)

Breitenbach unterscheidet zwischen Ego-States und dissoziativ abgespaltenen Anteilen. Ego-States sind Teile des Selbst, die dem Bewusstsein und der Reflexion zugänglich sind. Erst wenn überwältigende Situationen die Anpassungsgrenzen sprengen, entstehen dissoziativ abgespaltene Anteile. Diese Abspaltungen sind fragmentarisch und entlang neurobiologischer „Sollbruchstellen“ des Organismus und getrennt vom Alltagsbewusstsein. Bei PTBS und wenn Erwachsene massive Gewalt erleben, sind die Anteile v. a. ein Container für abgespaltene Erfahrungen, also z.B. die Erinnerung an eine Vergewaltigung oder auch nur der dazugehörige abgespaltene Schmerz.

Wenn wiederholt ähnliche überwältigende Situationen in früher Kindheit geschehen und es für das Überleben sinnvoll ist, entstehen definierte innere Anteile, die bestimmte Tätigkeiten in bestimmten Lebenslagen erfolgreich übernehmen können.

Sind alle Menschen „Viele“ und Multipel-Sein ein „Normalzustand“?

Im Programmheft des heutigen Kongresses fand ich viele humorige Beschreibungen wie „Wer ist Viele? Und Wer ist er dann?“ Oder: „Wie viele sind wir heute beim Essen?“ Einerseits hat die Idee, dass alle Menschen aus Teilen bestehen, etwas Verlockendes. Multiple Menschen sind dann sozusagen „anschlussfähig“ und nicht mehr, wie noch in den 90er-Jahren, das Exotisch-Fremde, welches sich gleichermaßen für Idealisierungen und Diskriminierungen eignet. Die Debatte in den Medien erfand damals seltsame Stilblüten. Da war die Rede vom „Horrorstück aus dem Arsenal der Psycho-Krankheiten“¹ „Bürgerkrieg im Inneren“², „seismographisch begabte Zeitgenossen, (...) die schmecken den Zeitgeist“ (Klaus Dörner)³, „Modediagnose“⁴.

Heute haben das Dissoziationskonzept und Teile-Theorien weite Verbreitung gefunden und dennoch erleben wir in der täglichen Arbeit noch oft, dass multiple Menschen stigmatisiert werden und nicht die Unterstützung erhalten, die sie brauchen. Wenn „Viele-Sein“ etwas ganz Normales ist, dann besteht die große Gefahr der Bagatellisierung des Leids und Abspaltung der Ursachen von DIS –massivster Gewalt.

Persönlichkeiten bei multiplen Menschen sind eben keine „theoretische Metapher“, Rollenvielfalt bzw. Facetten eines einheitlich empfundenen Ichs, oder imaginierte „Innere Teams“, sondern: Es gibt viele Ich's, die Identität, das Selbstempfinden, ist zersplittert und mit ihr die Wahrnehmung, das Fühlen und Denken, die Erinnerung, die Biographie, die Fähigkeiten, das Zeitempfinden, das Handeln u.v.a.m.

Das zeigt sich manchmal in Form eines schwer traumatisierten, erstarrten Kleinkindes, manchmal in Form einer Persönlichkeit, die stereotyp die Täterbotschaften wiederholt, manchmal in Form einer Alltagspersönlichkeit, die erfolgreich das Berufsleben managed und von allem anderen nichts weiß - und das alles nur einen Trigger oder einen Schaltkreis entfernt und zunächst oft ohne Wissen voneinander. Wenn diese Persönlichkeiten sich verkörpern, „nach vorne kommen“, verändern sich Mimik und Gestik, Körperhaltung, Sprache, Entwicklungsalter etc. Es verändern sich auch die Möglichkeiten, mit der Therapeutin zu kommunizieren, Gegenübertragungsreaktionen und Dynamiken.

¹ SPIEGEL 37/1989:220-225

² SPIEGEL 16/1994: 122-130

³ SPIEGEL 12/1995:197

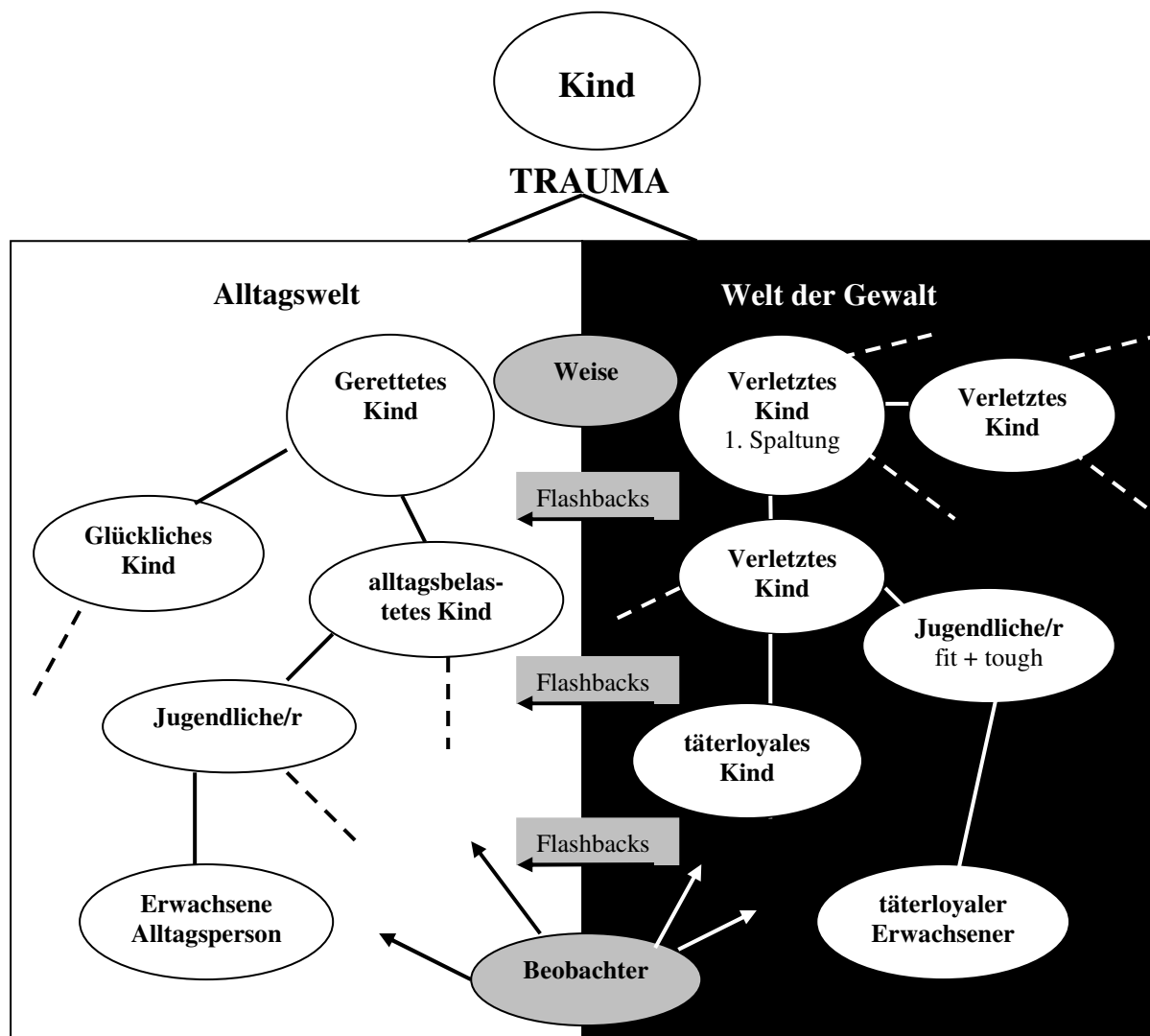
⁴ PSYCHOLOGIE HEUTE April 1996: 34-40

Und wir können dieses Thema nicht auf psychische Prozesse reduzieren. Es geht immer auch um Gewalt, um den Umgang unserer Gesellschaft mit Opfern massivster Gewalt und oft auch mit Menschen, die selbst zu Tätern gemacht wurden, es geht um eine ehrliche Auseinandersetzung, Unterstützung und Zukunftsperspektiven.

Dissoziative Identitätsstruktur (Multiple Persönlichkeit)

Es ist nicht möglich, in einer halben Stunde Vortrag die z.T. sehr komplexen Strukturen dissoziierter Innensysteme zu beschreiben. Ich möchte dennoch ein Beispiel versinnbildlichen (nähere Informationen dazu siehe Fliß in Fliß & Igney 2010, S. 265 ff)

(Vereinfachtes und anonymisiertes) Beispiel des Innensystems einer multiplen Frau



Nach Claudia Fliß (2010) in Fliß & Igney, S. 266

Dies ist ein stark vereinfachtes, unvollständiges Beispiel für ein Innensystem. Innere Anteile entstehen, wie schon geschildert, durch Dissoziation. Manche Anteile bewahren nur ein Erinnerungsbruchstück oder erleben ausschließlich ähnliche Gewaltsituationen. Sie wirken wie „eingefroren“ in dieser Situation. Andere Anteile, machen neue Erfahrungen, entwickeln sich weiter und werden eigenständige Persönlichkeiten mit eigener Identität, unterschiedlichen Fähigkeiten, eigenen Namen, Schriften, Vorlieben, Sichten auf die Welt. Wird Dissoziation zu einem häufig genutzten Überlebensmechanismus, so können auch im Alltag in schwierigen Situationen neue Persönlichkeitsanteile entstehen.

Typisch ist das Aufwachsen in Parallelwelten, also eine Welt des Alltags und eine Welt der Gewalt – mit wenig Verbindung. So kann es sein, dass die Alltagspersönlichkeiten sich nicht an Gewalterfahrungen erinnern können (höchstens an Alpträume), stattdessen Panikanfälle (Flashbacks) und dissoziative und andere Krankheits-Symptome haben. Und die Persönlichkeiten der Gewalt bekommen ausschließlich Gewaltsituationen und die Welt der Täter mit. Manchmal haben sie auch Einblick in den Alltag, sehen und bewerten ihn aber ausschließlich durch die Brille der erlernten Täterbotschaften. Und manchmal werden Persönlichkeiten aus der Welt der Gewalt versehentlich durch einen Trigger in den Alltag befördert. Eigentlich müsste das Bild dreidimensional sein, weil es oft noch verschiedene Schichten oder Cluster gibt, also z.B. eine Gruppe von Persönlichkeiten, die zuständig ist für Situationen sexueller Gewalt. Diese teilen sich evtl. noch mal auf in weitere Cluster, z.B. Persönlichkeiten, die Lust empfinden oder sie zumindest vortäuschen können und Persönlichkeiten, die fähig sind, Gewalt gegen andere auszuüben. Ich kann hier nicht näher darauf eingehen, möchte es aber zumindest erwähnen. Täter Organisierter Rituellicher Gewalt (z.B. in destruktiven Kulturen) nutzen diese Überlebensmechanismen und erzeugen ganz gezielt vielschichtige, genau definierte, innere Persönlichkeitensysteme und erzwingen durch Training, Konditionierung und Programmierung, wer mit wem verbunden ist und wer welche automatisierten Reaktionen und Verhaltensabläufe umsetzt. Ich verweise hierzu auf weiterführende Literatur: Breitenbach 2010, Handbuch Rituelle Gewalt (Fliß & Igney Hrsg. 2010) und die Jahresfortbildung: „Organisierte Rituelle Gewalt und Komplextrauma. Kompetenzstärkung für Begleitung/Beratung/Therapie“ des Fortbildungsteams MOSAIK (siehe www.ifp-hamburg.de).

Das Ziel: Integration/Fusion!?

Früher wurde in der Fachliteratur oft stereotyp als Therapieziel bei DIS die Fusion – also die Verschmelzung zu einer einzigen Persönlichkeit genannt.

Heute wird eher Co-Bewusstheit und gute Kommunikation und Kooperation zwischen den Anteilen als Ziel benannt - was ja ebenso Ziel der Ego-State-Therapie ist.

Phillips und Frederik (1995/2007, S. 212) beschreiben 7 Entwicklungsstufen der Persönlichkeitsintegration:

1. **Erkennen:** die Ich-Zustände werden sich der Existenz anderer Ich-Zustände bewusst
2. **Kommunikation**
3. **Entwicklung von Empathie** gegenüber anderen Ich-Zuständen
4. **Kooperative Bemühungen**
5. **Miteinanderteilen innerer Phänomene** wie Gedanken, Gefühle, Erfahrungen
6. **Co-Bewusstheit** beginnt, wenn Ich-Zustände anfangen, umfassend ihr Bewusstsein, ihre Wahrnehmungen, Intentionen und Ziele miteinander zu teilen
7. **Kontinuierliche Co-Bewusstheit**

Meiner Erfahrung nach finden alle diese o.g. Prozesse bei multiplen Menschen statt, wenn sie sich aktiv in die Auseinandersetzung mit ihrem So-Sein begeben, z.B. in der Therapie. Aber sie sind selten linear. Es kann z.B. auch nach Jahren der Therapie eine weitere Schicht von Persönlichkeiten „auftauchen“, während es in anderen Bereichen des Systems schon eine gute Kooperation gibt und einzelne Fusionen von Persönlichkeiten stattgefunden haben. Oder die Entwicklung von Empathie gegenüber einem verletzten Kindanteil ist nicht aushaltbar, so dass erstmal wieder eine Distanzierung stattfinden muss.

Manche Persönlichkeiten wissen schon ihr ganzes Leben voneinander und kommunizieren auch in eingeschränkter Form miteinander, andere –v.a. die Alltagspersönlichkeiten- wissen lange nichts, außer dass etwas nicht stimmt in ihrem Leben und sie Zeitlücken haben.

Co-Bewusstheit kann vieles bedeuten und muss nicht zwingend die Vorstufe von Integration und Fusion sein. Beobachterpersönlichkeiten haben z.B. oft ein großes Wissen über das

System und bekommen viel mit – aber sie teilen nur das Wissen, nicht die Gefühle. Und sie bleiben ein eigenständiges Ich, beobachten sozusagen aus der zweiten (oder dritten) Reihe, sind aber nicht beteiligt an den Handlungen. Manche Multiple sehen diesen Zustand für sich als Ziel: keine Zeitlücken mehr zu haben, alles mitzubekommen, sich absprechen zu können, aber trotzdem eigenständige Persönlichkeiten zu bleiben.

Es ist wichtig, die Systemstruktur und innere Logik zu verstehen. Wer hat Kontakt zu wem? Wer teilt ähnliche Aufgaben und Themen? Die Struktur multipler Systeme entsteht entlang neurobiologischer Sollbruchstellen und Überlebensnotwendigkeiten. Aber: jeder Mensch ist einmalig, Multiple auch!

Jedes System geht seinen eigenen Weg und auch jede Persönlichkeit des Systems. Am Anfang geht es erstmal darum, sich überhaupt kennen- und wahrnehmen zu lernen, allen Raum zu geben, sie am Hier und Jetzt teilhaben zu lassen. Erst einmal wird das Chaos größer, die Vielfalt sichtbar. Ein Therapieziel „Integration“ wird dann als unerreichbar oder auch kontraproduktiv empfunden und erzeugt Abwehr. Integration wird zu diesem Zeitpunkt oftmals gleichgesetzt mit dem Tod oder Verschwinden von Innenpersonen. Es gibt keine Vorstellung davon, wie es ist „Eine“ zu sein.

Hilfreich sind kleine Schritte. Jeder Blick über eine innere Mauer, jedes Miteinander-Kommunizieren im System - über Gedanken und innere Gespräche oder ein gemeinsames Tagebuch oder den „Umweg“ über die Therapeutin oder Freundin - ist ein Stück Integration. Die Erfahrung, dass dies aushaltbar ist, macht Mut für weitere Schritte. Außerdem ermöglicht dies den jeweiligen Persönlichkeiten, neue Erfahrungen zu machen und sich dadurch weiterzuentwickeln. Viele sagen irgendwann: „Eine zu werden ist nicht unser Ziel, aber wenn es sich auf unserem Weg ergibt, dann ist es o.k.“ Das Thema verliert an Bedeutung.

Wenn kein Abbau der dissoziativen Barrieren und damit keine Annäherung der Persönlichkeiten geschieht, dann hat das immer einen Grund – und es lohnt sich, diese Gründe jeweils herauszufinden. Einige Herausforderungen möchte ich im Folgenden herausgreifen.

Viele bleiben? Eine werden?

Häufig ist in der Fachliteratur und manchmal auch in Beschreibungen ehemals multipler Menschen zu lesen, dass bei der Integration und Fusion nichts verloren geht, sondern sich alle Eigenschaften und Fähigkeiten in der fusionierten Gesamtpersönlichkeit vereinen. Meiner Erfahrung nach ist das Ergebnis eines Integrationsprozesses nicht vorhersehbar, es ist auch ein Abenteuer mit ungewissem Ausgang. Und es bedeutet Mut und Entschlossenheit, diesen Weg zu beschreiten.

Es gibt multiple Menschen mit hoch spezialisierten, eigenständigen Persönlichkeiten, die es in ihrem Bereich zu besonderer Perfektion gebracht haben und dies im Alltag effektiv nutzen können. Z.B. in dem eine Persönlichkeit ausschließlich als Ärztin oder Computerspezialist lebt. Oder eine Persönlichkeit moderiert einen Workshop, während eine andere Beobachterpersönlichkeit gleichzeitig innen die Veranstaltung protokolliert, um es später aufs Papier zu bringen. Manche schlafen abwechselnd und können somit enorme Leistungen erbringen. Das „Viele-Sein“ kann hier erheblichen Gewinn bringen.

Der Abbau der dissoziativen Barrieren hat „Nebenwirkungen“: der Computerspezialist fühlt nun evtl. die Schmerzen und das Entsetzen traumatisierter Kindpersönlichkeiten mit. Er wird schneller müde und es geht vieles nur noch nacheinander, nicht gleichzeitig.

Die Leistungsfähigkeit sinkt, es kann auch vorübergehend zu Dysfunktionalität und Arbeitsunfähigkeit führen.

Warum also dann Integration und Fusion?

Das Aufrechterhalten der dissoziativen Barrieren, die Vermeidung und der Umgang mit Flashbacks binden viel Lebensenergie und sind auch körperlich sehr anstrengend. Ich habe viele multiple Menschen erlebt, die mit 40 oder 50 Jahren einen körperlichen und seelischen Zusammenbruch hatten oder körperlich krank wurden und erst dadurch zur Auseinandersetzung mit ihrer inneren Welt gezwungen wurden. Und so schön Spezialisierung auch ist – es fehlt etwas an anderen Fähigkeiten und tiefen Gefühlen, es gibt so viele Dinge, die der einzelnen Persönlichkeit nicht möglich sind, Grenzen, an denen jemand anderes von innen übernehmen muss und auch für multiple Menschen hat der Tag nur 24 Stunden – in denen nicht alle Bedürfnisse aller Persönlichkeiten Platz haben. Kampf um Körperzeit, Lebensziele, Tagesabläufe etc. können sehr zermürend und chaotisch sein. Integration und Fusion kann bedeuten: mehr Zeit, mehr Tiefe und Ganzheit, mehr eigene Entscheidungsfreiheit und Planbarkeit, mehr Gesundheit und Zufriedenheit. Dies jedoch ist zu Beginn nicht vorstellbar, weil die einzelne Persönlichkeit es nie kennen gelernt hat.

Wie fühlt sich Integration/Fusion an?

Hier ein Beispiel für einen fortgeschrittenen Integrationsprozess:

„Früher (...) war alles noch sehr auseinander gerissen, jeder überlebte für sich. Heute sagen wir nur noch „Team“. Irgendwann war es so, als ob sich Farben vermischten, so, wie gelb und blau zu grün werden und das Ganze formatierte sich zu einem Kreis. So ist das bei uns in stabilen Zeiten. (...) Aber in schlechten Zeiten fällt der Kreis auseinander.“ (Leah Nadine in Striebel 2008, S. 73)

Oftmals sind Persönlichkeiten über einen längeren Zeitraum parallel „draußen“ und machen somit die gleichen Erfahrungen, ehe es zu einer Vermischung kommt. Wie rote und grüne Knetmasse, schon etwas zusammen geknetet, aber nicht komplett.

Andere beschreiben Integration und Fusion anhand einer Matrioschka, eine Innenperson nimmt eine andere in sich auf –ein „Nach-innen-Nehmen“. I.d.R. nimmt die ältere Innenperson die jüngere in sich auf oder die stärkere die schwächere. Es erfolgt eine Art „Verstoffwechselung“ der früheren Erfahrungen, Körper- und Gefühlsgrenzen lösen sich auf. Manchmal wird dieser Zwischenzustand mit dem einer Schwangerschaft verglichen bzw. als Vorstellung für die Fusion genutzt. In der Vorstellung wird das Baby auf den Bauch gelegt und verschmilzt mit der Mutter.

Manche entwickeln eigene Fusionsrituale, z.B. gemeinsam in einen Lichtstrom gehen und sich dort vereinen oder über eine Brücke gehen in ein gemeinsames Land.

Vielfalt der Dynamiken

Innensysteme können aus mehr als 100 Persönlichkeiten bestehen, dies ergibt eine Vielfalt möglicher Dynamiken im System und bei der Interaktion mit außenstehenden Menschen. Bei DIS gibt es viele innere Wahrheiten und Weltansichten – alle sind wichtig und müssen gehört werden, um dann gemeinsam diskutiert und verändert werden zu können. Hier kann die innere Kommunikation zu einer gewaltigen –und oft sehr beeindruckenden! -Organisationsleistung werden. Manchmal bilden sich Gruppen mit SprecherInnen, Kommunikationsregeln werden eingeführt; Zeiten, Orte und Wege dafür festgelegt. Dies gemeinsam im System zu schaffen, braucht Zeit und Geduld.

Entscheidung und Annäherung

Fusion ist nur möglich, wenn die beteiligten Innenpersonen dies wollen oder zumindest nichts dagegen haben. Manchmal –wenn die Unterschiede zu groß sind- muss auch erst ein Annäherungsprozess stattfinden, damit die Belastung geringer wird, z.B. durch eine Altersreife von Kind-Persönlichkeiten oder Bearbeitung der traumatischen Erfahrung der jeweiligen Persönlichkeit.

Dissoziation kann aber auch im Hier und Jetzt lebensnotwendig sein – weil noch Gewalt stattfindet oder weil die Erinnerung noch immer nicht aushaltbar ist. Ich persönlich glaube auch, dass es –insbesondere im Bereich der Organisierten Rituellen Gewalt- Erfahrungen gibt, die nicht integrierbar sind. Manchmal ist auch die Vielzahl extremer Gewalterfahrungen nicht mehr in der noch zur Verfügung stehenden Lebensspanne bearbeitbar.

Krankheit, äußere Stressfaktoren

Integration und Fusion von Persönlichkeiten wird als psychisch und körperlich sehr anstrengend beschrieben. Es kann sich anfühlen wie ein Marathonlauf, begleitet sein von Fieberschüben und einem veränderten Körpergefühl (sich älter, dicker, schwerfälliger fühlen –oder einfach anders). Bestimmte körperliche Bewegungen und Fähigkeiten müssen evtl. neu justiert werden. Dies braucht Raum und Zeit –und kann zur Überforderung werden, wenn aktuell im „Außen“ viel Energie gebraucht wird (Abschlussprüfungen, Gerichtsverfahren etc.) oder schwere körperliche Krankheiten vorliegen.

Neue Strategien

Bei multiplen Menschen ist oft auch das soziale Umfeld gespalten. Jede Persönlichkeit kann eigene soziale Bezugspersonen wie ArbeitskollegInnen, professionelle UnterstützerInnen, Freundinnen oder auch Lebenspartner haben. Wenn die Persönlichkeiten einen Überblick über das ganze frühere und heutige Leben bekommen und miteinander die Gefühle, Wahrnehmungen und sozialen Beziehungen teilen, dann bedeutet das eine grundlegende Bestandsaufnahme. Welche sozialen Beziehungen tun uns gut und entwickeln sich mit uns mit? Bin ich/sind wir zufrieden mit dem Job? Wo und wie können wir unsere Fähigkeiten nutzen und weiterentwickeln?

Dieser Weg kann bedeuten, zunächst viele soziale Beziehungen zu verlieren bzw. aufgeben zu müssen und neu anzufangen.

Parallel zur Auflösung dissoziativer Barrieren müssen gemeinsam ein neues Miteinander, neue Konfliktlösungsstrategien und Zukunftsperspektiven gefunden werden.

Es ist zu schaffen und es lohnt sich!

Literatur

- BREITENBACH, G. (2011). Innenansichten dissoziierter Welten extremer Gewalt. Ware Mensch - die planvolle Spaltung der Persönlichkeit. Kröning: Asanger.
- FLIß, C.; IGNEY, C. (Hg.) (2010): Handbuch Rituelle Gewalt. Erkennen. Hilfe für Betroffene. Interdisziplinäre Kooperation. Pabst Science Publishers Lengerich.
- PHILLIPS, M.; FREDERICK, C. (2007): Handbuch der Hypnotherapie bei posttraumatischen und dissoziativen Störungen. Heidelberg: Carl-Auer-Verlag (Originalausgabe 1995 „Healing the Divided Self“, London)
- PUTNAM, F. W. (2003): Diagnose und Behandlung der Dissoziativen Identitätsstörung. Junfermann: Paderborn. (Originalausgabe 1989 „Diagnosis and Treatment of Multiple Personality Disorder“)
- STRIEBEL, Ch. (2008): Schritt für Schritt ins Leben. Ein kompaktes Selbsthilfebuch für Menschen mit Dissoziativer Identitätsstörung und Zwischenformen. Leipzig.
- TEMMINGHOFF, W. (1999): Eine Sein! Viele-Sein! Eine werden? Eine phänomenologische Studie zu multiplen/integrierten Lebenskonzepten. Bonn: Psychiatrie-Verlag.
- VAN DER HART, O.; NIJENHUIS, E.; STEELE, K. (2008): Das verfolgte Selbst. Strukturelle Dissoziation und die Behandlung chronischer Traumatisierung. Junfermann: Paderborn.
- WATKINS, J.G.; WATKINS, H. (2003): Ego-States Theorie und Therapie. Heidelberg: Carl-Auer-Verlag.