

BALANCE

PSYCHOLOGIE & GESUNDHEIT & FITNESS



Sophie Lievens* litt unter einer multiplen Persönlichkeitsstörung. Die Heilungschancen gelten als sehr gering

FOTO JAN RIEPHOFF

Vielleicht begriff sie es an diesem heißen Tag im Sommer 1974 zum ersten Mal. Sophie Lievens*, schulterlange blonde Haare, Jeans und T-Shirt, stieg gerade in einen Überlandbus. Sie war auf der Flucht. Und deshalb durfte keiner zurückbleiben, das wusste sie auch schon mit 19 Jahren ganz genau.

Der Busfahrer schloss die Türen. Sie blickte sich um und erschrak. Ihre Begleiter waren nicht hinter ihr. „Stopp“, rief sie ihm zu, „warten Sie. Die anderen müssen auch mit.“ Er sah sie fragend an, dann öffnete er wieder.

Sophie Lievens lotste sie nun alle hinein, die ganze Truppe. Die vielen kleinen Kinder, die große Angst hatten, weil sie noch nie Bus gefahren waren. Den drahtigen Kerl, den sie den „Organisator“ nannten, weil er für die Erledigungen zuständig war. Und auch die junge Frau mit den dunklen Locken und dem liebevollen Blick, „die Krankenschwester“, die sich immer um die Verletzten und Traurigen kümmerte.

Es dauerte lange, bis alle drinnen waren, der Busfahrer wartete geduldig – aber seinen Blick wird Sophie Lievens ihr Leben lang nicht mehr vergessen. Er ging ins Lee-ree. Der Mann schien weder die Kinder zu sehen noch den großen Jungen, noch die Frau. Für ihn, das ahnte sie irgendwie, war da nur ein Mädchen mit Sonnenbrille. Nämlich sie.

Die Niederländerin Sophie Lievens war damals schwer krank. Sie hatte das, was die Psychiater eine „multiple Persönlichkeitsstörung“ nennen. Sie teilte sich ihren Körper mit vielen Ichs, mehr als 30 an der Zahl. Sie trat mal als Mädchen, mal als Junge, mal als Frau, mal als Mann auf. Ein paar ihrer Identitäten sah sie gar vor sich wie Menschen aus Fleisch und Blut. Sie begleiteten sie wie eine ungewöhnliche Reisegruppe.

Die multiple Persönlichkeitsstörung ist nicht nur eine der schlimmsten psychischen Krankheiten, die man haben kann, sondern auch eine der umstrittensten. Bis heute diskutieren die Wissenschaftler, was die Spaltung auslöst, ob sie von den

Betroffenen nur subjektiv erlebt wird und wie man sie am besten kuriert. Die Chancen auf Heilung gelten als gering.

Sophie Lievens gehört zu den wenigen Menschen, die diese Krankheit besiegt haben. Sie ist heute eins. Eine zierliche Frau, 58 Jahre alt, sie trägt ihre Haare kurz, eine eckige Brille und einen leuchtend blauen Pullover. Sie sitzt in einem Korbsessel im Wohnzimmer ihres Hauses mitten in den Niederlanden und trinkt Tee. Im Garten stolzieren ein paar Hühner durch das

Gras. Ihr Mann ist zum Sohn rübergegangen, der ein paar Straßen weiter wohnt, damit sie in Ruhe erzählen kann. Wie die Kindheit sie zerbrochen hat, wie sie dann ihre Eltern verließ und endlich glücklich war und wie die Vergangenheit sie viel später doch wieder einholte.

Es stellen sich, während sie erzählt, Fragen: Ist es tatsächlich so gewesen? Haben die Eltern ihr das wirklich angetan? Keiner kann das genau sagen. Auch sie selbst nicht. Vielleicht ist es mit das Schlimmste an dieser Krankheit: nie zu wissen, wie es wirklich war. „Ich bin jedenfalls glücklich“, sagt Sophie Lievens, „dass ich noch lebe.“

Sie wühlt in einer Pappschachtel mit Fotos, zieht eines hervor. Es zeigt den Esstisch im Hause ihrer

Eltern irgendwann in den 60er Jahren; die Schwestern löffeln Suppe, die Mutter schaut in die Kamera. Eine dünne Frau, das braune Haar geflochten. „Es roch bei uns zu Hause immer nach Putzmitteln“, sagt Sophie Lievens, „meine Mutter hat immer geputzt, selbst wenn Besuch da war.“

Die Eltern waren Bauern. Sie besaßen ausgedehnte Ländereien mit viel Weizen, Roggen und Gerste, aber keinen Bauernhof. Sie wohnten mitten im Dorf, das eigentlich nur aus einer einzigen schmalen Straße bestand. Die Häuser aus dunkelroten Backsteinen standen dicht nebeneinander. Auf der Straße spielten tagsüber viele Kinder, auch die kleinen. Nur Sophie war nie dabei. Ihre Mutter ließ sie nicht vom Grundstück. Die Leine, an der sie die Tochter morgens festmachte, bis sie vier Jahre alt war, ging bis zum Tor, weiter nicht. ▶

„Ich
bin froh,
dass
ich noch
lebe“

Sophie Lievens* kämpfte jahrelang mit ihren vielen Ichs. Jetzt ist sie endlich eins. Ein Wunder? Ein Wunder

* Name von der Redaktion geändert

BALANCE

Ihr Vater, ein kleiner Mann mit wachen Augen, trug sonntags immer einen Anzug, hellgrau oder hellblau, die Fingernägel blitzblank. Er war Presbyter und spielte die Orgel in der Kirche. Die Menschen mochten ihn, er konnte sehr charmant sein. Abends sprach er das Tischgebet, er bat Gott darin, den Kindern ihre Fehler zu vergeben und ihnen zu helfen, der Mutter alles recht zu machen. Sie werde sonst „ganz verrückt“.

Sophie war die Jüngste. Die Geschwister waren schon aus dem Haus, als sie auf die höhere Schule kam. Sie fuhr jeden Morgen mit dem Rad in die Stadt, rechts und links die Weizenfelder. Für die Rückfahrt am Mittag hatte sie sich ein Spiel ausgedacht, ein magisches Spiel. Es sollte ihr sagen, wie die Stimmung daheim war. Sobald sie das erste Haus in ihrer Straße passierte, begann sie zu zählen. Musste sie nur zehnmal fest in die Pedale treten, keinesfalls mehr, würde alles gut sein.

Sophie stellte ihr Fahrrad immer erst in die Garage, bevor sie hineinging. Die Tür war stets offen, die Mutter im Haus. Sophie reichte ein Blick in ihre Augen, um zu wissen, was als Nächstes passieren würde. Sah die Mutter sie direkt an, würden sie gleich zu Mittag essen. Waren die Augen aber kalt und leer, dann kroch die Angst in ihr hoch.

In diesen Momenten stoppt ihre Erinnerung. Sie setzt erst viel später wieder ein, wenn sie sich irgendwo draußen im Garten befand. Oder in ihrem Kinderzimmer. Sie lag dann oft auf dem Bett, „und mein ganzer Körper tat weh“. Einmal erwachte sie wieder, als mit einem Krachen der Spiegel im Wohnzimmer zu Boden ging. Sie war mit dem Rücken dagegen geprallt.

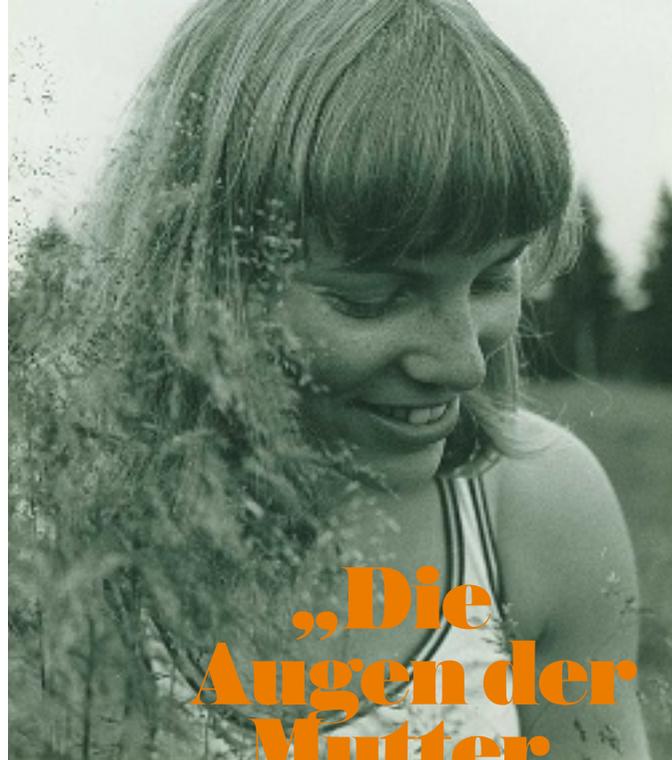
DIE VIELEN ICHS

MULTIPLE PERSÖNLICHKEITSSTÖRUNG: WAS BEDEUTET DAS KONKRET?

Die Krankheit wird auch „dissoziative Identitätsstörung“ (DIS) genannt und liegt dann vor, wenn ein Mensch zwei oder mehrere verschiedene Identitäten oder Persönlichkeitszustände aufweist, die alle ihr eigenes Wahrnehmungsmuster, Beziehungsleben und Denken haben. Das Krankheitsbild ist umstritten, da die Experten bis heute nicht abschließend klären konnten, was die Spaltung auslöst und ob sie von den Patienten nur subjektiv erlebt wird, gesicherte Zahlen zur Anzahl der Betroffenen gibt es daher nicht. Sicher ist: Fast alle sind weiblich.

WAS GILT ALS URSACHE? Nach heutigem Forschungsstand: traumatische Erfahrungen in der frühen Kindheit, meist sexueller Missbrauch.

WIE SIND DIE HEILUNGSSCHANCEN? Eine komplette Heilung gilt als schwierig. Es gilt schon als Erfolg, wenn die Betroffenen lernen, mit ihren verschiedenen Ichs zu leben. Sophie Lievens hat der Therapie-Ansatz des niederländischen Psychologen Ellert Nijenhuis geholfen, der in Assen am Top Referent Trauma Center of Mental Health Care arbeitet und mit Kollegen ein – allerdings nicht völlig unumstrittenes – Standardwerk verfasst hat: „Das verfolgte Selbst“ (464 S., 46,90 Euro, Junfermannsche Verlagsbuchhandlung GmbH & Co. KG).



„Die Augen der Mutter waren kalt und leer“

Sophie mit etwa 18 Jahren. An ihre Kindheit hatte sie viele Jahre kaum Erinnerungen

Sophie Lievens redet lange. Dann beißt sie die Zähne zusammen. Ihr Gesicht wirkt grau und leer. Von draußen dringen Stimmen ins Haus von Kindern, die auf dem Fahrrad vorbeisausen. Sie kommen aus der Schule. Es ist Mittagszeit. „Diese Kindheit habe ich nur wegen meiner Krankheit überstanden“, sagt sie schließlich, „sie hat mich gerettet.“ Sophie Lievens kann sich an keinen Tag erinnern – so schlimm er auch war –, an dem sie sich damals allein gefühlt hätte, einsam. Immer gab es die anderen Ichs. Sie hörte sie als Stimmen in ihrem Kopf, die durcheinandersprachen, sie solle jetzt dies oder das tun, essen, schlafen, reden oder schweigen.

Zwei Ichs halfen ihr wie nahezu leibhaftige Menschen durch den Alltag. Der „Organisator“ und die „Krankenschwester“ wichen nie von ihrer Seite. Wenn sie saß, saßen sie rechts und links neben ihr, wenn sie ging, kamen sie mit, zwei treue Wächter. Sie trafen oft die Entscheidungen. „Früher dachte ich immer, jeder hätte solche Begleiter.“

Und dann gab es noch „das Mädchen“. Das Mädchen hatte große Angst vor dem Leben, deshalb verließ es nie das Haus. Wenn Sophie Lievens von der Schule heimkam, eingerahmt von ihren zwei Ichs, stand es schon in der Tür und gab ein erstes Zeichen, wie groß die Gefahr daheim war. Sobald die Angst übermächtig wurde, übernahmen die starken Ichs das Kommando, manchmal auch nur kurz. Ein Junge, den sie „den Wütenden“ nennt, verteidigte sie einmal, als sie auf dem Schulhof von einem Älteren angegriffen wurde. Er übernahm ihren Körper und schlug mit der Faust dann so hart zu, dass beide Kinder gemeinsam zu Boden gingen. In dem Moment kam Sophie wieder zu sich. „Du bist ja total ausgeflippt“, schrie der ältere Junge sie an, seine Augen weit aufgerissen vor Schreck. Er hat sie nie wieder herausgefordert.

Es war an einem Sommerabend ein Jahr nach dem Abitur – von dem sie heute noch nicht weiß, wie sie es eigentlich geschafft hat –, als ihr Leben eine Wendung nahm. Sie fuhr wieder einmal auf dem Fahrrad nach Hause, als zwei Jungs auf einem Mofa direkt neben ihr hielten. Sie zerrten sie ins Gebüsch, küssten sie gewaltsam und steckten die Hände in ihre Hose. Dann ließen sie das Mädchen laufen.

Für Sophie war die Straße bislang ein sicherer Ort gewesen. Das war vorbei. Sie wollte hier jetzt nur noch weg, „ganz schnell, und ich werde nie wiederkommen“. Am nächsten Tag stieg sie mit all den Ichs in einen Überlandbus. Abends war sie bei ihrer Schwester. In diesen Tagen fasste sie einen Entschluss. Sie wollte mit Vater und Mutter brechen, mit der Zeit in dem dunkelroten Backsteinhaus, nie mehr daran denken, alles vergessen. Jetzt sollte ihr neues Leben beginnen.

Sie zog in eine Stadt im Norden der Niederlande, um zu studieren. Sie ging in Seminare und Vorlesungen, in Cafés und ins Kino. Sie fand bald ein paar Freundinnen. Mit 21 Jahren lernte sie ihren zukünftigen Mann kennen, Peter. Ein großer Kerl, der auf keiner Party fehlte und gern lachte. Er hatte damals eine Leichtigkeit und Kraft, mit der er sie beide durch den Tag trug.

Sie wirkte an seiner Seite noch zierlicher, ihre blonden Haare reichten inzwischen bis zu den Hüften.

Sie studierte Sozialpädagogik und las eine Menge über schwierige Familien, über Gewalt im Elternhaus, über psychische Krankheiten. Vieles kam ihr bekannt vor. „Aber ich verdrängte es schnell wieder. Ich wollte im Hier und Jetzt leben.“ Natürlich waren da immer noch die Stimmen aus der Vergangenheit, die sie stets begleiteten: der Organisator und die Krankenschwester. Aber wenn sie sich sonst „so normal verhielt, wie es irgend ging“ – wer sollte merken, dass etwas nicht mit ihr stimmte? Sie hatte sich einige Tricks angewöhnt. Wenn plötzlich ein hässliches Kleid im Schrank hing, das ein anderes Ich gekauft hatte, lachte sie laut und sagte: „Nanu, wann habe ich das denn bloß besorgt?“

Später einmal würde Peter sagen, dass sie damals beim Sex nie richtig da gewesen sei. Irgendwie hätte er jemand anders vor sich gehabt, eine Frau, die er nicht kannte, die nicht seine Frau war, auch wenn sie so aussah. Manchmal versuchte er, mit ihr darüber zu sprechen, sie zu fragen, was denn los sei. Aber sie wich aus, sie sagte dann, nein, es sei alles in Ordnung. Wie sollte sie ihm auch erklären, dass er es im Bett mit einem Ich namens „die Hure“ zu tun hatte? ▶

Das Nasenspray Deutschlands

Vertrauen auch Sie der nasic®-Formel mit dem WirkPlus!



Befreit schnell die Nase

Pflegt und unterstützt die Heilung der gereizten Schleimhaut



*GfK Recommenders Tracking Apotheke Indikation Schnupfen, 2014



»**EIN LÄCHELN
STEHT MIR
EINFACH
BESSER ALS
EIN GÄHNEN.**«

Vigantoletten®
Und dein Tag
gehört dir.



NUR IN DEINER APOTHEKE

Müdigkeit und Antriebslosigkeit sind mögliche Folgen eines Vitamin-D-Mangels. Vigantoletten® liefern dir das notwendige Vitamin D, das dein Körper täglich braucht. So bleibst du aktiv – den ganzen Tag.

www.vigantoletten.de

Bezeichnung: Vigantoletten 500 I.E./1000 I.E. Vitamin D3 Tabletten. Pharmazeutischer Unternehmer: Merck Serono GmbH, Alsfelder Straße 17, 64289 Darmstadt. Mitvertreiber: Merck Selbstmedikation GmbH, Frankfurter Straße 250, 64293 Darmstadt. Anwendungsgebiete: Zur Vorbeugung gegen Rachitis (Verkalkungsstörungen des Skeletts im Wachstumsalter, auch bei Frühgeborenen) und Osteomalazie (Knochenerweichung bei Erwachsenen). Zur Vorbeugung bei erkennbarem Risiko einer Vitamin-D-Mangelkrankung bei ansonsten Gesunden ohne Resorptionsstörung (Störung der Aufnahme von Vitamin D im Darm) bei Kindern und Erwachsenen. Zur unterstützenden Behandlung der Osteoporose (Abbau des Knochengewebes) bei Erwachsenen. Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. Stand: Mai 2014

BALANCE

Sophies Ehemann Peter sorgte dafür, dass sie eine Therapie anfang



„Du holst dir Hilfe – oder ich gehe“

Sieben Jahre vergingen. Sieben Jahre, in denen sie sich gut im Griff hatte. In denen sie funktionierte, als Freundin, als Studentin, als Sozialarbeiterin. Dann bekam sie mit 28 Jahren ihr erstes Kind, ihren Sohn. Vielleicht lag es an den Schmerzen bei der Geburt, die sie an alte Schmerzen erinnerten. Vielleicht lag es an den großen Gefühlen, die sie überwältigten. Es war, als ob sich mit aller Macht eine Tür öffnete, die sie doch vor vielen Jahren so fest zugemacht hatte.

Nachts quälten sie auf einmal Alpträume. Tagsüber hatte sie Halluzinationen. Sie sah plötzlich wieder die toten Augen ihrer Mutter, die durch sie hindurch starteten. In ihren Ohren donnerte die Stimme ihres Vaters, „du musst alles tun, was sie dir befiehlt, alles, sonst wird sie verrückt“. Bilder zuckten durch den Raum, Hände in Ketten, ihr Vater, eine Vergewaltigung, ihr blutender Körper, Besenstiele, Nudelhölzer in einem Mädchenkörper, ihrem Körper, wieder Blut.

Und immer dieser Löffel. Es war ein Plastiklöffel mit Brei. Er näherte sich dem Mund eines Babys und dann fuhr er in diesen Mund und immer tiefer, bis das Baby anfang zu würgen und nicht mehr damit aufhörte.

Sophie Lievens bekam Angst. Könnte sie ihrem Kind vielleicht das Gleiche antun? Würde sie wie ihre Mutter werden? Sie sprach mit Peter über die Halluzinationen. Er musste den Kleinen nehmen, wenn sie kamen, sie vertraute sich selbst nicht mehr. Nachts blieb sie wach, um den Alpträumen zu entgehen. Sie war nun immer müde. Irgendwann fragte sie Peter, wie er sie überhaupt noch lieben könne. Diese fürchterliche Frau mit all den Problemen. „Ich mache dir doch nur Ärger. Vielleicht ist es besser, wenn ich verschwinde.“ Peter hörte sich das immer wieder an, über Wochen, über Monate. Eines Tages stellte er ein Ultimatum: „Entweder du holst dir jetzt Hilfe – oder ich gehe.“

Sie suchte den Hausarzt auf. Der empfahl den Psychologen Ellert Nijenhuis, der seit 1984 mit Menschen arbeitet, die eine multiple Persönlichkeitsstörung ha-

ben. Sein Buch „Das verfolgte Selbst“ gilt als Standardwerk zum Thema. Nijenhuis hat herausgefunden, dass jedes Ich eine bestimmte Funktion erfüllt. Um wieder eins zu werden, so Nijenhuis' Theorie, sollte man zunächst alle kennen lernen.

Dieser Ansatz ist allerdings umstritten. Zum einen prägen sich die Personen erst einmal umso stärker aus, je mehr Raum man ihnen gibt. Zum anderen glauben viele Experten nicht, dass die Ichs die Wahrheit erzählen. Ärzte wie Nijenhuis, so ihr Vorwurf, traumatisieren die Patienten, indem sie ihnen das einreden. Sophie Lievens sieht es heute allerdings als Glück, dass sie die Debatte damals nicht kannte. Sie imaginierte – wie mit Ellert Nijenhuis besprochen – einen großen Tisch irgendwo in den Wolken, an den sie alle einlud. Es dauerte ein paar Monate, aber irgendwann kamen die Ichs, eines nach dem anderen, und erzählten ihre Geschichten. Was sie erlebt hätten, wenn sie nicht da war. Was in dem Haus passiert sei mit der Mutter mit den toten Augen, die mittags die Jalousien heruntergelassen und sie misshandelt und missbraucht habe, als sie ein Kind war. Dem Vater, der sie dann als Teenager vergewaltigt habe, bis sie schwanger wurde. Mit 18 schließlich die Abtreibung, mit einer Nadel und einem Schmerzmittel aus der Apotheke.

Sie ging zur Polizei. Die konfrontierte die Eltern mit der Anklage, sie bestritten alles. Die beiden wurden aus Mangel an Beweisen nie verurteilt. Sophie Lievens weinte jetzt viel. Sie war „wütend, so wütend, da war so viel Hass“. Eines Tages kaufte sie sich Geschirr. Große Teller, kleine Teller, Tassen. Sie nahm alles, ging in den Garten und zerschmiss das Porzellan auf den Steinen der Terrasse. Ihr Mann sagte, sie solle bitte durchhalten, sie würde das schaffen, sie sei doch so stark. Doch es dauerte noch fünf lange Jahre, bis die Ichs endlich verblassten, in ihr aufgingen. Bis auch die Stimmen in ihrem Kopf verschwanden.

Es war ein Frieden, den sie noch nie erlebt hatte. Gefühle in einer Intensität, die sie nicht kannte. Sie sprach damals oft mit ihrer besten Freundin, rief sie an, wenn sie wieder unsicher war. Ist es normal, dass ich glücklich bin, wenn ich einen Kuchen gebacken habe? Und wie entscheide ich mich zwischen zwei Dingen? Neulich habe ich in Gedanken mit mir selbst debattiert – machst du das auch so? Elf Jahre ist das nun her. Sophie Lievens Eltern sind inzwischen beide tot. Selbst ihre Hassgefühle sind verschwunden. „Man muss die Vergangenheit irgendwann ziehen lassen“, sagt sie. Sie hat es geschafft.

CAROLINE SCHMIDT



CAROLINE SCHMIDT traf Sophie Lievens zweimal in ihrem Wohnort in den Niederlanden. Sie redeten jeweils einen ganzen Tag. Sobald sie über ihre Kindheit sprach, rang Lievens mit Worten. Doch sie wollte endlich alles erzählen.

Nase verstopft? Druck im Kopf?

Jetzt hilft der pflanzliche
Schleimlöser von tetesept.

**Nr. 1
Marke**
außerhalb der
Apotheke*



Zum Inhalieren, Einreiben
und Einnehmen

- Lösen festsitzenden Schleim in den Atemwegen
- Nehmen das Druckgefühl im Kopf
- Lindern wirksam Erkältungsbeschwerden
- Auch als Kapseln erhältlich

Eucalyptusöl Tropfen Nase & Kopf Wirkstoff: 100% ätherisches Öl Anwendungsgebiet Innerliche und äußerliche Anwendung bei Erkältungskrankheiten der oberen Luftwege. Äußerliche Anwendung bei rheumatischen Beschwerden. Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. *Quelle: Nielsen Markettrack; Erkältung MAT 09/14 LEH+DM o. A/L/N

1,00 € PROBIERRABATT JETZT SICHERN!



9 823248 991005

Gegen Vorlage dieses Coupons erhalten Sie 1,00€ Rabatt an der Kasse beim Kauf eines tetesept Nase&Kopf Produktes. Solange der Vorrat reicht. Nur ein Coupon je Einkauf. Keine Barauszahlung möglich. Nicht mit anderen Rabattaktionen kombinierbar. Deutschlandweit einlösbar vom 01.10.14 - 31.03.15 nur in teilnehmenden Märkten. (Nicht alle abgebildeten / aufgezählten Artikel sind jederzeit vorrätig)