

Michaela Huber (Hrsg., 2011): Viele sein. Ein Handbuch. Komplextrauma und dissoziative Identität – verstehen, verändern, behandeln. Junfermann Verlag, Paderborn. ISBN 978-3-87387-782-5, 528 Seiten, 39,30 €

Eigentlich hatte ich angesichts einiger noch nicht gelesener Bücher auf meinem Schreibtisch jetzt noch gar noch vor, mir das neue Buch von Michaela Huber vorzunehmen. Aber dann landete es doch plötzlich dort und ich konnte nicht mehr aufhören. Vor allem der erste Teil mit den Texten von Michaela selbst zog mich schnell in den Bann, nicht nur, weil die Symptomatologie sehr klar beschrieben ist, sondern auch die Beispiele von selten harmlosen Behandlungsfällen sehr plastisch und nachvollziehbar dargestellt sind. Man merkt sofort, dass hier jemand aus langer Praxis und aus einer Fülle von Erfahrungen mit dissoziativen Menschen berichtet – nicht umsonst wird Michaela Huber unter Insidern „Lady Dis“ genannt. Auch die Darstellung des theoretischen Hintergrundes zur primären, sekundären und tertiären strukturellen Dissoziation im Sinne von Ellert Nijenhuis überzeugen, ebenso wie die Hinweise auf die häufigen Folgen einer „Stress-Epidemie“, wo Menschen nicht nur seltsame Körpersymptome entwickeln, sondern schließlich auch in Burnout-Zuständen landen.

Während durchgängig die sehr wertschätzende Haltung „auf Augenhöhe“ den PatientInnen gegenüber zu spüren ist, fand ich gleichzeitig die klare Haltung bei Aufbau von Setting und Arbeitsbündnis sehr wohltuend: Stets ein wachsames Auge auf klare Grenzen, eigene Gegenübertragungen und Erwartungshaltungen von PatientInnen zu haben, und diese immer wieder mal eher nüchtern darauf hinzuweisen, dass es sich in der Therapie um ein Arbeitsbündnis handelt und weder um eine Adoption noch Freundschafts-Beziehung noch lebenslange Verbundenheit. Statt dessen empfiehlt es sich, klare Therapieverträge (Selbstschutz-, Überlebens- / Non-Suizid-, Gewaltschutz-Vertrag etc.) abzuschließen und Vereinbarungen für Krisensituationen zu treffen.

Auch hier besticht das Handbuch durch klare Linien und die Vorgabe von Strukturen, die gerade für dissoziative Patienten vielleicht hilfreicher sind als mancher Therapeut glaubt. Immer wieder streut die Autorin anschauliche Beispiele ein, die das Ganze begreifbarer machen und wo die journalistische Herkunft der Autorin erkennbar wird. Auch klare Hinweise zu den Grenzen einer Therapie und wann eine Pause besser ist als ein weiteres „Durchquälen“ fehlen nicht. Knapp und verständlich geht es um eventuellen Täterkontakt und die Arbeit mit Täterintrojekten und wie es gehen kann, erst „unterwegs den Weg zu erschaffen“. Natürlich

kommen Ausführungen zur Ressourcenarbeit, zum „Notfallkoffer“ und zur „Schatzkiste“ und konkrete Anleitungen hierzu nicht zu kurz.

Den „Herren und Damen vom Organisierten Verbrechen“ und der Frage nach dem „Aussteigen“ sind wertvolle Hinweise gewidmet, aber auch Empfehlungen für körper-orientierte Ressourcen-Techniken, die gut umsetzbar sind. Und schließlich gibt Michaela Huber wertvolle Hinweise zur Tendenz, entweder möglichst lange zu stabilisieren oder besser möglichst schnell zu prozessieren. Auch die grundsätzlichen Darstellungen zu dem, was beim Prozessieren passiert, zur Affektketten-Technik und dem, was die „Vielen“ mit uns machen, lassen noch dazu lernen - auch wenn man vielleicht schon glaubt, einiges zu wissen.

Teil II mit Material der „Vielen“ und was ihnen geholfen hat macht einerseits betroffen und andererseits staunend, über welche Ressourcen viele der Betroffenen verfügen oder besser gesagt: Was sie entwickeln mussten, um zu überleben.

Auch Teil III mit Beiträgen verschiedenster Autoren ist größtenteils sehr lesenswert, z.B. der Beitrag von Luise Reddemann zur Würde der Beschämten und der Faszination dissoziativer Menschen oder der Abschnitt von Jaqueline Schmid über „Dissoziative Kinder“ und die ziemlich unter die Haut gehende Darstellung der therapeutischen Arbeit mit diesen. Interessant und nachdenkenswert auch die „Instinktive Täuschungsreaktion“ als Variante kindlicher Unterwerfung (Dorothea Weinberg), aber auch zur Diagnostik (Frauke Rodewald) und zur stationären Therapie komplexer dissoziativer Störungen (Claudia Wilhelm-Gößling), um nur einige Beiträge zu nennen.

Ingesamt ein Handbuch, was einschließlich eines sehr umfangreichen Literaturteils nicht nur wertvolle Hinweise für die praktische therapeutische Arbeit mit hoch dissoziativen Menschen bietet und damit auch für jemanden, der schon einiges darüber weiß, sehr lehrreich ist, sondern auch sehr klar strukturiert ist und immer wieder betont, wie wichtig gerade bei dieser Patientengruppe therapeutische Klarheit und Strukturiertheit bei allem ist, was der Therapeut tut oder besser auch unterlässt. So gesehen kann ich das neue Handbuch von Michaela Huber nur sehr empfehlen, zumal es sich – trotz häufig schwerem Inhalt – gut lesen lässt, weil es gut geschrieben ist.

Gerhard Wolfrum, Dipl.-Psych.
Psychologischer Psychotherapeut
Psychoanalytiker, Traumatherapeut