

"Ich könnte verschwinden, wenn du mich berührst. Erinnerungen an eine autistische Kindheit"

von Donna Williams, Hoffmann und Campe Verlag 1993.

„Es schien, als bildete die "Normalität" anderer Leute
den Weg zu meinem Wahnsinn.
Meine Fähigkeit, sie auszugrenzen, hielt mich geistig gesund.“

Donna Williams

Die Autorin, Jahrgang 1963, beschreibt in ihrem autobiografischen Buch die traumatischen Bedingungen in ihrer Kindheit: psychische und physische Gewalt und Vernachlässigung durch ihre Mutter und das Wegsehen des Vaters in der Familie.

Die Folgen bei der autistischen Donna sind eine Dissoziative Persönlichkeitsstörung (diagnostiziert erst 2010, obwohl sie in ihrem Buch schon 1991 ihre DIS beschrieb!), eine Posttraumatische Belastungsstörung (diagnostiziert 1983), selbstverletzendes Verhalten und andere Traumatisierungsfolgen.

Donna`s Mutter wird in Australien als zweites von neun Kindern in einer armen Familie geboren. Die erstgeborene Tochter wird von den Eltern stark bevorzugt, mit Puppen, Kleidern und Tanzstunden ausgestattet. Die anderen Kinder wie Donna`s Mutter müssen von der Unterstützung durch die Heilsarmee leben. Donna`s Mutter reagiert darauf mit burschikosem und gewalttätigem Verhalten. Und sie reproduziert ihre Erfahrungen später in ihrer eigenen Familie: Ihre eigene Tochter hält sie für böse und besessen, ihren älteren Sohn dagegen liebt sie und stiftet ihn dazu an, das Leben der Tochter schwer zu machen.

Donna Familie ist kaputt (dysfunktional) und missachtet soziale Normen: der Vater erniedrigt und beschimpft die Mutter und diese gibt dasselbe an ihre Tochter weiter. Die Mutter hat einen Mangel an Bildung und Erziehung, ist isoliert, sie trinkt und nimmt Valium. Sie wird Alleinerziehende. Ihrer Tochter droht sie ständig, sie in ein Kinderheim zu geben.¹

Das Sorgerecht war zeitweise vom Vater auf die Großeltern übertragen worden, aber die lebten in einem Schuppen im Garten, und so blieb Donna im Elternhaus wohnen.

„Meine Mutter war so hart, wie ich sanft war.“²
„Du warst meine Puppe, und die durfte ich kaputtmachen.“³

Donna ist „anders“, autistisch, aber diesen Begriff kennt zu dieser Zeit niemand. Sie gilt als bekloppt, zurückgeblieben, schwachsinnig oder spastisch und dumm.

Die ständigen psychischen und physischen Misshandlungen der Mutter (und des Bruders) sorgen dafür, dass Donna dissoziiert und sich zwei weitere Persönlichkeitsanteile schafft -

¹ "Ich könnte verschwinden, wenn du mich berührst...", S. 184.

² Ebd. S. 23.

³ Ebd. S. 24.

Willie und Carol: „Diese Freiheit (die Schaffung ihrer Figuren, d. A.) entstand aus der Vernachlässigung und Ablehnung meiner Mutter; trotzdem glaube ich, daß ich, ironischerweise, ohne das nie fähig gewesen wäre, mit der Figur Willie meinen Intellekt und mit Hilfe der Figur Carol eine Fähigkeit zur Kommunikation zu entwickeln. Diese beiden Dinge waren es, die mir halfen, selbständig zu leben, und die mich vor einem Leben in einer Anstalt bewahrten. Diese beiden Dinge führten mich auch auf eine Reise, durch die ich Stück für Stück die Fähigkeit fand, schließlich als fühlendes Selbst in "der Welt" zu stehen. Gott sei Dank war meine Mutter eine "schlechte" Mutter.“⁴

„Die Notwendigkeit, die Figuren zu erschaffen, hatte mich zerrissen, aber davor gerettet, in die Statistik einer psychiatrischen Klinik zu gehören.“

„Ich hatte die Gewalttätigkeit meiner Mutter mir gegenüber immer akzeptiert. Irgendwie schien sie nicht allzuviel zu bedeuten, es ging nur um meinen Körper.“⁵

Als Donna fünf Jahre alt ist, stirbt ihr Großvater.

„Es ist schwer zu sagen, ob es die Gewalttätigkeit meiner Familie war, die mich zu dem gemacht hatte, was ich war. Ich weiß aber, daß ich ihre Gewalttaten erst dann immer und immer wieder innerlich nachspielte, als ich schon viel älter war. (...) Bei Gewalt wußte ich, wo ich dran war. (...) Nettsein ist viel subtiler und verwirrender.“⁶

Wenn es ihrer Tochter sehr, sehr schlecht ging, reagierte die Mutter einlenkend und kaufte ihrer Tochter etwas. Das war das, was sie kannte.

„In den letzten Jahren hatte meine Mutter mich nicht mehr so systematisch mißhandelt wie zu der Zeit, bevor ich in die Schule gekommen war. Je mehr ihr jedoch zu Bewußtsein kam, daß ich vorhatte, von zu Hause fortzugehen, desto stärker versuchte sie, mich zu überzeugen – nicht von ihrem Verständnis für mich, sondern von ihrer Macht über mich. Außerdem wurde meiner Mutter klar, daß ich auf die Pubertät zuzuging, was für sie ein großes Problem darstellte. Jeden Tag schilderte sie mir entweder in allen Einzelheiten irgendein entsetzliches Erlebnis, das sie mit Männern gehabt hatte, erzählte mir, wie sie durch das Kinderkriegen ihres Lebens beraubt worden war, oder erklärte, daß ich unter keinen Umständen fortkäme, sie würde mich so lange zu Hause behalten, wie es ihr gefiele. Jedem Widerstand meinerseits, von der Art, wie ich dastand, bis zu meinen Blicken, begegnete sie mit Gewalt, die meinen Willen brechen sollte. Was war mit ihrer kleinen Tanzpuppe passiert?“⁷

Mit zwölf Jahren sucht Donna „wissende Zeugen“ und erzählt einem Lehrer, dem sie vertraut, was zu Hause vor sich geht.

„Meine Mutter bestand darauf, daß ich sie "Mum" nannte, weil sie wußte, daß mich das aufregte. Unter Androhung von Gewalt fügte ich mich und stieß das Wort mit solchem Haß hervor, daß es klang, als würde ich sie beschimpfen. Schließlich sprach ich sie, wenn überhaupt, mit ihrem Vornamen an.“⁸

„Ich hatte sie nicht um "ihre Welt" gebeten und hatte überhaupt kein Bedürfnis, daran teilzuhaben. Wenn ich es allerdings mußte, sollte es zu meinen Bedingungen sein; entweder hatte ich die Freiheit, einfach wegzugehen, oder aber ich verschwand, wann immer mir danach zumute war.“⁹

⁴ Ebd. S. 281-282.

⁵ Ebd. S. 57.

⁶ Ebd. S. 59.

⁷ Ebd. 67.

⁸ Ebd. 79.

⁹ Ebd. 84.

Für die angeblich „verhaltensgestörte“ Tochter im Teenageralter gibt es kein Pardon: „Sobald ich zur Tür hereinkam, aus der Schule zurück, traf mich eine Faust, Beine traten nach mir, ich wurde an den Haaren gerissen und von groben, schmutzigen Ausdrücken begrüßt. Ich schrie nie.“¹⁰

Wie so oft bei misshandelnden Müttern ist Sexualität ein bedrohliches Thema: „Meine Mutter, die eine panische Angst davor hatte, daß ich als Teenager Mutter werden könnte, benutzte alle möglichen Gelegenheiten, mich bei jedem Auftauchen von Anzeichen meiner Weiblichkeit schlechtzumachen und physisch zu mißhandeln.“¹¹

Ihre autistische Welt war für Donna eine Art Rettung: „...„meine Welt“ gab mir vergleichsweise viel mehr Ruhe und Trost. Sie war vielleicht einsam, aber sie war berechenbar und hatte Garantien“¹².

Die Mutter treibt einen Keil zwischen Vater und Tochter. Seit Donna drei Jahre alt war, unterband die Mutter eifersüchtig offene Gespräche zwischen dem Vater und seiner Tochter.

Donna muss zu Hause viel arbeiten und putzen. Mit 15 Jahren muß Donna, weil die Mutter es so will, die Schule beenden und außer Haus arbeiten gehen.

Donna zieht aus und in ihrer ersten Beziehung erlebt Donna ähnliche Misshandlungen, wie sie sie schon kennt, plus sexuelle Gewalt. Ihre Mutter erzählt derweil allen, die es wissen wollen, dass ihre Tochter weggegangen sei, weil sie eine "Schlampe" sei.

Donna lebt, abgeschlossen von ihren Gefühlen und ihrem echtem Selbst, das Leben ihres „angepassten“ Persönlichkeitsanteils Carol. Aber die Panikattacken und dissoziativen Zustände nehmen zu: „Das Leben war schnell, und ich war sogar noch schneller. (...) Ich sagte Wörter, ich führte Handlungen aus, aber ich war nicht da. Ich zog alle zwei Monate um, und wenn ich nicht umzog, wechselte ich die Arbeit.“¹³

Donna war zwei Jahre alt geblieben, Carol war siebzehn.

„Ich hatte zwei nervöse Ticks und bekam einen dunkelroten Ausschlag, der Brust, Hals und mein halbes Gesicht bedeckte, wenn jemand sich mir näherte oder wenn irgendein emotional aufgeladenes Thema zur Sprache kam. (...) Ich saß allein in der Wohnung, verlassen und voller Angst. Ich brauchte dringend eine Mutter, aber ich konnte mich nicht erinnern, jemals eine gehabt zu haben, und, um die Wahrheit zu sagen, diese Mutter hätte ebenfalls ein Konstrukt innerhalb meiner Welt sein müssen, sonst wäre ich vor ihr weggelaufen. Ich hatte Heimweh nach dem Zuhause, das ich nie gehabt hatte, weil ich mich als ich selbst nie frei jemand anderem hatte zuwenden können.“¹⁴

Donna beginnt eine Therapie: „ich sprach über mich. Auf klinische, sachliche Weise konnte ich einige der schrecklichsten Erlebnisse aus meiner Vergangenheit erzählen, mit nur sehr wenig Gefühl für diese Ereignisse. Es war einfach. So wenig von dem, was um mich her geschehen war, hatte mich tatsächlich erreicht.“¹⁵

Donna hat durch ihre Traumatisierung Probleme, soziale Kontakte zu verstehen oder darauf zu reagieren. Nach einem Jahr Therapie, Donna ist mittlerweile 18 Jahre alt, erkennt sie ihre emotionale Instabilität: „Manchmal hatte ich das Gefühl, ich wäre in den Zwanzigern, manchmal war ich höchstens sechzehn, und manchmal war ich immer noch erst drei Jahre alt.“¹⁶

¹⁰ Ebd. 87.

¹¹ Ebd. 114.

¹² Ebd. 104.

¹³ Ebd. 137.

¹⁴ Ebd. 141-142.

¹⁵ Ebd. 148.

¹⁶ Ebd. 160.

Die Mutter erwähnt Donna`s Existenz vor niemandem; denen, die um sie wissen und nachfragen, erzählt sie weiter, das Donna eine "Schlampe" und drogenabhängig sei. Donna besucht wieder eine Schule, um einen ordentlichen Abschluss zu bekommen. Sie will Psychologie studieren, wie ihre Therapeutin. Zur Schulabschlussfeier bekommt Donna von einem Mädchen eine Karte: Donna habe sie inspiriert und ihr durch Donna`s Mut und Ausdauer viel über das Leben gelehrt. Sie entschuldigte sich dafür, dass sie soviel bessere Chancen gehabt habe als Donna, und sie wolle Krankenschwester werden.

Donna macht sich auf die Spurensuche ihrer Kindheit, befragt ihre Tante, ihren Vater. Sucht die Orte ihrer Kindheit auf. Sie bekommt Asthma und Muskelschmerzen (wahrscheinlich Fibromyalgie).

Donna entschließt sich, nach Europa zu reisen. Hier lernt sie einen autistischen jungen Mann kennen: „Der Fremde hatte mir eine leere Flasche geschenkt, die er mit unsichtbaren Umarmungen gefüllt hatte, für den Fall, daß ich sie mir in der Abgeschiedenheit meine Einsamkeit vielleicht selbst schenken wollte.“¹⁷
Sie hält sich in England, Holland und Deutschland auf. Durch Begegnungen mit besonderen Menschen lernt sie, andere ihre Gefühle sehen zu lassen und sie überhaupt zuzulassen. Sie findet ihr „ich“ und erkennt, das ihr ICH der Weg nach draußen ist.

Mit 25 Jahren erfährt Donna von Autismus. Mit 26 Jahren integriert Donna Willie und Carol: „Ich entwickelte jetzt ein klares Bewußtsein von einem "Ich", und mir wurde bewußt, daß ich meine Abhängigkeit von meinen Figuren als etwas von mir Getrenntem aufgeben mußte. Ich war jedoch noch nicht bereit, mich Leuten zuzuwenden.“¹⁸
Sie schafft sich Reisehund an, ein Spielzeugtier vom Flohmarkt, als Ersatzsymbol für ihre Figuren und stellt eine Dose Katzenfutter an ihr Bett, als Symbol, immer für Kätzchen, die sie selbst darstellten, sorgen zu können.
„Ich badete in der Freiheit, ich zu sein. Ich hatte ein sicheres Gefühl von Zuhause und Zugehörigkeit zu meinem eigenen Körper. Es würde keinen Selbstmißbrauch mehr geben. Ich würde niemand anderem mehr erlauben, mich zu mißbrauchen. Und ich würde mich nicht zu mehr drängen lassen, als ich mit einem intakten Selbst bewältigen konnte.“¹⁹

Immer wieder reflektiert sie über Autismus und Dissoziation: „Im Grunde war die Lösung, die ich gefunden habe, um meinen Selbsta Ausdruck zu ermöglichen, die, tatsächlich für, und nicht gegen, eine Spaltungsmöglichkeit zwischen meinem Verstand und meinen Gefühlen zu kämpfen. Das deutet auf die Frage hin, ob wir diese Reaktion der Spaltung nicht eher zu einem Akt der geistigen Gesundheit als der Verrücktheit umdefinieren müssen, denn sie ist tatsächlich noch nie so gesehen worden.“²⁰

Mit ihrem Buch gelingt es Donna Williams, den LeserInnen Autismus und Dissoziative Persönlichkeitsstörung verständlich und in einer schönen Sprache näher zu bringen. Williams beeindruckt durch ihre Reflexion, ihre Tatkraft und Mut und Ausdauer in allem, was sie anpackt.

Das Fortsetzungsbuch hat den Titel: „Wenn du mich liebst, bleibst du mir fern“.

Mehr von und über Donna Williams: <http://www.donnawilliams.net>

¹⁷ Ebd. S. 243.

¹⁸ Ebd. S. 268.

¹⁹ Ebd. S. 270.

²⁰ Ebd. S. 285.