

Zehn Thesen zum Verständnis des Stimmenhörens

Aus dem Buch: "Stimmenhören. Botschaften aus der inneren Welt"
von Irene Stratenwerth/Thomas Bock, erschienen im Kabel-Verlag

Wie ich etwas verstehe, beeinflußt die Art, wie ich damit umgehe. Wie ich Stimmen bezeichne und erkläre, bestimmt, wie ich damit umgehe. Die folgenden Thesen sind aus der Diskussion mit Stimmenhörern heraus entstanden.

1. Stimmenhören ist sehr viel häufiger, als von der Wissenschaft bisher angenommen wird. Auch "normale" und "gesunde" Menschen hören Stimmen. Der genaue Prozentsatz (zwischen 4 und 40 Prozent) ist abhängig von kulturellen Bedingungen und von der sozialen Akzeptanz.
2. Die Stimmen sind formal und inhaltlich bei jedem Menschen anders. Sie können sich entsprechend der seelischen und sozialen Situation verändern und wie ein Spiegel der Befindlichkeit funktionieren.
3. Häufigkeit, Dauer und Lautstärke der Stimmen können von sozialen Bedingungen beeinflußt werden: Die Stimmen können nur in einsamen Situationen auftreten oder gerade dann wegbleiben. Und sie können in größeren Menschenansammlungen lauter oder leiser werden. Ob andere um die Stimmen wissen und sie akzeptieren, beeinflußt ihren Charakter.
4. In inhaltlicher Hinsicht haben die Stimmen ähnlich wie Träume eine symbolische Bedeutung. Sie reflektieren biographische Ereignisse und alltägliche Begebenheiten, sogenannte Tagesreste. Ihre Bedeutung ist nur im Zusammenhang mit dem subjektiven Erleben des einzelnen und seiner Umgebung zu erfassen.
5. Stimmen zu hören bedeutet, daß die Grenze zwischen Innenleben und Außenwelt durchlässig geworden ist. Die Stimmen werden als von außen kommend gehört und können nicht ohne weiteres dem inneren Erleben zugeordnet werden.
6. Bei der Entstehungsgeschichte des Stimmenhörens sind physiologische und psychologische Aspekte nicht voneinander zu trennen. Stimmenhörer hören "wirklich", das Gehirn kann auch ohne im Ohr eingehende akustische Signale ein Hören vorgeben. Abgelegte Informationen, Erfahrungen oder Erwartungen werden laut, ohne daß eine Rückkopplung möglich ist.
7. In aller Regel hat das Hören von Stimmen eine irritierende störende Wirkung *und* eine kompensatorische, stützende Funktion.
8. In aller Regel kommt den Stimmen eine funktionale und/oder biographische Bedeutung zu, die zu entschlüsseln sich auch dann lohnt, wenn es nur ansatzweise möglich ist.
9. Auch wenn die Stimmen im Rahmen einer umfassenden psychischen Störung oder Krankheit auftreten, haben sie eine eigene Entstehungsgeschichte und Bedeutung.
10. Wenn der Umgang mit den Stimmen nicht gelingt, wenn in keiner Weise eine (neue) Balance möglich ist, können sich die Stimmen im Sinne einer Psychose verdichten und verselbständigen. Diese Sichtweise gibt der Psychiatrie und den dort Tätigen eine Mitverantwortung und verlangt ihnen eine individuelle Auseinandersetzung mit dem subjektiven Erleben des einzelnen ab.