

3. Welttag Stimmenhören 2008

Sehr geehrte Damen und Herren,

Vielen Dank für die Einladung zu Ihrem Treffen.

Wie in der Ankündigung beschrieben darf ich zu Ihrem 3. Welttag Stimmenhören meine persönliche Sichtweise zum Thema Stimmenhören berichten.

Es handelt sich bei meinen Ausführungen um keine wissenschaftliche oder überprüfte Erkenntnis, viel eher um eine Betrachtungsweise, wie ich in meiner Arbeit als Psychotherapeutin das Phänomen Stimmenhören als Ressource zu nutzen versuche.

Meine Grundannahme zu meiner persönlichen Sicht ist der Befund der bildgebenden Methoden beim Phänomen Stimmenhören. Da bei funktionellen Aufnahmen des Gehirns während des Stimmenhörens nicht eine Aktivität des Hörzentrums sondern des Sprachzentrums festgestellt wurde, kann daraus geschlossen werden, dass es sich bei diesem Phänomen um eine Eigenproduktion des Gehirns bzw. der Person handelt.

Dies scheint mir eine sehr nahe liegende Interpretation zu sein, da ich in meiner Tätigkeit als Psychotherapeutin sehr oft den Eindruck gewinne, dass das Auftreten von Stimmen, deren Identität als auch deren Inhalt mit der Person und deren Lebenssituation in nachvollziehbarem Zusammenhang steht.

Sei es die Identität der Stimme oder der Stimmen, deren Botschaften oder auch der Zeitpunkt ihres Auftretens, jedes Detail kann eine Information zum therapeutischen Prozess sein und wertvolle Hinweise geben und damit zur Weiterentwicklung der Person beitragen.

Da ich es in meiner Arbeit vor allem mit Personen zu tun habe, deren Stimmenhören eher eine Belastung geworden ist, die starke Ängste auslöst oder kränkend erlebt wird, bedarf es in Bezug auf die Behandlungssituation einer Veränderung der Symptomatik.

In vielen Gesprächen mit Betroffenen haben sich für mich gewisse Bedeutungsmuster heraus kristallisiert, die im Zusammenhang mit dem individuellen menschlichen Entwicklungsprozess Sinn ergeben und wertvoll sind.

So gesehen ist meine Sichtweise des Stimmenhörens am ehesten im Sinne einer Information unbewusster Vorgänge zu verstehen.

Ein wesentliches Muster, das vor allem charakteristisch für den Zeitpunkt des Auftretens erscheint, ist das **Bedeutungsmuster des Konfliktes**.

Stimmen treten auf und repräsentieren verschiedene Aspekte der Konfliktpositionen, z.B. etwas zu tun oder nicht zu tun (Sparen oder Geld ausgeben, Essen oder Diät halten, etwas für richtig oder falsch beurteilen).

Die Stimmen können hier in einer Art Stellvertreterfunktion einen Konflikt aufzeigen, der der Person auf der Gefühlsebene nicht bewusst ist. Die Bedeutung für den therapeutischen Prozess kann sein, das Auftreten von Konfliktsituationen so erst bemerkbar zu machen und vielleicht in weiterer Folge auch die dazugehörigen emotionalen Anteile zu finden.

Ein weiteres Muster scheint mir zu sein, dass Stimmenhören **Ausdruck von Bedürfnislagen** sein könnte, wie zum Beispiel das Bedürfnis nach Würdigung und Anerkennung der Person durch Stimmen, die besondere Identitäten haben oder besondere Aufgaben erteilen oder die Person in besonderer Weise privilegieren.

Hier drücken sich ganz elementare Bedürfnisse aus, die in unserer Welt oft vorenthalten werden.

Ein häufiges Bedeutungsmuster scheinen mir **Unsicherheiten und Selbstzweifel** zu sein, wie sie in Form kommentierender Stimmen auftreten. Diese können sehr quälend und demütigend sein und können für mich in einem therapeutischen Prozess als Ausdruck für das Thema Selbstwert und Abgrenzung stehen.

Ebenso häufig könnten Stimmen auch die Funktion eines **strengen Überich** bedeuten, das alle Genüsse oder Freiheiten, die die Person sich gönnen möchte, zu Nichte macht. Auch hier bietet sich das Phänomen Stimmenhören als wichtiger Hinweis für psychotherapeutisches Arbeiten.

Dies sind einige Beispiele, wie ich Stimmen zu nutzen versuche, nämlich als ureigensten Ausdruck der Person und als Blick in vielleicht dissoziierte Anteile, die traumatisch bedingt oder als eine Umgehung von Tabus entstanden sind..

Eine große Schwierigkeit in der Nutzung des Phänomens Stimmenhören stellt die psychotische Verarbeitungsweise von Stimmenhören dar. Sehr oft wird das Erleben des Phänomens wahnhaft und damit meistens außerhalb der Person gedeutet und entzieht sich damit einer körperlich wahrnehmbaren Verarbeitung.

Die Eindringlichkeit des Erlebens suggeriert diese Interpretation und macht dann die Herstellung einer Beziehung zu sich selbst im Sinne eines Ausdrucks unbewusster Informationen fast unmöglich.

Stimmenhören verstanden als ein zur Person gehörender Ausdruck erlaubt es nach meiner Ansicht, sofern der Klient zu einer Zusammenarbeit in diesem Sinne gewonnen werden kann, wertvolle Themen und Entwicklungsschritte für die therapeutische Arbeit zu erschließen.