

Wer spricht denn da?

Psychologie Rund zehn Prozent aller Menschen hören Stimmen in ihrem Kopf – sind die alle verrückt? Nein, sagen Forscher; manche Betroffenen profitieren gar von den Einflüsterungen.

Wenn Opa Smith auf Pferde wette, dann auf den Gaul, den die Stimmen in seinem Kopf anpriesen. Auch wenn, so gab er bald zu, seine Mitbewohner im Geiste kaum mehr Gespür für das Siegerpferd hatten als er.

In der Familie der Smiths in den USA hatte mancher Mann seinen Kopf nicht für sich allein. Wie ein Erbstück reichte einer dem anderen die Stimmen weiter: Dem Großvater, der so gern an der Rennbahn stand, rieten sie, weniger Gin zu trinken; auch der Sohn hörte Leute sprechen, die nicht wirklich da waren.

Daniel, der Enkel, schrieb schließlich ein Buch über die Macht der Halluzinationen*. Er erzählt darin, dass sein Großvater nie unter den Einflüsterungen litt. Anders der Vater: Die Stimmen befahlen ihm, welches Drehkreuz am U-Bahn-Eingang er nehmen und was er essen sollte. Sie trieben, so notierte Daniel Smith, seinen Vater in die Depression. Warum, fragt er sich, waren sie Opa Gefährte, Daddy aber Dämon?

Um eine Antwort zu finden, haben sich jetzt weltweit Psychologen, Neurologen und Philosophen zusammengetan. Kürzlich haben sie im Journal *Schizophrenia Bulletin* einen Sonderteil über Halluzinationen veröffentlicht. Mehrere Dutzend Autoren schreiben dort; sie suchen nicht zuletzt das Gute an den Hirngespinsten.

Dabei rütteln sie an einem Dogma, das spätestens seit der Aufklärung gilt: Wer

dig hört, dass ihre Schönheit ihm den Atem raube. Einen Mann, der gesteht: „Ohne meine Stimmen wäre ich allein.“

Sind die alle verrückt?

Der britische Autor Oliver Sacks erzählt in seinem jüngsten Buch „Drachen, Doppelgänger und Dämonen“, wie er sich einmal beim Wandern in den Bergen das Knie verrenkte. Als er aufgeben wollte, hörte er eine Stimme, die ihn weitertrieb. Sacks ist Neurologe, gefeierter Schreiber. Ein ungewöhnlicher Denker, sicher, aber für geisteskrank wurde er bisher noch nicht gehalten.

Im *Schizophrenia Bulletin* sind die Autoren sich einig: Stimmen zu hören sei außergewöhnlich, aber natürlich. Das Phänomen zu erforschen könne helfen, etwas über uns selbst zu lernen.

An der englischen Durham University läuft eines der bisher größten Projekte zum Thema. Das Programm heißt „Hearing the Voice“. Ein Team von Wissenschaftlern hat sich aufgemacht, die Frage zu beantworten: Wer spricht da? Wie kommen die Stimmen in den Kopf – und was verraten sie uns über das Denken?

Der Leiter des Projekts, Psychologe Charles Fernyhough, glaubt: Wer Stimmen hört, lauscht seinem eigenen Denken – nur erkennt er es nicht als solches.

Gedanken sind flüchtige Wesen, Erinnerungsfetzen und Gefühle, die durch den Kopf spuken, dirigiert von etwas, das wir

des geliebten Gatten hören. Ebenso, weshalb im Hirnscanner die Areale für Sprache Aktivität zeigen und warum die Stimmen häufig als Befehle daherkommen – nämlich in der Art und Weise, wie wir auch oft zu uns selbst sprechen: Reiß dich zusammen! Halt aus!

Aber warum nehmen Menschen ihre eigenen Gedanken plötzlich als fremd wahr? Warum hören nicht nur Menschen unter Stress Stimmen, sondern auch solche, die als Kind Traumatisches erlebt haben? Ist es doch ein Zeichen für Verrücktsein?

Wenn Jacqui Dillon über sich selbst nachdenkt, sieht sie etliche Personen vor ihrem inneren Auge. Dutzende Stimmen murmeln vor sich hin, möglicherweise sind es mehr als hundert. „Team Jacqui“ nennt die Engländerin sie. Die Stimmen plaudern miteinander, rufen ihr etwas zu. Mal hört sie hin, mal ignoriert sie das Treiben. „Es geht zu wie auf einer Party“, sagt sie.

Dillon, 48, deren schwarzes Haar ihr über die Schulter fällt, spricht langsam, horcht in sich hinein.

„Als Kind bin ich in zwei Welten aufgewachsen“, berichtet sie. Da war das Mädchen, das zur Schule ging, Bänder in seine Haare flocht und gern schaukelte. Und da war ihr Zuhause, in dem ihre Eltern sie einer Gruppe Pädophiler auslieferten. In dem Vater und Mutter sie missbrauchten.

Jacqui war drei Jahre alt, als sie sich eine neue Mutter schuf. Sie gab ihr ein zeitlos junges Gesicht, dunkles langes Haar und eine glitzernde Aura. Jacqui nannte sie „The Great Mother“.

Die Große Mutter versicherte dem Mädchen, es sei bezaubernd, stark und nicht allein. Dillon hatte fortan eine Fee.

Bis sie Anfang zwanzig war. Da kam ihre erste Tochter zur Welt, und die Stimmen wandelten sich zu Peinigern. Sie drohten, was ihr als Mädchen geschah, werde auch ihrem Baby zustoßen.

Dillon konnte kaum mehr schlafen, und selbst wenn es ihr gelang, folgten die Stimmen ihr bis in die Alpträume. Zum ersten Mal erzählte sie einem Arzt von dem Geschehen in ihrem Kopf. Der Mann ließ sie einweisen.

Sie blieb in der Psychiatrie, bis sie log, dass ihre Stimmen sich verflüchtigt hätten. Dabei begleiten sie Dillon bis heute: die Große Mutter, der Mann mit dem schweren Akzent, der so gute Witze erzählt, und die Frau, die sie erinnert, den Herd auszuschaftern. Es ist, als hätte Dillon ihr Denken ausquartiert.

Eine Frau hört immerzu von dem Sänger Prince, dass ihre Schönheit ihm den Atem raube.

Stimmen hört, der tickt nicht richtig. Entsprechend gelten in der modernen Psychiatrie Stimmen als Hilferuf des Ich, das aus dem Gleichgewicht geraten ist – und das es zu behandeln gilt.

Schätzungsweise zwischen 5 und 15 Prozent aller Menschen halluzinieren gelegentlich Stimmen, etwas weniger als ein Prozent sogar ständig. Allein in Deutschland sind das Millionen Menschen. Zu viele, um sie alle als verrückt abzutun.

Wenige sprechen offen darüber, aber wer in die Fachliteratur schaut, findet zum Beispiel eine Professorin der Mathematik, die sagt, einige ihrer besten Ideen seien ihr eingeflüstert worden. Einen Pianisten, den eine Stimme auf dem Klavier begleitet. Eine Frau, die von dem Sänger Prince stän-

„innere Stimme“ nennen. Mit ihr spielen wir Gespräche durch, üben geistreiche Antworten ein und proben Ausreden.

Diese innere Stimme müsse erlernt werden, sagt Fernyhough. Man könne das an Kindern beobachten, die puzzeln. Sie murmeln vor sich hin, sprechen aus, was sie gerade denken, erst später verinnerlichen sie ihre Gedanken.

Erwachsene unter Stress wiederum können sich problemlos in diese kindliche Phase zurückentwickeln. Sie sprechen plötzlich wieder laut aus, was sie als Nächstes zu tun gedenken: „Jetzt erst mal Zähne putzen, danach die Tasche packen.“

Stimmenhören wäre demzufolge ein innerer Monolog, der außer Kontrolle geraten ist. Die Theorie könnte erklären, warum Menschen in Extremsituationen halluzinieren, Trauernde beispielsweise, die oft noch über Jahre hinweg die Stimme

* Daniel B. Smith: „Muses, Madmen, and Prophets“. Penguin Books, New York; 272 Seiten; ca. 13 Euro.



1



2



3

Berühmte Stimmenhörer: 1 Hildegard von Bingen, 2 Sigmund Freud, 3 Robert Schumann, 4 Charles Dickens, 5 Jeanne d'Arc, 6 Carlos Santana, 7 Winston Churchill, 8 Sokrates, 9 Virginia Woolf

Streithähne oder wimmernde Kinder. Schätzungsweise 75 Prozent aller Schizophrenen hören Stimmen. Ein Drittel aller Patienten versucht, sich umzubringen; ein Fünftel tut dies, weil die Stimmen es befohlen haben.

Erst allmählich verstehen Wissenschaftler, was eine gesunde von einer kranken Halluzination unterscheidet. Wenn beispielsweise die Stimmen den Menschen schon seit seiner Kindheit begleiten, spreche dies für eine harmlose Ausprägung; sie sollten möglichst vor dem 13. Lebensjahr eingesetzt haben, schreiben die Forscher im *Schizophrenia Bulletin*. Auch zeigten sich gute Stimmen eher leise, ihrem Besitzer wohlgesinnt – und vor allem: Der Betroffene hat das Gefühl, sie kontrollieren zu können.

In jedem Fall, das ist den Autoren wichtig, sei nicht jeder krank, der Stimmen hört. Ärzte wie Fernyhough finden sogar, die Pathologisierung könne den Betroffenen schaden. Wer neben den Stimmen keine weiteren Symptome zeige, keine Paranoia etwa, der müsse auch nicht behandelt werden. Wissenschaftler an der University of Manchester untersuchen derzeit, ob Stimmen möglicherweise helfen, im Leben voranzukommen. Ob sie trösten, anspornen und inspirieren.

Tatsächlich haben einige Stimmenhörer Erstaunliches geleistet. Dem Schriftsteller Charles Dickens etwa erzählte eine alte Krankenpflegerin, die er sich einbildete, sonntags in der Kirche schmutzige, sehr lustige Witze. Winston Churchill ließ sich angeblich einflüstern, wo er sich hinsetzen sollte. Sigmund Freud schien es als jungem Mann in einer fremden Stadt manchmal, als riefte „eine geliebte Stimme“ seinen Namen. Die Schriftstellerin Enid Blyton hörte ihre Figuren „reden und lachen“, und während sie mitschrieb, dachte sie: „Darauf wäre ich in hundert Jahren nicht gekommen!“ Selbst Woolf, die unter dem Gewisper im Kopf litt, spielte mit ihm: In „Mrs. Dalloway“ nutzt sie die innere Stimme als Stilmittel.

Jacqui Dillon brauchte Jahre, bis sie ihre Stimmen gezähmt hatte. Sie sprach mit ihnen, sie lernte wegzuhören und sie abends ins Bett zu bringen. Immer häufiger erlebt sie nun Momente der Stille.

Manchmal überlegt sie, was wäre, wenn der Lärm eines Tages verschwinden würde. Dann wird ihr angst und bange. Ihre Stimmen, sagt sie, seien so etwas wie Freunde. „Wie soll ich ohne sie denken?“

Laura Höflinger



4



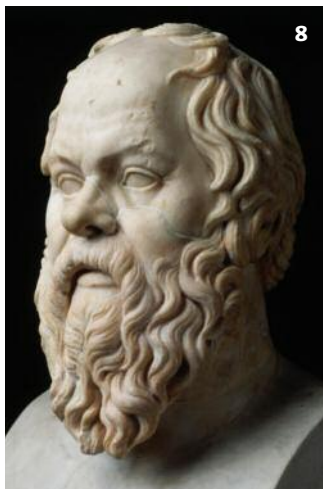
5



6



7



8



9

Heute ist Jacqui Dillon Teil des Hearing Voices Network, einer Bewegung, die Stimmenhörern helfen will, wieder die Kontrolle über ihren Kopf zu gewinnen.

Aber auch wenn Stimmenhören mehr Menschen betrifft als angenommen – das Urteil über jeden individuellen Fall stellt Ärzte wie Betroffene vor ein Dilemma: Was ist noch normal? Wann muss man einschreiten?

In einem Brief an ihren Mann klagte die Schriftstellerin Virginia Woolf im März 1941: „Ich höre Stimmen, und ich kann

mich nicht konzentrieren.“ Schon lange hatte sie unter psychischen Problemen gelitten, nun schrieb sie: „Wenn einer mich hätte retten können, dann wärest du es gewesen.“ Woolf zog ihren Mantel über, füllte die Taschen mit Steinen und ertränkte sich im Fluss.

Woolfs Suizid zeigt die dunkle Seite der Stimmen, ihre zerstörerische Kraft. Solche Quälgeister folgen ihren Opfern überallhin, beschimpfen sie als Dreck und verhöhnern sie als unnützlich. Manch ein Betroffener hört schrilles Geschrei, keifende