

Nacherzählung der Doktorarbeit von Frank Puchert, Charité Berlin:
Stimmen, Mitmenschen und Selbstaspekte

Bisherige Forschung

Menschen sind schon immer in der Lage, Stimmen zu hören, deren Quelle nicht ein objektiv messbarer akustischer Reiz ist. Man ist gut beraten, das Stimmenhören von einer allzu engen Bindung an ein Krankheitsgeschehen zu lösen, früher wurden Stimmen hörende Menschen oft als Visionäre geachtet. Bereits im Alten Testament wird über akustische Halluzinationen berichtet. Auch heutzutage lassen sich viele Menschen finden, die regelmäßig Stimmen hören, sich aber keineswegs als krank beschreiben würden. Halluzinationen lassen sich zudem durch entsprechende Drogen oder auch Reizentzug provozieren.

- Stimmen hören ist schlicht eine alltägliche menschliche Erlebnismöglichkeit.
- Stimmen hören ist nicht zwangsläufig mit Krankheit in Verbindung zu bringen.

Umgekehrt darf man nicht die Augen vor der Tatsache verschließen, dass ein hoher Prozentsatz der Menschen, die an einer Schizophrenie leiden, Halluzinationen haben und das dabei wiederum das Stimmen hören mit einem überwältigenden Anteil vertreten ist. Es gibt erhebliche Schwierigkeiten mit einer eindeutigen Definition und dementsprechend sind die Zahlenwerte einschlägiger Untersuchungen weit streuend, Halluzinationen entstehen offensichtlich besonders im Umfeld von Schizophrenen sowie bei bipolaren und anderen Depressionen. Unter verschiedenen Fragestellungen kommt aber immer wieder heraus, dass über die Hälfte, eher rund drei Viertel aller schizophren Erkrankten akustische Halluzinationen erleben, also Stimmen hören.

- Halluzination ist nicht eindeutig definiert, es gibt nur eine Konvention.
- Schizophrenie geht sehr häufig mit akustischen Halluzinationen einher.
- Bis zu drei Viertel der Erkrankten hören Stimmen.

Zahlreiche Forscher haben versucht, das Stimmenhören in das Krankheitsgeschehen einzuordnen, sind sie Ausdruck, Folge oder Ankündigung von formalen Denkstörungen, sind es Assoziationsstörungen oder gar Zeichen des Ich-Zerfalls usw. Jeder hat wenigstens ein wenig von seiner These bestätigt gefunden.

Legionen von Psychologen, Analytiker wie Verhaltensorientierte, haben Theorien zum Entstehen des Stimmenhörens entwickelt. Da gibt es Thesen, die besagen, dass bei den Erkrankten die Instanz der Realitätsprüfung gestört sein, dass die eigenen Denk- und Sprechfunktionen sich nie eigenständig entwickelt haben, man also gewohnt ist, in den Denkstrukturen eines anderen mitzufahren usw. Andere fanden z.B. heraus, dass Stimmen fast ausschließlich als allmächtig und allwissend und entweder wohlmeinend oder übelwollend beschrieben werden. Dadurch ist das Verständnis von Coping- (= Bewältigungs-) Strategien verbessert worden.

- Zum Zusammenhang von Erkrankung und Halluzination gibt es massenhaft Forschung.
- Jede Fragestellung hat sich wenigstens ein wenig selbst bestätigt, ein schlüssiges Bild ergibt sich nicht.

Andere Forscher haben sich dann lieber der Erfassung des subjektiven Erlebens gewidmet, Ergebnisse sind u.a.: In der Krise sind Halluzinationen anders als danach, sie werden aber immer als real empfunden und können Denken und Handeln steuern. Zu Stimmen entsteht eine persönliche Beziehung, ähnlich denen zu realen Personen. Wenn man Stimmen eine Bedeutung zubilligt, hilft das, deren Einfluss zu begrenzen. Es wäre hilfreich, wenn Therapeuten versuchen würden, die oft symbolische Sprache der Stimmen zu verstehen, wenn sie den Betroffenen bei ihrer Kommunikation mit den Stimmen helfen würden.

- Die Erforschung des subjektiven Erlebens führt zu vergleichsweise konkreten Ergebnissen.
- Es dürfte hilfreich sein, Betroffene in ihrer Kommunikation mit den Stimmen zu beraten.

Fragestellung

Es erscheint also aussichtsreich, auch hier die Betroffenen als Experten aus Erfahrung ernst zu nehmen. Die Thesen der Doktorarbeit besagen:

- Stimmenhören hat eine psychische Funktion. Es wird angenommen und soll untersucht werden, das Stimmenhören für die Struktur des Denkens und Wahrnehmens eine stabilisierende Wirkung hat.
- Stimmenhören hat recht dauerhafte Inhalte und Strukturen und ist nicht einfach nur chaotisch. Dies gilt beim Einzelnen über längere Zeit. Für mehrere Betroffene lassen sich ähnliche Muster finden.
- Betroffene entwickeln zu ihren Stimmen eine Art persönliche Beziehung, deren Besonderheit lässt sich im Vergleich zu anderen Beziehungen beschreiben.

Untersuchte Gruppe

Befragt wurden Menschen, denen die Diagnose Schizophrenie gestellt worden ist und die sich im Gespräch über die Stimmen unterhalten konnten.

Forschungsmethode

Die Psychologie der persönlichen Konstrukte besagt vereinfacht gesagt, dass Menschen sich in der Welt zurecht finden, indem sie bei der Suche nach Wahrheit zu einer Kombination von Informationssammlung und Bewertung greifen, wobei eine Fülle von Informationen nicht unbedingt bedeutsamer ist als eine bestimmte Erfahrung. Und so leben wir alle in einem persönlichen Netzwerk von Annahmen und Überzeugungen und haben das Ziel, dieses Netzwerk abzusichern und zu verfeinern, um immer bessere Vorhersagen für künftige Ereignisse und Abläufe machen zu können. Diese Vorhersagbarkeit wird als Sicherheit empfunden, das Konstruktsystem kann man auch Persönlichkeit nennen.

So wird alles zum Konstrukt, meine Meinung zum Wetter genauso wie die Gefühle zum Partner, mein Bild von mir selbst ebenso wie die Wertschätzung von Bratkartoffeln. Je nach Fragestellung kann man mehr oder weniger sinnvolle Gruppierungen vornehmen, möchte ich etwas über die Bewertung von Getränken wissen, sollte ich allerdings nicht nach Moralbegriffen fragen, möchte ich etwas über Ängste erfahren, sollte ich nicht nach Automarken fragen usw. Habe ich aber die Annahme, das zu

halluzinierten Stimmen eine persönliche Beziehung aufgebaut wird, kann ich sehr sinnvoll mit einer Befragung die Ähnlichkeiten und Unterschiede von Beziehungen zu realen Personen und gehörten Stimmen beschreiben.

So wurde für die hier beschriebene Untersuchung eine spezielle Liste zusammengestellt, von Mutter und Vater über Menschen, mit denen man sich aus sozialen, gefühlsmäßigen oder interessengetriebenen Gründen umgibt bis hin zu verschiedenen Aspekten der Selbst-Wahrnehmung und schließlich zu den Stimmen.

Für jedes der 13 Listenelemente wurde eine Karte angefertigt, den Interviewpartnern wurden im ersten Schritt je zwei Karten vorgelegt und sie sollten benennen, worin sich diese beiden ähnlich oder gerade unähnlich sind. Dabei wird angenommen, dass man in einer solchen Situation eine persönlich wichtige Kategorie (= ein Konstrukt) benennt. Im zweiten Schritt sollte zu den Begriffen jeweils das Gegenteil benannt werden, so ergab sich jeweils eine höchst persönliche Sammlung von Skalen.

In einer Tabelle von einerseits Beziehungspartnern (darunter die Stimmen) und andererseits persönlich bedeutsamen Eigenschaften konnte auf einer Skala zugeordnet werden, z.B. ...trifft für diese Person kaum zu, trifft hier ganz genau zu usw. So konnte sich jeder Befragte in selbst gewählten Vokabeln ausdrücken, alle hatten aber dennoch vergleichbare Aussagen getroffen. Das Ganze wurde gut einen Monat später wiederholt, um eventuelle Änderungen zur ersten Befragung festzustellen.

Mit mathematisch unumstrittenen Verfahren konnte anschließend errechnet werden, welche Bedeutung die einzelnen Listenelemente haben, wie starr oder beweglich das Denken der Befragten waren, wie ähnlich je zwei Elemente eingeschätzt werden, wie zufrieden die Befragten mit sich selbst waren und ob beim zweiten Mal dasselbe herausgekommen war wie beim ersten Versuch.

Ergebnisse

1. Die Aussagen zu den Stimmen haben dauerhafte, verlässliche Qualität.
2. Alle gemachten Angaben sprechen dafür, dass Stimmen als einem Wesen zugehörig erlebt werden.
3. Meist können Stimmen einem Namen oder Begriff (z.B. Gott, die Außerirdischen, ...) zugeordnet werden, manchmal nur einem Geschlecht.
4. Männern gelingt eine derartige Zuordnung seltener, dann sind es schlicht Stimmen. Ob Männer etwas anderes erleben oder sich nur anders ausdrücken, bleibt offen.
5. Stimmen fordern sehr viel Aufmerksamkeit, sie sind im Vergleich zu realen Mitmenschen bedeutsamer.
6. Wenn man chronisches mit akutem Stimmenhören vergleicht, zeigt sich, dass die Bedeutsamkeit von akuten Stimmen nochmals größer ist. Die Bedeutsamkeit ist bemerkenswerter Weise nach Abklingen, im Rückblick, am größten.
7. In den meisten Fällen drücken Stimmen das Gegenteil vom eigenen Ideal aus, nur selten stehen sie genau auf der eigenen Seite, neutral sind sie wohl nie.
8. Stimmen sind manchmal sehr gut, viel öfter jedoch sehr böse, also immer extrem. Sie können zur moralischen Instanz werden.
9. Je negativer die Stimmen wirken, desto bedeutsamer sind sie.

10. Das Erleben der Stimmen ist bedeutsamer als das Erleben der realen Mitmenschen, das gilt insbesondere für Therapeuten, die ja oft eine professionelle Distanz wahren.
11. Zu Stimmen werden beziehungsähnliche Verhältnisse beschrieben, aber sie sind deutlich etwas ganz anderes als alles sonst Bekannte, dabei ist ihre negative Bewertung herausragend, sehr selten werden sie gemocht.
12. Stimmen treten in Konkurrenz zu den sonst üblichen Bewertungsmaßstäben.
13. Stimmen können das Bild beeinflussen, das man sich von anderen Menschen macht.
14. Stimmen können Befehle geben. Dabei ist nicht die ihnen zugeordnete Rolle ausschlaggebend, sondern allein die Intensität.
15. Stimmen können verwirrtes Denken ordnen.

Wurden die Thesen der Fragestellung bestätigt?

Stimmenhören hat für die Strukturen von Denken und Wahrnehmen eine stabilisierende Funktion

- Es scheint so, dass Schizophrenie das Denken stört und Wertesysteme durcheinander bringt. Andererseits können Stimmen zu einer Instanz werden, die gedankliche und moralische Orientierung erlaubt, auch wenn letztere oft problematisch ist.

Stimmenhören ist nicht chaotisch sondern verfügt über relativ konstante Inhalte und Strukturen

- Eindeutig ja, Stimmenhören unterliegt Mustern, die einerseits beim Einzelnen dauerhaft und andererseits bei vielen ähnlich nachgewiesen werden können.

Betroffene haben eine persönliche Beziehung zu ihren Stimmen

- Das muss unentschieden bleiben. Sie werden überwiegend als negativ beschrieben und bleiben fremd. Dennoch können sie erheblichen Einfluss auf das eigene Weltbild nehmen.

Folgerungen

- Es wird oft als hilfreich empfunden, über Erlebnisse zu reden. Es ist sinnvoll, auch mit Stimmenhörern nach Verständnis des Erlebten zu suchen und deren eigene Sinnfindung zu fördern.
- Obwohl Stimmen meist negativ erlebt werden, scheinen sie in chaotischen Zeiten eine Ordnungsfunktion zu übernehmen. Deshalb ist damit zu rechnen, dass eine Unterdrückung der Stimmen auch zu Destabilisierung führen kann.

Nacherzählung von Volker Lenze, Pinel gGmbH, Berlin, nach:

Dissertation von Dr. Frank Puchert:
Stimmen, Mitmenschen und Selbstaspekte, Charité Berlin, 2008