



FREIE UNIVERSITÄT BERLIN

Fachbereich Erziehungswissenschaft und Psychologie

Diplomstudiengang Psychologie

Diplomarbeit

Mit Stimmen Leben

Eine qualitative Interviewstudie über die Erfahrungen
stimmenhörender Menschen beim Erlernen eines gleichberechtigten
Umgangs mit ihren Stimmen

Dinah Strack

Erstgutachter: Dr. Manfred Zaumseil

Zweitgutachterin: Dr. Ingeborg Schürmann

Betreuerin: Dr. Monika Hoffmann

7. Februar 2007

Inhaltsverzeichnis

I. Einleitung	4
II. Theoretische Grundlagen	6
1. Stimmenhören	6
2. Halluzinationen	7
3. Krankheit und Stimmen	8
4. Mögliche Auslöser	11
5. Erklärungsansätze	12
a) Erklärungen von Stimmenhörern	12
b) Mystische und religiöse Erklärungen	13
c) Parapsychologische Erklärungen	15
d) Spirituelle Erklärungsansätze	15
e) Psychologische Erklärungsmuster	16
f) Evolutionsgeschichtliche Erklärungen	18
g) Psychiatrische Erklärungsmuster	19
h) Neurologische Erklärungsansätze	20
i) Zum Nutzen von Erklärungsansätzen	21
6. Kulturelle Unterschiede	22
7. Träume und Stimmen	23
8. Umgang mit Stimmen	24
9. Therapeutische Ansätze	28
10. Die Stimmhörer-Bewegung	31
11. Zusammenfassung und Integration	34
III. Fragestellung und Zielsetzung der Arbeit	36
IV. Methodisches Vorgehen	38
1. Qualitative Forschung	38
2. Sampling, Feldzugang und Durchführung	39
3. Erhebungsmethode	41
a) Das problemzentrierte Interview	41
b) Instrumente des problemzentrierten Interviews	42

c) Begründung der Methodenwahl.....	44
4. Auswertungsverfahren.....	45
a) Das zirkuläre Dekonstruieren.....	45
(1) Globalauswertung.....	46
(2) Systematischer Vergleich.....	47
b) Begründung der Methodenwahl.....	49
V. Darstellung der Ergebnisse.....	50
1. Kurzfragebogen.....	50
2. Einzelauswertung der Interviews.....	51
a) Interview mit Herrn A.....	51
(1) Motto – Herr A.....	51
(2) Zusammenfassung – Herr A.....	51
(3) Themenkatalog – Herr A.....	52
(4) Paraphrasierung – Herr A.....	52
(5) Zentrale Kategorien – Herr A.....	54
b) Interview mit Herrn B.....	54
(1) Motto – Herr B.....	54
(2) Zusammenfassung – Herr B.....	54
(3) Themenkatalog – Herr B.....	56
(4) Paraphrasierung – Herr B.....	56
(5) Zentrale Kategorien – Herr B.....	58
c) Interview mit Frau C.....	59
(1) Motto – Frau C.....	59
(2) Zusammenfassung – Frau C.....	59
(3) Themenkatalog – Frau C.....	60
(4) Paraphrasierung – Frau C.....	60
(5) Zentrale Kategorien – Frau C.....	63
d) Interview mit Frau D.....	64
(1) Motto – Frau D.....	64
(2) Zusammenfassung – Frau D.....	64
(3) Themenkatalog – Frau D.....	65
(4) Paraphrasierung – Frau D.....	65
(5) Zentrale Kategorien – Frau D.....	68
3. Systematischer Vergleich.....	69
a) Vergleichende Verlaufsdarstellung.....	69

b) Synopsis.....	71
c) Verdichtung.....	72
d) Komparative Paraphrasierung.....	73
(1) Konstrukt 1: Herausforderung.....	73
(2) Konstrukt 2: Selbstbehauptung.....	85
(3) Konstrukt 3: Selbstfindung.....	114
(4) Zusammenfassung und Integration.....	125
VI. Diskussion und Ausblick.....	127
VII. Zusammenfassung.....	136
Literaturverzeichnis.....	137
Anhang.....	143
1. Themenkatalog – Herr A.....	144
2. Zentrale Kategorien – Herr A.....	148
3. Themenkatalog – Herr B.....	149
4. Zentrale Kategorien – Herr B.....	155
5. Themenkatalog – Frau C.....	156
6. Zentrale Kategorien – Frau C.....	161
7. Themenkatalog – Frau D.....	162
8. Zentrale Kategorien – Frau D.....	168
9. Kurzfragebogen.....	169
10. Interview-Leitfaden.....	170
11. Transkriptionsregeln.....	173
12. Datenschutzvertrag.....	174
13. Material-CD (Transkripte und Kontextprotokolle).....	175

I. Einleitung

Im Rahmen meines Praktikums in der Psychiatrie kam ich zum ersten Mal mit dem Phänomen Stimmenhören in Berührung. Ich war erschüttert und fasziniert von den verschiedenen Ausdrucksformen der Stimmen und dem Einfluss, den sie auf die „Patienten“ ausübten. In einer wöchentlich stattfindenden „Stimmhörergruppe“ sollte es zum Austausch der Erfahrungen untereinander kommen. Die „Patienten“ berichteten in der Gruppe von ihren Überzeugungen, Gefühlen und Wahrnehmungen hinsichtlich des Phänomens. Um gegen ihre Leiden anzugehen, wurden den „Patienten“ lediglich immer höhere Medikamentendosen verabreicht, so dass sie daraufhin nicht nur mit den Stimmen selbst, sondern auch mit den Nebenwirkungen der Medikamente zu kämpfen hatten.

Ich wollte unbedingt mehr über das Thema erfahren, jedoch war mir eine Vertiefung des Kontaktes außerhalb dieser Gruppe nicht möglich, da sich meine Arbeit hauptsächlich auf den Bereich Sucht beschränkte. So beschloss ich, an dem vom Netzwerk Stimmenhören e.V. organisierten Kongress zum Thema „Mit Stimmen sprechen“ teilzunehmen. Hier kamen Erfahrene, Angehörige und Professionelle zusammen, um gleichberechtigt voneinander lernen zu können. Es gab verschiedene Vorträge, die mir die Einsicht vermittelten, dass die alleinige Betrachtung des Stimmenhörens als Symptom einer psychiatrischen Krankheit zu kurz greift, da sie den Menschen somit auf einen „Patienten“ reduziert. Denn dieser „Patient“ kann schließlich nur noch auf die Hilfe der Ärzte und die Wirkung der Medikamente hoffen und selbst nichts zur Besserung seines Zustandes beitragen. Leider helfen in einer Vielzahl der Fälle die Medikamente nicht dabei, die Stimmen zu beseitigen, oft hindern sie gerade daran, einen Umgang mit den Stimmen zu erlernen.

Es wurden sowohl von Stimmhörern entwickelte als auch therapeutische Ansätze vorgestellt, wie den von vielen als störend empfundenen Stimmen entgegengetreten werden kann. Einige Menschen berichteten allerdings auch davon, wie sie über die Jahre mit ihren Stimmen Freundschaft geschlossen hatten und diese nicht mehr aus ihrem Leben fortwünschten. Mein Eindruck war, dass es sich beim Stimmenhören keinesfalls um ein vom Individuum unabhängiges Symptom handelt, sondern um ein Phänomen, das in engem Zusammenhang zu den Personen und deren Lebensgeschichten gesehen werden muss. Aus den Berichten lernte ich, dass es sich um ein sehr dynamisches und wandelbares Phänomen handelt, welches sich abhängig von mehreren Faktoren, wie z.B. dem Umgang mit der Stimme, den Lebensumständen, der persönlichen Geschichte, der Persönlichkeit des Stimmhörers und unter Umständen vorhergehenden traumatischen Ereignissen, verändern lässt. Somit sehe ich

großes Potential in therapeutischen Ansätzen, die sich mit dem Umgang bzw. dem Aufbau einer funktionierenden Beziehung zwischen Stimmhörer und Stimme beschäftigen. Die Bezeichnung der Stimme als „Halluzination“ scheint in diesem Zusammenhang nicht besonders hilfreich, da hierbei die subjektive Realität vernachlässigt wird. Letztere ist jedoch die einzige, die wir uns als Menschen konstruieren können und auf die wir uns im täglichen Leben verlassen müssen, somit sollte auch hier der Ansatzpunkt liegen.

In der vorliegenden Arbeit habe ich daher besonders viel Wert auf den subjektiven Erlebnisaspekt gelegt und mich für die Anwendung qualitativer Forschungsmethoden entschieden. Schließlich war es mir wichtig, Personen zu befragen, die es im Laufe der Jahre geschafft haben, gut mit ihren Stimmen zurecht zu kommen, das heißt eine Art von gleichberechtigter Beziehung zu den Stimmen aufgebaut haben. Anhand problemzentrierter Interviews soll der Frage nachgegangen werden, wie der Prozess vom ersten Stimmenhören hin zu einem weitgehend problemlosen Umgang verlaufen ist.

In Kapitel 2 der Arbeit sollen zunächst die theoretischen Grundlagen zu dem Phänomen des Stimmenhörens erläutert werden. Hier wird sowohl auf aktuelle Forschung als auch auf mögliche Umgangsformen und therapeutische Ansätze Rücksicht genommen. Aus dem vorhandenen theoretischen Wissen soll im Anschluss in Kapitel 3 die Fragestellung abgeleitet und die Relevanz dieser im Hinblick auf die bestehende Forschung und Praxis dargestellt werden. Die im Rahmen dieser Arbeit verwendeten Methoden werden in Kapitel 4 sowohl beschrieben als auch in ihrer Angemessenheit bezüglich der vorliegenden Fragestellung diskutiert. Die Ergebnisse sind schließlich in Kapitel 5 der Arbeit zu finden. Am Anfang des Kapitels finden sich die jeweiligen Einzelauswertungen, gefolgt von einer vergleichenden Auswertung aller Interviews.

Das Kapitel 6 beinhaltet die Diskussion der Ergebnisse in Hinblick auf Implikationen für Therapie und Forschung bzw. den alltäglichen Umgang mit dem Stimmenhören. Abschließend sollen im Ausblick einige praktische Anregungen für „Professionelle“ gegeben werden, wie die momentane Situation stimmenhörender Menschen in psychiatrischen Kliniken zu verbessern wäre.

Im Anhang finden sich die von mir im Rahmen der geführten Interviews verwendeten Kurzfragebögen, der Datenschutzvertrag, der Interviewleitfaden und die Transkriptionsregeln. Aus Gründen der besseren Lesbarkeit wird in dieser Arbeit auf die Ergänzung der weiblichen Formen von Nomina und Pronomina verzichtet. Es ist zu hoffen, dass eine potentielle Beeinflussung der Leserinnen und Leser durch eine in Bezug auf dieses Thema vorhandene Reflexivität vermieden werden kann.

II. Theoretische Grundlagen

Es erfolgt zunächst eine theoretische Einbettung des Stimmenhörens, um ausgehend vom aktuellen Forschungsstand das Anliegen der Arbeit und die Fragestellung im folgenden Kapitel besser erläutern zu können.

1. Stimmenhören

Eines der ältesten Zeugnisse des Stimmenhörens ist wahrscheinlich die Beschreibung des Daimonion, der „göttlichen Stimme“, von der Sokrates (470-399 v. Chr.) unter anderem in der Apologie berichtet:

(...) mir etwas Göttliches, etwas Dämonisches zu widerfahren pflegt (...). Mir wird dies seit meiner Jugend zuteil: eine Stimme, die zu mir spricht, die mir, sooft sie spricht, stets von dem abrät, was ich gerade zu tun beabsichtige, und die sich niemals zuratend vernehmen läßt. Diese Stimme ist's, die mich davon abhält, Politik zu treiben – und mit gutem Grund, glaube ich, hält sie mich davon ab. (Platon, 1996, 31 c-e)

Obwohl viele weitere berühmten Personen wie Rainer Maria Rilke, Hildegard von Bingen, Carl G. Jung oder auch die beiden Religionsgründer Mohammed und Jesus Stimmen gehört haben sollen, wird das Phänomen in der industrialisierten westlichen Gesellschaft lediglich im Sinne einer Pathologie wahrgenommen und bewertet. Epidemiologische Untersuchungen zeigen, dass etwa 3-5% der Bevölkerung im Laufe ihres Lebens eine Stimme hören (vgl. Bock, 2005, S. 23). Bei Kindern liegt diese Prävalenzrate sogar bei 8% (vgl. Escher, 2005, S. 45). Slade & Bentall (1988) fanden in ihren Untersuchungen sogar einen Anteil von 10-25% der Menschen, denen diese Erfahrung in ihrem Leben zuteil wird.

Das Phänomen ist also verbreiteter, als gemeinhin angenommen, doch oft wird es aus Angst davor, als „verrückt“ oder „schizophren“ zu gelten, lange Zeit verschwiegen. Studien zeigen jedoch, dass sich ein solcher eindeutiger Zusammenhang zwischen Stimmen und Krankheit widerlegen lässt (siehe hierzu 3. Schizophrenie und Stimmen). So muss das Hören von Stimmen denn auch nicht zwangsläufig als furchteinflößend oder krankhaft empfunden werden (vgl. u.a. Romme & Escher, 1997, Kap. 7).

Das Stimmenhören unterscheidet sich von Mensch zu Mensch und Stimme zu Stimme sowohl in Qualität als auch in der Quantität erheblich. Im psychiatrischen Kontext wird hier unterschieden zwischen imperativen, dialogischen und kommentierenden Stimmen. Diese können als eher von innen heraus oder von außen kommend empfunden werden. Weiterhin gibt es Unterschiede dahingehend, ob die Stimme einer bekannten Person zugeordnet werden

kann oder als fremd empfunden wird. Schließlich variieren die Stimmen in der Häufigkeit des Auftretens und deren Lautstärke (vgl. u.a. Scharfetter, 2002, S. 202). Der Inhalt spielt oft nur im Hinblick auf die formale Absicherung der Diagnose eine Rolle, wird jedoch nicht weiter auf seine Bedeutung im Rahmen der Lebensumstände des Betroffenen untersucht (vgl. Katschnig, 2005, S. 12).

In der psychiatrischen Praxis wird im Zusammenhang mit Stimmen meist von akustischen Halluzinationen gesprochen, daher soll dieser Begriff im Folgenden näher beleuchtet werden.

2. Halluzinationen

Das Wort Halluzination wurde im frühen 19. Jahrhundert zuerst von Esquirol eingeführt (vgl. Leudar & Thomas, 2001, S. 8). In seinem lateinischen Ursprung bezeichnet „halucinatio“ das gedankenlose Reden oder die Träumerei. Diese Bedeutung unterscheidet sich jedoch stark von der im modernen und vor allem medizinischen Sprachgebrauch verwendeten Definition, welche unter einer Halluzination eine Wahrnehmung auf einem der fünf Sinnesgebiete versteht, der kein objektives Substrat, d.h. kein gleichzeitiger äußerer Sinnesreiz zugrunde liegt. Das Stimmenhören stellt insofern eine spezielle Form der akustischen Halluzination dar, welche grundsätzlich auch Musik oder Geräusche zum Gegenstand haben kann. Ist dem Betroffenen der halluzinatorische Charakter seiner Wahrnehmung bewusst, so spricht man von „Pseudohalluzinationen“ (vgl. Katschnig, 2005, S. 9).

Von der Halluzination ist zum einen die Illusion begrifflich zu trennen, welche dadurch entsteht, dass ein existierender äußerer Sinnesreiz anders wahrgenommen wird. Zum anderen unterscheiden sich Wahnideen von beiden vorherigen Begriffen dadurch, dass es sich lediglich um verzerrte Ideen oder Gedanken über die Wirklichkeit handelt, diese sich aber nicht in Sinneswahrnehmungen widerspiegeln (vgl. Katschnig, 2005, S. 10).

Das folgende Zitat von Kurt Schneider fasst die heute immer noch geltende Sichtweise in aller Deutlichkeit zusammen:

Unter den mannigfachen Störungen des Wahrnehmens, der ersten unter den Arten des Erlebens, sind für die psychiatrische Diagnose die Trugwahrnehmungen oder Sinnestäuschungen die wichtigsten. Immer wieder sei gesagt: es muss sich dabei um Sinnestäuschungen handeln, d.h. es wird etwas sinnlich, empfindungsmäßig, nicht nur gedanklich erlebt, was nicht da ist. Das ‚nicht da‘ ist objektiv, vom Beobachter aus festgestellt, nicht vom Erlebenden. Wird etwas nur als etwas anderes wahrgenommen, spricht man von Illusionen. Diese sind also streng genommen zwar Trugwahrnehmungen, aber keine Sinnestäuschungen. (Schneider, 1992, S. 47)

Deutlich wird hier vor allem die Sichtweise eines defizitären und krankhaften Charakters von Halluzinationen. Marius Romme schlägt daher vor, den Begriff der akustischen Halluzination,

welcher die Existenz einer Krankheit voraussetzt, durch denjenigen der „außersinnlichen Wahrnehmung“ zu ersetzen (Romme & Escher, 1997, S. 60). Zur Zeit gelten akustische Halluzinationen der Tradition Kurt Schneiders folgend als „Symptome ersten Ranges“ einer Schizophrenie. Auf die Zusammenhänge zwischen psychiatrischen Krankheiten und dem Hören von Stimmen soll im folgenden näher eingegangen werden.

3. Krankheit und Stimmen

Stimmenhören wird oft als Symptom einer psychiatrischen Erkrankung gesehen. So werden Krankheiten wie Schizophrenie, Dissoziationsstörungen, manisch-depressive Psychosen oder psycho-organische Störungen als notwendiger Auslöser für die Stimmen gesehen. Dieser Zusammenhang wird durch Studien widerlegt, die zeigen, dass z. B. nur einer von sechs Stimmenhörern in die Diagnose-Kategorie der Schizophrenie eingeordnet werden kann (vgl. Romme, 2005, S. 16). Eaton et al. (1991) fanden, dass innerhalb einer Gruppe von Stimmenhörern bei 55% keine Kriterien für eine psychiatrische Diagnose vorlagen. Ähnliche Ergebnisse fanden sich schon bei Tien (1991), der 15.000 Personen nach dem Vorkommen von Stimmen im Sinne einer Halluzination befragte. 3% gaben an, eine solche Erfahrung gemacht zu haben und von diesen hatte lediglich ein Drittel Probleme mit den Stimmen bzw. erreichte die Punktwerte für eine psychiatrische Diagnose. Marius Romme folgert aus diesen Befunden:

Also nicht das Hören von Stimmen an sich ist krank, sondern das Unvermögen, sich mit den Stimmen auseinanderzusetzen. Die durch das völlige Ausgeliefertsein an die Stimmen hervorgerufene Angst und Dysfunktion und das kritiklose Ausführen dessen, was die Stimmen verlangen bzw. das Sich-ohnmächtig-erklären gegenüber den Aufträgen der Stimmen, führt letztlich zu Krankheitsbildern. (ebd., 2005, S.14)

Demnach stellen die Symptome eines Störungsbildes eine sekundäre Reaktion dar, die durch das Unvermögen gekennzeichnet ist, sich mit den Stimmen auseinanderzusetzen (vgl. Romme, 2005, S. 15). Eine wichtige Rolle spielen in diesem Zusammenhang sogenannte „toxische“ Einflüsse, die sich fördernd auf eine Krankheitsentstehung auswirken:

- Angst
- Depression
- Dissoziation
- Umgang mit der Erfahrung
- hohe Frequenz der Stimmen
- kritische Haltung der nahen Umgebung
- persönliche und allgemeine Stressoren

Als protektive Einflüsse konnten folgenden Faktoren ermittelt werden:

- Unterstützung in der Familie
- bedeutungsvolle Beziehungen, v.a. Liebesbeziehungen
- bedeutungsvolle Arbeit und Freizeitaktivitäten
- Sicherheitsgefühl im täglichen Leben
- respektiert werden
- Akzeptanz und Anerkennung traumatischer Erfahrungen
- Akzeptanz und Anerkennung der psychotischen Erfahrung selbst

(vgl. Romme, 2005, S. 16 f.).

Aus Vergleichsstudien an kranken und gesunden Menschen mit den gleichen Erfahrungen lassen sich Rückschlüsse auf unterschiedliche Umgangsformen mit dem Phänomen des Stimmenhörens ziehen und so Strategien ableiten. Auf Ergebnisse dieser Untersuchungen wird unter 8. (Umgang mit Stimmen) näher eingegangen. Die größten Unterschiede von Patienten und Nicht-Patienten bestehen darin, dass die Stimmen von der Patientengruppe als überwiegend negativ wahrgenommen werden, sie sich vor ihnen fürchten und von den Stimmen in ihren täglichen Verrichtungen gestört werden, während die Gruppe der Nicht-Patienten die Stimmen weit positiver wahrnehmen (vgl. Romme & Escher, 1997, S. 22).

Aufgrund der theoretischen Relevanz wird im Folgenden kurz auf die Entwicklung der Schizophrenie als psychiatrisches Krankheitsbild eingegangen, ohne die Merkmale der Krankheit im Einzelnen zu beleuchten.

Die Grundlagen der Krankheitsdefinition stammen von dem deutschen Psychiater Emil Kraepelin (1856-1926), der die „großen Psychosen“ damals in das „Manisch-depressive Irresein“ und die „Dementia praecox“, die heutige Schizophrenie, unterteilte (vgl. Katschnig, 2005, S. 131). Weiterhin prägten Eugen Bleuler (1857-1939) und der oben schon erwähnte Kurt Schneider (1887-1967) die heutige Schizophreniedefinition.

Aufgrund seiner Beobachtungen in der Klinik ging Kraepelin davon aus, dass es sich bei der „Dementia praecox“ um eine unheilbare Krankheit handelte. Schon Bleuler wies jedoch darauf hin, dass es sich bei diesen Patienten um einen Ausschnitt aus dem Spektrum der Erkrankung gehandelt habe, da lediglich die am schwersten Erkrankten einen Platz in der Klinik bekamen. Dennoch haftet diese Idee bis heute der Diagnose Schizophrenie an und belastet sowohl ihre Träger und Angehörigen als auch das Gesundheitssystem (vgl. Katschnig, 2005, S. 133 f.). Bleuler widmete sich intensiv der systematischen Beschreibung der Krankheit und wies im Gegensatz zu Kraepelin darauf hin, dass es sich um eine Gruppe von Krankheiten mit unterschiedlichen Verläufen handelt. Um den Schwerpunkt auf die

psychopathologische Erscheinung zu setzen, führte er den Begriff „Schizophrenie“ ein, der die Auflockerung der inneren Zusammenhänge der seelischen Vorgänge bezeichnen sollte. Er wollte damit einen Ausdruck dafür finden, dass z.B. Funktionen wie Denken, Fühlen oder Wahrnehmen nicht mehr harmonisch zusammenarbeiten und auch in sich zusammenhangslos sind, so dass es zu formalen Denkstörungen, Affektstörungen und kognitiven Störungen kommt. Aufgrund der Mehrdeutigkeit des griechischen Wortes „schizein“ ist es seit den 50er Jahren des 20. Jahrhunderts zu einer andersartigen Alltagsverwendung des Begriffes im Sinne von „gespaltene Persönlichkeit“, „Widersprüchlichkeit“ gekommen, die ein falsches Bild der Krankheit und somit Ängste erzeugt hat, die bis heute in der Gesellschaft vorherrschen (vgl. ebd., S. 135 ff). Für Kurt Schneider nahmen schließlich Ende der 30er Jahre Halluzinationen und Wahnideen einen zentralen Platz in der Schizophrenie-Diagnostik ein, so dass er sie zu „Symptomen 1. Ranges machte“. Seine Überlegungen waren dabei vor allem pragmatischer nicht theoretischer Natur, er wollte einige leicht zu erfassende Symptome zur Diagnosestellung hervorheben. Auch heute noch werden diese Symptome in unseren Diagnosesystemen als essentiell angesehen (vgl. ebd., S. 137 ff).

Weltweite Verbreitung haben heute die International Classification of Diseases, kurz ICD-10 (WHO, 1993) und das Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, kurz DSM-IV (APA, 1994) erlangt. Die in ihnen enthaltene Klassifizierung von Krankheiten soll zu einer größtmöglichen Übereinstimmung von Diagnosen führen. Auch wenn das Vorhandensein akustischer Halluzinationen alleine nicht für die Diagnose einer Schizophrenie oder einer ihrer Unterformen ausreicht, so gehören sie doch zu dem sogenannten „schizophrenen Kernsyndrom“, welches die Krankheit auszeichnet und wesentlich ihre Diagnose bestimmt (vgl. Huppertz, 2000, S. 135 f.). Aufgrund der oben aufgeführten Vorurteile bedeutet die Diagnose einer Schizophrenie oft eine gesellschaftliche Stigmatisierung, der zumindest von Seiten des Arztes durch Vermeidung vorschneller Diagnosen bei stimmenhörenden Menschen entgegengewirkt werden kann. Im Gegensatz zur heutigen Konzeption verstand bereits Bleuler 1911 die Denk- und Affektstörungen als „Grundstörungen“ von höherer diagnostischer Relevanz. Halluzinationen und Wahnideen waren für ihn lediglich „akzessorische“ Symptome, welche als Folge von Anpassungsversuchen an die Erscheinungen des primären Krankheitsprozesses hinzutraten (vgl. Katschnig, 2005, S. 144). Hervorzuheben ist der Gedanke, dass Stimmenhören als eine Reaktion auf extreme Veränderungen und damit verbundene Ängste gesehen werden kann. Dieser führt zu der Frage nach auslösenden Faktoren des Hörens von Stimmen, die auch auf Menschen ohne schizophrene Grundsymptomatik zutreffen.

4. Mögliche Auslöser

Um Kontakt zu stimmenhörenden Menschen herzustellen, die erfolgreiche Bewältigungsstrategien entwickeln konnten, traten der holländische Psychiater Marius Romme und eine seiner Patientinnen in einer bekannten Fernsehsendung auf. Nach ihrem Aufruf meldeten sich 450 Stimmenhörer, von denen 150 angaben, Strategien für einen besseren Umgang mit den Stimmen gefunden zu haben, die restlichen 300 beschrieben sich als nicht fähig, mit den Stimmen umzugehen. Mithilfe von Fragebögen sollten unter anderem Fragen über die Person, Anzahl und Beschaffenheit der Stimmen, den Umgang mit Stimmen und dem Einsetzen der Stimmen vorausgehende Ereignisse und Erfahrungen geklärt werden. In der Folge wurde der erste Stimmenhörerkongress organisiert (Romme & Escher, 1989).

Hier soll zunächst nur auf die Ergebnisse bezüglich des Einsetzens der Stimme im Zusammenhang mit einem bestimmten Ereignis eingegangen werden. Von den Befragten gaben 70% an, dass ihre Stimmen nach einem traumatischen Ereignis oder einer heftigen Gemütsbewegung begannen, z.B. nach einem Unfall (4%), einer Scheidung oder einem Trauerfall (14%), einer psychotherapeutischen Sitzung (12%) oder einer spirituellen Erfahrung (4%). Die restlichen (36%) nannten Krankheit, Liebesaffären, Umzug oder Schwangerschaft (vgl. Romme & Escher, 1997, S. 20).

In der Folge entwickelten Romme & Escher (1996) einen Fragebogen, um die Dynamik der Beziehung zwischen den Stimmen und der Lebensgeschichte der Betroffenen zu untersuchen. Es fanden sich fünf Kategorien von Lebenseinflüssen, die mit dem Einsetzen von Stimmen zusammenhängen:

1. Unerträgliche oder unbefriedigende Lebenssituationen
2. Aktuelle Traumata
3. Ambitionen oder Ideale
4. Kindheitstraumata
5. Emotionale Übersensibilität und Kontrolle

Die Entwicklung einer psychischen Krankheit hängt zum einen davon ab, welche Konsequenzen das traumatische Ereignis auf das Leben der Person hat. Zum anderen spielen die bis dahin erworbenen Abwehrkräfte sowie die geleistete Identitätsbildung der Person bis zum Eintreten des Traumas eine wichtige Rolle bei der Bewältigung (vgl. Romme & Escher, 1997, S. 25).

Thomas Bock (2005) macht in seinem Artikel „Stimmrecht der Seele?“ darauf aufmerksam, dass die Wahrscheinlichkeit Stimmen wahrzunehmen nicht nur von der Sensibilität eines Menschen abhängt, sondern auch von situativen Aspekten. So kann es bei starkem Reizentzug

auch bei ansonsten psychisch stabilen Menschen zu Halluzinationen kommen. Oft können Stimmen die Einsamkeit eines Menschen kompensieren helfen, vor allem nach dem Tode einer nahestehenden Person. Manchmal kann es auch beim Übergang vom Schlaf- in den Wachzustand zur Wahrnehmung verschiedenster Laute kommen (siehe auch 7. Träume und Stimmen) (vgl. Bock, 2005, S. 30). Marius Romme (1997) weist zudem darauf hin, dass 80% der Folteropfer laut *Amnesty International* während der Folterprozedur halluzinieren. Auch wurde das Phänomen 1972 von Bennet bei Hochseeseglern festgestellt (vgl. Romme & Escher, 1997, S. 10).

Zusammenfassend kann gesagt werden, dass Stimmenhören oft als eine Folge kritischer Lebensereignisse auftritt. Somit lassen sich Parallelen zu der oben dargestellten Theorie von Bleuler ziehen, wenn man die Denk- und Affektstörung als ein für den Betroffenen traumatisches Ereignis konstatiert, dem sich als Reaktion akustische Halluzinationen anschließen. Umgekehrt *kann* das Hören von Stimmen auch erst den Weg in psychotische oder andere Störungen bahnen (vgl. 3. Krankheit und Stimmen).

5. Erklärungsansätze

Menschen, die von einem auf den anderen Tag eine oder mehrere Stimmen vernehmen, müssen versuchen, dieses Ereignis in einen Bezugsrahmen einzubetten, der sich sowohl mit den gemachten Erfahrungen als auch mit ihrem Weltbild vereinbaren lässt. In vielen Fällen verändert sich auch das bisherige Weltbild, um den Erfahrungen einen Sinn verleihen zu können. Zwischen den Erklärungen von Stimmenhörern und denjenigen, die in der Psychiatrie geläufig sind, klafft zumeist eine große Lücke, unter der die Betroffenen aufgrund mangelnder Akzeptanz ihrer Sichtweise zu leiden haben.

a) Erklärungen von Stimmenhörern

Im Gegensatz zu den Theorien von Psychiatrie und Psychologie siedeln Stimmhörer ihre Erfahrungen oft außerhalb ihrer Persönlichkeit an, da dies eher ihrem Erleben und den eigenen Beobachtungen entspricht (vgl. Romme & Escher, 1997, S. 25).

Die Ansichten hängen jedoch nicht nur vom einzelnen, sondern auch von dem ihn umgebenden Kontext ab (hierzu näheres unter 6. Kulturelle Unterschiede).

In ihrer Studie fanden Romme & Escher (1997) Erklärungen, die in verschiedenen Forschungs- und Denkrichtungen ihren Ursprung haben. So nannten die Betroffenen unter anderem das Unbewusste (21%), paranormale Fähigkeiten wie Telepathie (31%) oder die sich aufdrängenden Gefühle anderer (29%), mystische Erklärungen wie Geistwesen oder

Verstorbene (52%) oder religiöse Deutungen, dass es sich um Gott handle (8%). Einige waren auch der Ansicht, dass es sich bei den Stimmen um das Symptom einer Krankheit handelt (25%). Patienten und Nicht-Patienten unterscheiden sich teilweise sehr deutlich in ihren Erklärungen. So gehen als schizophren diagnostizierte Patienten zu 56% davon aus, dass es sich um ein Krankheitssymptom handelt, während dies nur 7% der Nicht-Patienten annehmen. Weiterhin fällt auf, dass 44% der schizophrenen Patienten die Stimme als Teufel oder bösen Geist wahrnehmen, bei den Nicht-Patienten hingegen nur 7% (vgl. Romme & Escher, 1997, S. 26).

Die amerikanische Psychologin Myrtle Heery (1989) führte eine explorative Studie mit 30 Teilnehmern zu den Erfahrungen mit inneren Stimmen durch. Der Begriff „innere Stimme“ bezieht sich auf die Wahrnehmung einer Stimme, die im Innern spricht bzw. das Gefühl einer inneren Kommunikation. Die Teilnehmer sollten weder psychotisch noch „Heilige“ sein und wurden aufgrund ihrer Angaben in einer Fragebogenaktion teils per Zufall, teils persönlich für weitere Befragungen ausgewählt. Die untersuchten Personen ließen sich in drei Hauptkategorien einteilen:

1. Interpretation der Stimmen als abgespaltene Persönlichkeitsanteile
2. Anleitung durch die Stimmen zu persönlicher Reife im Dialog
3. Wegweisung durch die Stimmen zu einem höheren Ich und darüber hinaus

Die Personen der ersten Kategorie berichteten von eigenständigem Handeln der Stimme, die sie sich selbst nicht zugetraut hätten, aber im Nachhinein als richtig empfanden.

In der zweiten Kategorie förderten die Stimmen im Dialog die Entwicklung des Hörers und wurden beispielsweise als Ermutigung zur kreativen Betätigung genutzt.

Die Personen der dritten Gruppe praktizierten eine Form der Meditation und gaben durch ihre Erfahrungen mit den Stimmen einem tiefen Gefühl spirituellen Bezugs Ausdruck. Oft kam es zu dauerhaften Veränderungen der Persönlichkeit, die auch mit selbstlosen Aktivitäten verbunden waren (vgl. Heery, 1997, S. 89 ff).

Sicherlich lassen sich nicht alle Stimmenhörer in die oben dargestellten Kategorien einordnen, daher werden im Folgenden weitere mögliche Erklärungsansätze vorgestellt, die oft zu einer individuellen Erklärung kombiniert werden.

b) Mystische und religiöse Erklärungen

„Mystisch bedeutet in unmittelbarer Beziehung zur absoluten Wirklichkeit stehend oder die Erfahrung der Einheit des Universums“ (Elfferich, 1997, S. 105).

Jede Religion beruht letztlich auf mystischer Erfahrung. So basierte der antike japanische Shintoismus auf der Erfahrung des Göttlichen in der Natur, der Buddhismus wurde im Augenblick der Erleuchtung Buddhas geboren, das Christentum ging aus Begegnungen Einzelner mit Gott in menschlicher Gestalt, dass heißt Jesus, hervor. Immer steht die Erfahrung an erster Stelle, dann folgt die Struktur innerhalb einer Gesellschaft und ein kohärenter Moralkodex (vgl. Marrelo & Stap, 1997, S. 96).

Das Objekt mystischer Erfahrung wird in der westlichen religiösen Tradition „Gott“ genannt und hatte fast ausschließlich personalen Charakter. Der Ursprung dieses christlichen Denkens lässt sich aus dem Monotheismus des Judentums herleiten. Aus der Überzeugung, dass dieser Gott sich den Menschen offenbart und von den Menschen gesucht wird, folgt, dass er sich im gesprochenen Wort manifestiert, was in zahlreichen Beispielen der Bibel belegt ist. Aus diesen Gründen wird die mystische Erfahrung zumeist in Begriffen einer persönlichen Begegnung beschrieben. Im Buddhismus hingegen wird die höchste Wirklichkeit nicht als personaler Gott angesehen und somit wird das Hören von Stimmen hier lediglich als Teil einer Phase gesehen, die auf dem Weg zur Erleuchtung durchlaufen werden muss, der jedoch keine Bedeutung zu schenken ist (vgl. ebd., S. 97 f.). Interessanterweise sollen Moses, Jesus und Mohammed, die Begründer der monotheistischen Religionen, Stimmen gehört haben, die andere nicht hören konnten. Hildegard von Bingen erblickt im Jahre 1140 ein himmlisches Gesicht und hört eine Stimme die folgenden Worte sprechen:

Gebrechlicher Mensch, Asche zu Asche, Moder zu Moder, sage und schreibe, was du siehst und hörst. Doch weil du zu schüchtern bist zum Reden und einfältig zur Auslegung und ungelehrt, das Geschaute zu beschreiben, sage und schreibe (...) aus der Gabe heraus, die dir in himmlischen Gesichtern zuteil wird: wie du es in den Wundern Gottes siehst und hörst. (Kerner, 1999, S. 114)

Von nun an soll sie Gottes Wort vor aller Welt verkünden und bekommt sieben Jahre später vom Papst das Recht, zu schreiben und zu lehren (vgl. Kerner, 1999, S. 119). Über die Jahrhunderte wurden stimmenhörende Menschen jedoch nicht immer als Heilige oder Seher betrachtet, sondern oft als von bösen Geistern besessen angesehen. So starb beispielsweise Jeanne d'Arc (1412-1431), die sich als französische Freiheitskämpferin in der Schlacht um Orléans einen Namen machte, schließlich auf dem Scheiterhaufen (vgl. De Bruijn, 1997, S. 43). In vorchristlichen polytheistischen und pantheistischen Kulturen war allgemein akzeptiert, dass die Seele des Menschen Zugang zu transzendtem Wissen und Heilkräften erlangen konnte. Spuren solchen Glaubens konnten beispielsweise im antiken Griechenland, in altägyptischen Kulturen und im frühchristlichen Gnostizismus nachgewiesen werden. Der

oben schon erwähnte Sokrates schrieb diesen oft zum Wahnsinn führenden außersinnlichen Wahrnehmungen göttlichen Ursprung zu (vgl. De Bruijn, 1997, S. 41).

Viele dieser sogenannten mystischen Erfahrungen werden oft in die Nähe der Parapsychologie gerückt, auf die daher im nächsten Abschnitt näher eingegangen wird.

c) Parapsychologische Erklärungen

Der Begriff „Parapsychologie“ wurde zuerst von Max Dessoir im Jahre 1889 gebraucht, um eine Wahrnehmung „über das Gewöhnliche hinaus“ zu bezeichnen (ebd., 1979, S. VII).

Untersuchungsgegenstand ist eine Wahrnehmung, welche nicht auf die bekannten Sinnesorgane angewiesen ist. Diese außersinnliche Wahrnehmung wird unterteilt in Telepathie und Hellsehen. Erstere bezeichnet die Fähigkeit, ohne Benutzung der fünf Sinne Informationen über die Bewusstseinsinhalte eines anderen Lebewesens zu erhalten. Beim Hellsehen können Informationen über Ereignisse erlangt werden, in die diese Menschen verwickelt waren, sind oder sein werden. In der Parapsychologie wird das Hören von Stimmen als „außersinnliche akustische Wahrnehmung“ bezeichnet und steht in enger Verwandtschaft mit dem Phänomen des Hellsehens, welches sich auf optische Wahrnehmungen bezieht. (vgl. Bosga, 1997, S. 108 f.).

Es wird also davon ausgegangen, dass die gehörten Botschaften tatsächlichen Ereignissen in der materiellen Welt entsprechen. Besonders häufig werden diese Erfahrungen in veränderten Bewusstseinszuständen, wie z. B. Hypnose, Traum, tiefe Entspannung oder extremer Stress, und in gefühlsintensiven Beziehungen gemacht (vgl. auch 4. Mögliche Auslöser). Spinelli (1987) stellte diesbezüglich die Hypothese auf, dass die extrasensorische Wahrnehmung von dem Vorhandensein einer stabilen Identität abhängt, ohne die keine klaren Grenzen zwischen Ich und Anderen zu ziehen sind. Da das Hören von Stimmen als besondere Gabe oder Sensibilität aufgefasst wird, sollte das Ziel nicht darin liegen, diese zu verlieren, sondern einen angemessenen Umgang mit den Stimmen zu erlernen (vgl. Bosga, 1997, S. 112 ff).

d) Spirituelle Erklärungsansätze

Beim Spiritismus handelt es sich hier um eine Lehre, nach der die Geister Verstorbener in Verbindung mit Lebenden treten können, meist durch Vermittlung eines Mediums (dtv-Lexikon, 1995, Band 17). Über die Frage, was mit uns nach dem Tod geschieht, schreibt Max Dessoir in seinen Erörterungen über den Spiritismus:

Ist der Tod wirklich ein Schlußpunkt? Wird nach dem Parzenschnitt nichts, schlechterdings nichts von uns übrig bleiben? Sind dann alle meine Erfahrungen, Kenntnisse, Wünsche, Pläne

unwiederbringlich dahin? Kann die mich jetzt, wie seit Jahrzehnten, erfüllende Lebendigkeit durch irgendeinen sinnlosen Zufall endgültig vernichtet werden? Solche Grübeleien, mögen sie mit kaltem Blut oder unter Herzklopfen angestellt werden, verlieren dadurch nichts an ihrer furchtbaren persönlichen Eindringlichkeit, daß sie bei jedem nachdenklichen Menschen auftreten und von den geistig Führenden zu allgemeiner Bedeutung erhoben worden sind. (ebd., 1979, S. 226)

Han van Binsbergen (1997) geht in seiner karmischen Perspektive davon aus, dass alles menschliche Leben von einem Geist beseelt ist, der bis zu seinem Tod im menschlichen Körper wohnt. Während dieser Zeit muss der Geist eine Reihe von Aufgaben erfüllen, um dem Schicksal gerecht zu werden, das ihm nach den Gesetzen des Karma auferlegt ist. Wenn der Körper stirbt, kehrt der Geist in seine Welt zurück und hält sich für die Reinkarnation in anderer körperlicher Gestalt bereit. Kommt es frühzeitig aufgrund von Unfällen, Krankheiten oder Mord zum Tode, so schweift der Geist so lange ruhelos umher, bis er in seine Welt zurückkehren kann. Er versucht dann, Kontakt zu einem anderen Geist, der noch einem Körper innewohnt, aufzunehmen. Aufgrund von großer Trauer auf Seiten der Angehörigen, kommunizieren die Geister auch nach dem Tode noch mit ihnen, um darum zu bitten, ihnen Frieden zu geben. Bei einem plötzlichen Abschied kann der Geist wichtige Themen im Nachhinein ansprechen und den Angehörigen Trost spenden. Von „Besessenheit“ wird in diesem Zusammenhang gesprochen, wenn ein Geist unter Umständen aus Eifersucht versucht, einen Geist auf einer höheren Ebene aus seinem menschlichen Körper zu vertreiben. Das Rufen von Geistern mittels verschiedener Techniken oder Hilfsmittel kann dazu führen, dass unliebsame Geister die Menschen quälen und sich nicht wieder verjagen lassen (vgl. Binsbergen, 1997, S. 119 ff).

e) Psychologische Erklärungsmuster

Aufgrund der Vielfalt an Schulen in der Psychologie sollen im Folgenden lediglich einige Denkrichtungen mit ihren jeweiligen Erklärungsansätzen vorgestellt werden.

Wie oben dargestellt sind spirituelle oder mystische Bezugsrahmen bei Erfahrenen besonders häufig vorzufinden. So findet auch der Ansatz von C. G. Jung bei vielen Stimmenhörern großen Anklang (vgl. u.a. Jung, 1972, 1995). Seine eigenen Erfahrungen führten ihn zunächst zu der Ansicht, dass innere Bilder und Stimmen oft deutlicher wahrgenommen werden als externe Stimuli, d.h. dass „ein Innen aussehen kann wie ein Außen und ebenso ein Außen wie ein Innen“. Später führte er unter anderem ausführliche Gespräche mit Philemon, einer Figur der griechischen Mythologie, die ihm sogar eines seiner Werke diktierte. Die Stimme erklärte Jung, dass Gedanken eigenes Leben besitzen und ihm objektiv gegenübertreten können, als

von ihm unabhängige Entitäten. Jung war Zeit seines Lebens bemüht, zu zeigen, dass die Inhalte der psychischen Erfahrung wirklich sind, d.h. nicht nur als persönliche Erlebnisse, sondern als kollektive Erfahrungen, die sich bei jedem Menschen wiederholen können, gesehen werden müssen. Jeder Mensch steht seiner Theorie zufolge in der tiefsten seelischen Schicht in Kontakt mit dem unbewussten spirituellen Leben aller anderen Menschen, Ungeborene und schon Verstorbene eingeschlossen. Jung bezeichnete diese gemeinsame spirituelle Welt als das „Kollektive Unbewusste“, welches den Kontakt mit der gesamten Menschheit durch andere Mittel als die sensorische Wahrnehmung ermöglicht. Eine weitere Möglichkeit der Erklärung für das Stimmenhören besteht seiner Ansicht nach darin, dass sich aufgrund der Übermacht bestimmter Gefühle ein emotionaler Komplex von der Psyche abspaltet und die Gestalt eines Menschen annimmt. Es handelt sich demnach bei den Stimmen um Personifikationen von Teilen der eigenen Seele, die nicht als solche erkannt werden können. Auch diese können jedoch über das kollektive Unbewusste nicht nur von einem selbst, sondern auch von fremden Menschen als Stimme wahrgenommen werden (vgl. Hellsdingen, 1997, S. 196 ff).

Psychoanalytische Modelle nach Freud gehen davon aus, dass Stimmen vom Es ausgehen können, sofern bestimmte primitive Triebe vom Über-Ich nicht akzeptiert werden. Diese können beispielsweise als Eingebung des Teufels erlebt werden. Zudem ist es möglich, dass das Über-Ich anklagende Stimmen verursacht und so Kritik an den Trieben des Es äußert. Ratgebende Stimmen lassen sich hingegen sowohl auf das Ich als auch auf das Ich-Ideal zurückführen, welches zusammen mit dem Gewissen vom Über-Ich ausgeht (vgl. van Laarhoven, 1997, S. 161 f.). Die in bestimmten Situationen und Bedürfnislagen ins Bewusstsein dringenden Inhalte werden in die Außenwelt projiziert und so als Stimme wahrgenommen. Diese Externalisierung kann eine große Entlastung für den Stimmenhörer darstellen, da es sich oft um verbotene Impulse wie Aggressivität oder auch Schuld- und Schamgefühle handelt (vgl. Aderhold, 1997).

Im Gegensatz zu den oben beschriebenen psychodynamischen Modellen gehen kognitive Psychologen davon aus, dass es sich beim Hören von Stimmen um Anormalitäten in der Verarbeitung von Informationen handelt. Es werden demnach „seelische Ereignisse mit Ereignissen in der realen Welt verwechselt“. Bei den Stimmen handelt es sich folglich um die eigenen Gedanken, die jedoch nicht als solche wahrgenommen werden. Hinweise hierfür bieten unter anderem Untersuchungen, die eine erhöhte Aktivität der Sprachmuskeln während des Stimmenhörens feststellen konnten. Diese sogenannte Subvokalisation tritt ebenfalls bei normaler verbaler Gedankentätigkeit auf. Zudem lässt sich zeigen, dass sich Halluzinationen

durch Suggestion beeinflussen lassen. So hörten 5% der Versuchsteilnehmer über Kopfhörer ein angekündigtes Lied, welches jedoch gar nicht gespielt wurde.

Weiterhin spielen Glaube und Erwartungen in verschiedenen kulturellen Kontexten eine große Rolle (vgl. 6. Kulturelle Unterschiede). Für die kognitive Psychologie sind dies Hinweise darauf, dass Stimmenhörer abweichende Regeln benutzen, um zwischen internen und externen Ereignissen zu unterscheiden (vgl. Bentall, 1997, S. 176). Das Stimmenhören wird somit von der kognitiven Psychologie als Hinweis auf eine Krankheit gedeutet, als ein Fehler in der Software des Mechanismus.

Ein in Bezug auf Schizophrenie entwickeltes Erklärungsmodell ist das Vulnerabilitätskonzept nach Zubin & Spring (1977), welches von einem Zusammenspiel biologischer Faktoren und Umweltfaktoren ausgeht. Diese Prädisposition kann unter akuter Belastung (Stress) zur Entwicklung einer Krankheitsperiode führen (vgl. Finzen, 2000, S. 92). Bedenkt man die unter 4. (Mögliche Auslöser) vorgestellten Punkte, so lässt sich dieses Konzept auch auf das Hören von Stimmen beziehen. Auch ist so verständlich, warum das Hören von Stimmen oftmals in eine Psychose oder Schizophrenie führen kann.

Weiterhin gibt es einen ganzen Forschungszweig, der sich mit dem Einfluss der Familie auf Menschen, die an Schizophrenie erkrankt sind, befasst. So entwickelten Vaughn und Leff ein Messverfahren namens „Expressed Emotion“, welches anhand von Interviews mit nahen Familienangehörigen das Ausmaß der Belastung im häuslichen Umfeld erfassen sollte. Die meisten Studien zeigen, dass in Haushalten mit einem hohen EE-Wert eine höhere Rückfallrate vorliegt. Aus dieser Forschung hat sich eine Vielzahl an Familieninterventionsprogrammen entwickelt, um die Zusammenarbeit von Betroffenen, Angehörigen und Professionellen zu fördern (vgl. Tarrier, 1997, 186 f.). Diese Form des Dialogs hat sich auch in der Stimmhörerbewegung durchsetzen können (siehe auch 11. Die Stimmhörer-Bewegung).

f) Evolutionsgeschichtliche Erklärungen

Ebenfalls von einem Psychologen stammt die folgende Theorie über den Zusammenhang zwischen Stimmenhören und der Evolution des Bewusstseins. Jaynes (1993) postuliert, dass bis ca. 1300 v. Chr. alle Menschen Stimmen gehört haben und diese Fähigkeit erst durch die Entwicklung des Bewusstseins nahezu ausgelöscht wurde. Ein zentraler Punkt seiner Argumentation besteht darin, dass er eine Gesellschaft für möglich hält, die ohne Bewusstsein funktionieren kann. Dies sei unter anderem daher möglich, weil dieses weder für das Denken noch für das Lernen notwendig sei. Bewusstsein trage zwar zur Formulierung von Problemen

bei, sei aber nicht zu ihrer Lösung erforderlich. Diese Prozesse können weitestgehend automatisch ablaufen. Jaynes findet Belege für seine Argumente in Homer's „Ilias“, in der sich keine Hinweise auf Bewusstsein oder mentale Akte finden lassen. Im antiken Griechenland nahmen demnach Götter die Stelle des Bewusstseins ein. Der menschliche Geist operierte damals in zwei verschiedenen Räumen, die beide unbewusst waren. Den größeren nahmen die Götter und ihre Stimmen ein, das Individuum füllte den übrigen Raum und vollzog zeremonielle Handlungen. Planung und Entscheidung existierten also nicht auf bewusster Ebene, sondern wurden von den Göttern ausgeführt. Erst in einem späteren Evolutionsschritt entsteht die Möglichkeit der Introspektion bzw. der Übernahme persönlicher Verantwortung als ein Produkt der Kultur. Hierdurch wird der Mensch zu seinem eigenen Gott und erlangt somit Bewusstsein. Die heute lebenden Stimmenhörer sind folglich Träger eines evolutionären Relikts aus alter Zeit (vgl. Jaynes, 1993; Hage, 1997, S. 201 ff).

g) Psychiatrische Erklärungsmuster

Aus medizinischer Sicht wird das Stimmenhören mit verschiedenen psychiatrischen Diagnosen in Zusammenhang gebracht. Akustische Halluzinationen können unter anderem bei schizophrenen Psychosen, dissoziativen Störungen, Depressionen, Manien, Altersverwirrtheit, Alkoholismus und bei anderen exogenen Einflüssen oder Reizungen auftauchen. Wie oben (3. Krankheit und Stimmen) schon erwähnt sind die Stimmen für keine dieser Störungen notwendige oder sogar hinreichende Bedingung (vgl. Bock, 2005, S. 22).

Dennoch werden sie in der Psychiatrie meist als Symptom einer Krankheit behandelt, dem im Falle der Schizophrenie eine Störung des Dopaminstoffwechsels im Gehirn zugrunde liegt. Die Behandlung erfolgt mit Hilfe von Medikamenten, sogenannten Neuroleptika, welche schwerwiegenden Nebenwirkungen wie motorische Beeinträchtigungen zur Folge haben. Auch die Antipsychotika der „neuen Generation“ haben das Problem unerwünschter Nebenwirkungen nicht lösen können (vgl. Widschwendter & Fleischhacker, 2005, S. 116).

Finzen (1998) stellt fest, dass es keinerlei Hinweise darauf gibt, dass die verwendeten Medikamente heilen. Es handelt sich lediglich um eine symptomatische Behandlung, die bei einigen Menschen erfolgreich verläuft. Von den als schizophren diagnostizierten Stimmenhörern bewirken die Medikamente nur in 50% der Fälle ein Verschwinden der Stimmen (vgl. Coleman & Smith, 2000, S. 26). Warum die erwartete Wirkung in vielen Fällen ausbleibt, kann bislang nicht erklärt werden.

Die Denkrichtung der Sozialen Psychiatrie geht im Gegensatz hierzu davon aus, dass Zusammenhänge zwischen Lebensbedingungen und den Inhalten der Stimmen bestehen. So

können unbefriedigende Lebenssituationen, aktuelle oder vergangene Traumata, widersprüchliche Wünsche, Bedrohungen oder emotionale Verdrängung Probleme darstellen, die es zu lösen gilt. Romme (1997) postuliert daher, dass die Stimmen nicht von der Situation selbst ausgelöst werden, sondern dass der Inhalt der Stimmen die schwierige Lebenssituationen metaphorisch reproduziert. Somit müsse auch die Priorität jeder Therapie das Verstehen der Inhalte und der Funktion der Stimmen sein. Aus diesen Gründen sieht der Ansatz der Sozialen Psychiatrie es als falsch an, die Stimmen zu verleugnen oder durch Medikamente zu unterdrücken, anstatt den Ursprung der Probleme zu untersuchen (vgl. Romme, 1997, S. 184 f.). „Es ist sinnlos, den Boten zu töten, der die Botschaft überbringt, wenn die Botschaft die gleiche bleibt“ wird Romme in einem Artikel von Hannelore Klafki zitiert (vgl. ebd., 2005, S. 50).

h) Neurologische Erklärungsansätze

Mit Hilfe verschiedenster bildgebender Verfahren können die Vorgänge im Gehirn während der Wahrnehmung von Halluzinationen beobachtet werden. Bei Untersuchungen durch funktionelle Kernspintomographie (fMRT) und Positronenemissionstomographie (PET) zeigte sich während des Hörens von Stimmen eine Aktivierung des linken und manchmal auch rechten oberen und mittleren Temporallappens. Bei diesen Hirnbereichen handelt es sich um die akustischen Assoziationsareale, welche auch bei der Wahrnehmung realer, externer Stimmen aktiviert sind. Gleichzeitig fanden sich Aktivierungen in Regionen der Emotionsverarbeitung, was als Korrelat der zusammen mit den Stimmen auftretenden Angst interpretiert werden kann. Eine Aktivierung derselben Areale kann bei Menschen, die keine Stimmen hören durch das bloße Vorstellen von gesprochenen Worten erreicht werden. Emrich & Dillo (2005) ziehen aus den vorliegenden Studien den Schluss, dass Halluzinationen dadurch entstehen, dass sensorische Assoziationsareale unkontrolliert aktiv werden. Die normalerweise stattfindende Kontrolle durch die primären sensorischen Areale zum einen und eine interne Instanz zum Abrufen gespeicherter Information zum anderen läuft demnach fehl (vgl. Emrich & Dillo, 2005, S. 70).

Phil McGuire fand bei seinen Untersuchungen von Stimmhörern eine erhöhte Aktivierung in Hirnregionen, die für die Sprachproduktion zuständig sind. Bei der Aufgabe hingegen, sich gesprochene Sprache vorzustellen, zeigte sich bei den Stimmhörern im Vergleich zu einer Kontrollgruppe eine verringerte Aktivität im vorderen Temporallappen. Er schließt daraus, dass dieser Bereich dafür zuständig ist, in Worte gefasste eigene Gedanken als solche wahrzunehmen. Bei einer Fehlfunktion in diesem Bereich werden die Gedanken statt dessen

der Außenwelt zugerechnet. Diese Befunde können jedoch nicht das Entstehen von Halluzinationen im Gehirn erklären, sondern lediglich Mechanismen im Gehirn aufzeigen (vgl. Stratenwerth, 1999, S. 29). Weiterhin können die Ergebnisse der Hirnforschung dazu beitragen, die ansonsten nur subjektiv von den Betroffenen wahrgenommenen Stimmen in gewisser Form zu objektivieren, d.h. dem subjektiven Vorhandensein und Erleben ein hirnphysiologisches Korrelat zur Seite zu stellen.

Hinsichtlich der Annahme, bei den Stimmen handele es sich um eigene Gedanken, die nicht als solche erkannt werden, ähnelt die neurologische Erklärung derjenigen der kognitiven Psychologie, die oben bereits dargestellt wurde (siehe 5. e Psychologische Erklärungsmuster).

i) Zum Nutzen von Erklärungsansätzen

Bei den oben dargestellten Bezugsrahmen handelt es sich zwangsläufig um einen kleinen Ausschnitt, da diese immer auch von den vielfältigen individuellen Erfahrungen der Stimmenhörer geprägt sind. Hannelore Klafki, eine der Gründerinnen des Netzwerks Stimmenhören e.V., auf das unter 11. (Die Stimmenhörer Bewegung) noch näher eingegangen wird, schreibt dazu folgendes:

Das Spektrum der Erklärungen für die Stimmen ist groß und es gibt weit mehr Möglichkeiten, sich die Stimmen zu erklären, als es Professionelle in ihrer Ausbildung lernten. Sie sollten auf die unterschiedlichen Erklärungsmodelle hören und diese nicht einfach als absurd beiseite wischen, denn jede Erklärung, die dabei hilft, mit den Stimmen umzugehen, ist besser als keine.
(Klafki, 2005, S. 50)

Oft ist das Erlernen des Umgangs mit den Stimmen einfacher, wenn diese in ein anerkanntes soziales oder spirituelles Glaubenssystem eingebettet sind. Beispielsweise mag es sich für viele Menschen mit dem Gedanken, von Schutzengeln begleitet zu sein, sehr viel besser leben, als mit der Diagnose einer psychischen Krankheit (vgl. Stratenwerth, 1999, S. 25). Paul Baker schreibt in seinem Ratgeber für Stimmenhörer: „Erst wenn die Stimmen eine Bedeutung haben, kann man eine Beziehung zu ihnen herstellen, um die Angst zu vermindern“ (Baker, 2005, S. 7).

Aus professioneller Sicht können die verschiedenen Ansätze auch als Chance gesehen werden, sich dem vielschichtigen Phänomen des Stimmenhörens von unterschiedlichen Seiten zu nähern und einen tieferen Einblick in das Erleben der Betroffenen zu erlangen.

In den im Rahmen dieser Arbeit geführten Interviews lassen sich einige der beschriebenen Erklärungsansätze wiederfinden (siehe V. Darstellung der Ergebnisse).

6. Kulturelle Unterschiede

Interessanterweise finden sich in Kulturen, in denen das Hören von Stimmen gesellschaftlich akzeptiert ist, weitaus mehr Menschen, denen dieses Phänomen zuteil wird. In Westafrika haben dem Ethnologen Joop de Jong zufolge bis zu 50% der Menschen irgendwann in ihrem Leben eine akustische Halluzination gehabt. Einige indianische Kulturen betrachten das Hören von Stimmen als Teil eines Ritus des Erwachsenwerdens und sehen dementsprechend das Ausbleiben dieser als nicht „normal“ an (vgl. Bock, 1999, S. 44 f.).

Ihsan Al-Issa (1995) fasst in seinem Review den Einfluss von soziokulturellen Faktoren auf akustische Halluzinationen aus 30 ausgewählten Studien zusammen:

Ein großer Unterschied zu unserer westlichen Kultur scheint in einigen „nicht-westlichen“ Gesellschaften darin zu bestehen, nicht nach den Umständen zu fragen, unter denen es zu Halluzinationen gekommen ist. Unabhängig davon, ob die Erfahrung in einem traumhaften Zustand, unter Drogen oder auch ganz plötzlich auftaucht, wird sie als ein Kontakt zu den Geistern interpretiert (vgl. Bourguignon, 1970). Weitere Unterschiede bestehen hinsichtlich der Unterscheidung zwischen Realität und Fantasie, welche in eher rational orientierten Kulturen eine strikte Trennung erfahren. Dort stellen Halluzinationen eine Störung des normalen Lebensablaufes dar, die es daher zu ignorieren gilt (vgl. Al-Issa, 1977). Durch diese Trennung ist den Menschen der Umgang und die Funktionsweise ihrer eigenen Fantasien weniger bewusst und ein plötzliches Erscheinen dieser Fantasien mag Ängste und Ablehnung hervorrufen. Slade & Bentall (1988) sehen in der negativen Einstellung gegenüber Halluzinationen den Grund für eine erhöhte physiologische Erregung bei ihrem Auftreten, die dann zu Schwierigkeiten in der Unterscheidung zwischen Fantasie und externen Stimuli führen kann. Zudem werden diese Erfahrungen eher geheim gehalten und somit der sozialen Kontrolle entzogen. In weniger durch Rationalität geprägten Kulturen wird die halluzinatorische Erfahrung als etwas Positives bewertet und daher vom Einzelnen gewissenhaft beobachtet und anderen mitgeteilt. So sind nach Al-Issa (1995) die Menschen mehr mit ihrem Innenleben vertraut und können dieses von der Außenwelt besser unterscheiden. Untersuchungen zeigen außerdem, dass diejenigen Halluzinationen, welche kulturell eingebettet und akzeptiert sind, besonders häufig erlebt werden (z. B. Jocano, 1971). So haben Kultur und Sozialisation sowohl einen Einfluss auf die Erwartung eines solchen Phänomens als auch auf den Grad der ausgeübten suggestiven Kräfte. In verschiedenen Experimenten konnte die Häufigkeit der Erfahrung von akustischen Halluzinationen durch Suggestion erheblich gesteigert werden. Auch Bentall (1990) geht davon aus, dass die Wahrnehmung von Halluzinationen in bestimmten Situationen wie Isolation, Deprivation

oder unter weißem Rauschen auf eine erhöhte Suggestibilität zurückzuführen ist. Al-Issa (1995) zieht aus diesen Ergebnissen den Schluss, dass soziokulturelle Faktoren bei der Untersuchung des Phänomens von professioneller Seite unbedingt berücksichtigt werden müssen. Auch Marrelo und Stap (1997) sehen Parallelen zwischen den vorherrschenden gesellschaftlichen Strukturen und den Äusserungsformen der Stimmen. Als Beispiel nennen sie Hildegard von Bingen (siehe auch 5. b Mystische und religiöse Erklärungen), der Gott als ein Organisationsprinzip des gesamten Kosmos erscheint, worin sich ihrer Ansicht nach die straff organisierte Gesellschaft der Hohenstaufen widerspiegeln (vgl. ebd., 1997, S. 100).

Vor allem dürfte der Einfluss von Erziehung und das soziokulturelle Umfeld bei der Frage nach den Umgangsformen von Stimmenhörern eine Rolle spielen, auf die unter 8. (Umgang mit Stimmen) näher eingegangen werden soll.

7. Träume und Stimmen

Die Psychologin Monika Hoffmann (2005) sieht zwischen Stimmenhören und Träumen folgenden Zusammenhang:

Stimmenhören lässt sich in der Qualität der Mitteilungen wohl am besten mit Träumen vergleichen. Beim Träumen sind wir daran gewöhnt, mit verwirrenden Zusammenfassungen von realen Ereignissen und Fantasiekonstruktionen konfrontiert zu werden, und bemühen uns anschließend, sie zu übersetzen. Stimmen scheinen oft einer ähnlichen Logik zu folgen, indem sie Alltägliches mit Fantasiekonstruktionen, besonders Angstkonstruktionen, verbinden. Sie nutzen also Metaphern, die nicht direkt in die Tat umgesetzt werden können, sondern die erst einmal übersetzt werden müssen. (Hoffmann, 2005, S. 60)

Wie auch in der psychoanalytischen Praxis muss nach Thomas Bock (2005) beim Stimmenhören nach Bedeutungen gesucht werden. Stimmen können demnach funktional und dysfunktional sein, situative, biographische, anthropologische oder aber auch gar keine Bedeutung haben. In Analogie zum Traum listet er die folgenden Möglichkeiten auf:

- direkte Bedeutung: Die Stimmen enthalten eine unmittelbare Botschaft (siehe Bibel).
- künstlerische Bedeutung: z. B. Eingebungen von Musik (Hildegard von Bingen)
- atmosphärische Bedeutung: Die Stimmen reflektieren eine bestimmte innere Verfassung, geben durch Art, Häufigkeit und Lautstärke Rückmeldung.
- verschlüsselte Bedeutung: z. B. Befehl der Stimmen, Vater oder Mutter umzubringen als Ausdruck innerer Not im Kampf um Unabhängigkeit
- zufällige Bedeutung: Tagesreste spiegeln sich in der Art der Halluzinationen ebenso wie in Träumen

(Bock, 2005, S. 29).

Folglich ist es von therapeutischer Wichtigkeit, die Stimmen als Spiegel von Wunsch- und Angstanteilen, aber auch von inneren Konflikten und Facetten der eigenen Person anzuerkennen (vgl. Bock, 2005, S. 28 f.). An anderer Stelle fragt er sich:

Vielleicht sind manche Menschen in der Lage, mit offenen Augen zu träumen. Vielleicht sind manche Menschen auch im Normalzustand näher an der Grenze zwischen Wachen und Schlafen? Vielleicht sind manche Menschen mehr Kind geblieben als andere? Wenn das aber so ist, warum schenkt die Psychiatrie dem Träumen dann soviel Aufmerksamkeit, dem Stimmenhören aber nicht? (Bock, 1999, S. 37)

Die eben dargestellte Sichtweise entspringt auch dem Denkansatz der sozialen Psychiatrie, welcher nach der Funktion der Stimme im Leben des Betroffenen fragt (siehe oben 5. g Psychiatrische Erklärungsmuster). In den vorliegenden Interviews hat eine Person für sich ebenfalls diese Parallele zwischen Traum und Stimmen gezogen (siehe V. 2. b Interview mit Herrn B). Das Behandeln der Stimmen als traumartige Botschaften stellt eine Form des Umgangs mit ihnen dar. Andere Möglichkeiten sollen im Folgenden ausgeführt werden.

8. Umgang mit Stimmen

Bis viele Betroffene passende und wirkungsvolle Bewältigungsstrategien für das Stimmenhören gefunden haben, haben sie meist schon einen langen Weg hinter sich.

Romme & Escher (1989) haben in Folge des ersten 1987 in den Niederlanden stattfindenden Kongresses für stimmenhörende Menschen anhand von Erlebnisberichten die Erfahrungen der Teilnehmer in drei mögliche Phasen des Umgangs mit den Stimmen unterteilt:

1. Die Schockphase: Plötzliches Einsetzen der Stimme führt oft zu Verwirrung und Angst
2. Die Organisationsphase: Kommunikation mit und über die Stimmen, Erprobung von Strategien des Umgangs
3. Die Stabilisierungsphase: Herstellung und Konsolidierung eines Gleichgewichts im Umgang mit den Stimmen und der sozialen Umwelt

Nach Romme & Escher (1997) sollte nach dem ersten Erschrecken über das plötzliche und unerwartete Auftreten der Stimme versucht werden, die Angst zu bewältigen und die Stimmen als real existent zu akzeptieren, um die Phase der Organisation zu erreichen. In der Organisationsphase ist es dann möglich, sich sowohl auf die Beziehung zu den Stimmen als auch auf ihre genauere Analyse und Bedeutung zu konzentrieren. Schließlich kann in der Stabilisierungsphase die Erfahrung bezüglich des Umgangs mit Stimmen bzw. eigenen Gefühlen vertieft und die eigene Stellung in der Gesellschaft gefestigt werden (vgl. ebd., 1997, S. 260 ff).

Nicht jeder erlebt die Stimmen jedoch zu Anfang als furchteinflößend und feindlich, sie können ganz im Gegenteil auch als hilfreich und stärkend empfunden werden. In letzterem Fall werden die Stimmen von den Betroffenen eher als Teil des eigenen Ich angesehen als in der anderen Gruppe (vgl. Romme & Escher, 1997, S. 21).

Dieses unterschiedliche Erleben mag *einen* Grund dafür darstellen, dass Menschen unterschiedlich gut mit dem Phänomen des Stimmenhörens zurechtkommen. Romme & Escher (1997) haben in ihrer Befragung nach Merkmalen gesucht, welche die Menschen, die mit ihren Stimmen umgehen können (34% der Befragten), von denjenigen unterscheiden, die keinen erfolgreichen Umgang entwickeln konnten (66% von 173 Befragten), und fanden folgende Punkte:

- Die Personen fühlen sich stärker als die Stimmen
- Sie hören häufiger positive Stimmen
- Sie hören seltener befehlende Stimmen
- Den Stimmen werden von ihnen mehr Grenzen gesetzt (ignorieren)
- Sie hören die Stimmen selektiv (eher die positiven)
- Sie benutzen seltener Ablenkungsmechanismen
- Ihnen wird mehr Unterstützung von anderen zuteil (Familie)
- Sie kommunizieren öfter über ihre Stimmen

Der entscheidende Vorteil der Personen, die erfolgreich mit ihren Stimmen umgehen, scheint also sowohl in ihrer größeren Stärke bezüglich der Stimmen als auch in ihrem sozialen Umfeld zu liegen (vgl. Romme & Escher, 1997, S. 18).

In einer vergleichenden Folgestudie mit Patienten und „Nicht-Patienten“ fand Romme (1996), dass von beiden Gruppen oftmals negative Stimmen gehört werden, diese jedoch unterschiedlich empfunden werden. So erleben die Patientengruppen die Stimmen als überwiegend negativ, fürchten sich vor diesen und waren in ihren Alltagsvorrichtungen beeinträchtigt, was bei der Gruppe der „Nicht-Patienten“ nicht zutrifft (vgl. Romme & Escher, 1997, S. 22). Denjenigen, die eine adäquate Form des Umgangs gefunden haben, ist es gelungen, eine Beziehung zu ihren Stimmen aufzubauen, in der beide Seiten gleichberechtigt sind (vgl. Romme & Escher, 1997, S. 253).

Nach dem anfänglichen Schock geht es also darum, ein gewisses Maß an Kontrolle über die Beziehung zu den Stimmen zu erlangen und folglich den Umgang mit ihnen zu erlernen. Es geht folglich darum, den Stimmen eine bestimmte Zeit und einen bestimmten Platz im Kontext des Lebens insgesamt zuzuweisen (vgl. Romme & Escher, 1997, S. 205).

Die verschiedenen Bewältigungsstrategien können in drei Gruppen unterschieden werden:

1. Strategien des Verhaltens: Ablenkungstechniken (Musik), Aktivitäten, Tagebuch führen, Meditation, Besuch von Selbsthilfegruppen, Rehabilitation in die Gesellschaft
 2. Kognitive Strategien: Stimmen ignorieren, auf Stimmen hören, selektiv zuhören, den Stimmen befehlen zu verschwinden, Dialog mit den Stimmen, Fokussierung, Angstbewältigung
 3. Physiologische Strategien: Alkohol, Drogen, Medikamente, Schlaf, bewusste Entspannung oder Aktivierung
- (vgl. Coleman & Smith, 2000, S. 36; Falloon & Talbot, 1981).

Einige dieser Techniken haben zum Ziel, die Gedanken des Hörers von den Stimmen abzulenken bzw. die Gefühle zu beruhigen, andere dienen hingegen dazu, besser auf die Stimmen selbst zu achten. Besonders wichtig ist hier auch die Kommunikation über die Stimme in Form von Tagebüchern oder Selbsthilfegruppen, da diese dazu dient, die Stimmen zu akzeptieren, besser kennenzulernen und in einen Bezugsrahmen einzubetten. So kann die Angst verringert und der eigene Einfluss gestärkt werden (vgl. Escher, 1997, S. 46 ff).

Auf die einzelnen therapeutischen Strategien soll unter 9. (Therapeutische Ansätze) näher eingegangen werden. Im folgenden werden daher lediglich diejenigen Strategien näher beschrieben, welche von Stimmenhörern selbst entwickelt wurden.

Bock (2005) beschreibt einige Leitsätze, die in Selbsthilfegruppen des britischen Netzwerkes Stimmenhören entwickelt wurden:

- „Die Stimmen sind wahr, denn du hörst sie ja“: Das Hören als solches wird akzeptiert und dadurch hinterfragbar. Es kann nun nach Bedeutungen gesucht werden.
- „Reden wie mit einem Nachbarn“: Auch Nachbarn können freundlich und unfreundlich, aufdringlich und weniger aufdringlich sein, dennoch begegnen wir ihnen mit einer gewissen Selbstverständlichkeit.
- „Wieder Herr/Frau im eigenen Haus werden“: Der Stimmhörer soll aufhören, nur Empfänger zu sein und sich statt dessen behaupten, Gegenrede halten, eigene Bedingungen durchsetzen (z. B. Sprechzeiten einrichten).
- „Jede Erklärung ist besser als keine“: Jede Erklärung erzählt eine Geschichte, gibt einen Zugang zu der Person, erlaubt ihr in Austausch mit anderen zu treten.
- „Nicht allein mit den Stimmen bleiben“: Die Erfahrung, nicht allein betroffen zu sein, hilft Ängste zu reduzieren und Bewältigungsstrategien zu erweitern. Sich anderen mitzuteilen, kann die Macht der Stimmen relativieren.
- „Stimmen als Spiegel der eigenen Befindlichkeit“: Viele machen die Erfahrung, dass die Stimmen mit ihrer psychischen Verfassung korrespondieren und können so ihre Kontrollmöglichkeiten erhöhen.

- „Stimmen integrieren“: Manche Stimmen enthalten verschlüsselte Botschaften, die zusammen mit anderen entschlüsselt werden können
(vgl. Bock, 2005, S. 23 f.).

In seinem Aufsatz „Wie gehen Betroffene mit Stimmenhören um?“ bemerkt Wiedl (2005), dass die Krankheitsbewältigung bei Psychosen, also auch der Umgang mit Stimmen, „ebenfalls die wahrgenommenen oder befürchteten Veränderungen im Selbstbild, Selbstwert und in der Lebensperspektive wie auch Veränderungen in den sozialen Beziehungen und materiellen Befindlichkeiten“ umfasst. „Diese Aspekte werden von den Betroffenen als ähnlich gravierend erlebt wie die Symptomatik selbst“ (vgl. Wiedl, 2005, S. 84 f.).

So gehen auch Birchwood & Chadwick (1994) davon aus, dass nicht die Stimmen selbst negative oder positive Emotionen auslösen, sondern die Annahmen, welche die Betroffenen über die Stimmen haben. Hierzu zählen Überzeugungen über die Identität der Stimmen, ihre Bedeutung und Ziele und die angenommene Macht der Stimmen. Diese teilweise tief verwurzelten Annahmen entspringenden Glaubenssätze wirken sich dann entsprechend auf das emotionale Erleben der Stimmen und den Umgang mit ihnen aus. Das eben dargestellte Modell entspricht dem von Beck (1979) entwickelten kognitiven Modell der Depression, bei dem davon ausgegangen wird, dass aus negativen Grundannahmen bestimmte Emotionen und Verhaltensweisen resultieren. Im nächsten Abschnitt (9. Therapeutische Ansätze) wird im Einzelnen auf die sich hieraus ergebenden therapeutischen Konsequenzen eingegangen. Benjamin (1989) verfolgt hingegen einen anderen Ansatz, der davon ausgeht, dass gerade der Inhalt und die bestehende Beziehung zwischen Individuum und Stimme einen direkten Einfluss auf die Gefühle und die Umgangsweise ausüben. Falloon & Talbot (1981) sind der Ansicht, dass die wahllose Anwendung von Coping-Strategien schließlich zu einer Reduzierung des Leides und somit zu einer Reduktion der Stärke und Aufdringlichkeit der Stimmen führt.

Farhall & Gehrke (1997) konnten in ihrer Studie drei Faktoren extrahieren und ihre Voraussagekraft bezüglich der emotionalen Kontrolle von Stimmen erfassen:

1. Passives Coping (externe Unterstützung)
2. Aktive Akzeptanz der Stimmen
3. Widerstand gegen die Stimmen

Der erste Faktor konnte als eindeutiger Prädiktor für die emotionale Kontrolle festgemacht werden. Die aktive Akzeptanz der Stimmen konnte die Kontrolle fast voraussagen und die Strategie des Widerstandes gegen die Stimmen stellte sich als negativer Prädiktor heraus. Die Autoren bemerken, dass diese Strategie sogar zu einer Steigerung des negativen emotionalen Erlebens führen könnte.

Sowohl die weiter oben dargestellten Untersuchungen von Romme & Escher (1997) als auch der Ansatz von Birchwood & Chadwick (1994) machen deutlich, dass die unter 5. (Erklärungsansätze) beschriebene Einbettung in einen Bezugsrahmen eng mit der Entwicklung einer geeigneten Umgangsform verbunden ist und diese wesentlich beeinflusst. Coleman & Smith (2000) sind ebenfalls der Ansicht, dass Bewältigungsstrategien nur im Rahmen des Erklärungssystems bzw. des Denkmodells der stimmenhörenden Person verstanden werden können (vgl. ebd., 2000, S. 36). Auch aus diesem Grund werden viele von Stimmenhörern erfolgreich angewendete Bewältigungsstrategien von anderen oft als wenig nützlich empfunden. So schreibt auch Monika Hoffmann, dass jeder stimmenhörende Mensch die für ihn passende Strategie selbst herausfinden müsse (Anmerkung in: Coleman & Smith, 2000, S. 36). Diesen Punkt gilt es natürlich gerade auch im Rahmen von Therapieangeboten für Betroffene zu beachten.

9. Therapeutische Ansätze

Einleitend ist zu sagen, dass sich die Entwicklung und Forschung zur Psychotherapie bei Stimmenhörern, ähnlich wie bei der Untersuchung zu Bewältigungsstrategien, hauptsächlich mit Stimmen von Personen mit der Diagnose „Schizophrenie“ oder „schizo-affektive Psychose“ beschäftigt (vgl. Amering, 2005, S. 102). Die Ausnahmen (v. a. Romme & Escher) wurden in dieser Arbeit mehrfach erwähnt.

Aufgrund nicht nachweisbarer Erfolge der psychodynamischen Modelle, wurden vorwiegend verhaltenstherapeutische Methoden entwickelt, die zum Ziel hatten, Verhaltensaspekte und -konsequenzen von Wahn und Halluzinationen zu kontrollieren (vgl. ebd., 2005, S. 102).

Allgemein veranlasst die kognitive Verhaltenstherapie Patienten, Beziehungen zwischen ihren Gedanken, Gefühlen und Handlungen im Hinblick auf die Stimmen (Zielsymptom) herzustellen. Die Therapie zielt darauf ab, eine Korrektur der Wahrnehmungsstörungen, irrationalen Überzeugungen und argumentativen Voreingenommenheiten hinsichtlich der Stimmen vorzunehmen. So sollen die Patienten unter anderem ihre eigenen Gedanken, Gefühle und Handlungen protokollieren und alternative Möglichkeiten des Umgangs erlernen. Wie oben (5. e Psychologische Erklärungsmuster) bereits erläutert, basiert das kognitive Modell auf der Annahme der Attribuierung von eigenen Gedanken an eine externe Quelle. Hierbei können bereits bestehende dysfunktionale Annahmen über sich selbst mit selbstabwertenden Denkmustern Überzeugungen bezüglich der Inhalte der Stimme bestärken und aufrechterhalten. Diese dysfunktionalen Überzeugungen sollen nun in der kognitiven Therapie erfasst und einer Überprüfung zugänglich gemacht werden. Annahmen über

Bedeutung und Ursprung der Stimmen werden geprüft und alternative Interpretationen gefunden. In Verhaltensexperimenten sollen diese Überzeugungen schließlich überprüft werden (vgl. Amering, 2005, S. 103 f.).

Morrison (2001) schlägt vor, das für die Panikstörung entwickelte Modell auch auf das Stimmenhören anzuwenden. Hierbei geht es darum, einen sich selbst aufrechterhaltenden Teufelskreis der Angst zu durchbrechen, welcher durch anfängliche Fehlinterpretation und daraus resultierender Angst zu vermehrtem Auftreten der Stimmen und weiteren angsterregenden Interpretationen führt.

Wie auch in anderen Kapiteln (z. B. 3. Krankheit und Stimmen) schon deutlich wurde, entstehen Belastung und Leid nicht durch die Erfahrung des Stimmenhörens an sich, sondern durch die Art und Weise, wie das Erlebnis interpretiert und bewertet wird. Diese Bewertung der Stimmen hängt jedoch nicht eindeutig mit dem Inhalt dessen zusammen, was die Stimmen sagen, da eine negative Stimme ebenfalls als wohlwollende Warnung interpretiert werden kann (vgl. Amering, 2005, s. 105).

So konnten auch Birchwood & Chadwick (1997) die Annahmen nur in einem Viertel der Fälle direkt auf den Inhalt der Stimmen zurückführen. In ihrem therapeutischen Ansatz gehen die beiden davon aus, zunächst die zentralen Annahmen hinsichtlich Identität, Mächtigkeit, und Bedeutung der Stimmen zu klären. Anschließend wird zusammen mit dem Patient ein Zusammenhang zwischen diesen Überzeugungen und dem erlebten Leid hergestellt und darum gebeten, die Vor- und Nachteile dieser Annahmen abzuwägen. Diese Glaubenssätze werden schließlich in Frage gestellt, u. a. indem beispielsweise Unstimmigkeiten hervorgehoben und stimmigere Erklärungen angeboten werden. Ziel ist hierbei immer, den Patienten naheulegen, dass die Stimmen von ihnen selbst erzeugt werden. Als Ergebnis dieser Veränderung in den Grundannahmen stellte sich neben der vorhergesagten emotionalen und Verhaltensänderung eine unerwartete Reduktion der Stimmenaktivität ein. Die Autoren erklären dies mit der Durchbrechung der oben erwähnten Angstspirale.

Andere verhaltenstherapeutische Strategien, welche zur Angstbewältigung beitragen, sind beispielsweise das Relabelling. Hier kann der Betroffene eine positive Eigenschaft von sich aufschreiben und sie sich bei einer gegenteiligen Aussage der Stimme selbst laut vorlesen. Letztlich geht es darum, Annahmen über das eigene Selbst zu stärken, um den Stimmen selbstbewusster entgegenzutreten zu können. In der Methode der Konfrontation sollen die Stimmen willentlich gerufen und gegebenenfalls intensiviert werden, um ein Gefühl persönlicher Kontrolle zu erzeugen (vgl. Jenner, 1997, S. 222 ff).

In der funktionellen Analyse liegt der Schwerpunkt hingegen eher auf dem Verstehen der Inhalte und der Funktion der Stimmen, um diese in den eigenen lebensweltlichen Rahmen integrieren zu können. Sowohl traumatische Ereignisse in der Lebensgeschichte als auch psychische Störungen, wie z. B. eine dissoziative Persönlichkeitsstörung, werden hinsichtlich einer Klärung der Funktion der Stimmen berücksichtigt. In der Therapie sollen zunächst Muster der Stimmen kenntlich gemacht werden, um dadurch ihre Funktion und Bedeutung im Leben des Betroffenen herauszufinden. Darauf folgt eine Untersuchung des Erfolges der von den Stimmen angewendeten Strategien und der Frage, ob es nicht bessere Wege zu dem angestrebten Ziel gibt (vgl. van Laarkoven, 1997, S. 157 ff).

Auch beim Fokussieren geht es darum, besser auf die Stimmen selbst zu achten und zum Beispiel in Form eines Tagebuches aufzuschreiben, was sie sagen. Haddock & Bentall (1997) erwähnen ausdrücklich, dass Techniken der Ablenkung wie z. B. Musik hören, Rätsel lösen oder soziale Aktivitäten trotz kurzfristiger Erfolge keine dauerhafte Lösung für die Probleme darstellen, da die Stimmen meist eine spezielle Bedeutung für die stimmenhörende Person haben. In der Fokussierungsbehandlung sollen daher Inhalt, Entwicklung und Bedeutung der Stimme im Kontext einer therapeutischen Behandlung erkundet werden. Hierzu haben die Autoren einige Übungen entwickelt, die von anfänglichem Zuhören und Beschreiben der Stimmen bis zur Konzentration auf die Inhalte und damit verbundene Assoziationen und Gedanken reichen. Hierbei geht es auch wieder darum, Annahmen bezüglich der Stimmen zu hinterfragen und ein gewisses Maß an Kontrolle wiederzuerlangen (vgl. Haddock & Bentall, 1997, S. 218 f.).

Die lebensgeschichtliche Bedeutung der Stimmen ist ebenfalls Ausgangspunkt in der von Stone & Stone (1993) entwickelten „Voice Dialogue“ – Methode. Sie basiert auf der Annahme, dass die Persönlichkeit eines Menschen mehrere Subpersönlichkeiten umfasst, welche der Therapeut in dem Stimmendialog auf respektvolle Art und Weise nach ihren Eigenschaften und Funktionen befragt. Im Idealfall erläutert die Stimme in diesem Dialog ihre Funktion. Hierbei treten Schwachpunkte und tiefer liegende emotionale Themen des Stimmenhörers hervor, welche verdeutlichen, wo der Stimmenhörer Defizite aufweist, jedoch auch welchen Schutz die Stimme bieten möchte. Der Therapeut akzeptiert die psychische Realität der Stimmen und modelliert durch den Dialog ein alternatives Benehmen. Es handelt sich nach Corstens & Romme (2005) um eine Methode, die nicht interpretierend vorgeht, sondern direkte Veränderung im starren System, in dem sich stimmenhörende Menschen oft befinden, erreichen kann (vgl. ebd., 2005, 65 ff).

Zu den eher langfristigen Techniken zählt Romme (2005) diejenigen, bei denen weniger die Stimmen, sondern mehr die aktuellen Umstände und zugrunde liegenden Probleme im Vordergrund stehen (vgl. Corstens & Romme, 2005, S. 69).

Hierzu gehört neben der therapeutischen Traumabewältigung die Rehabilitation in ein soziales Gefüge. Die entscheidenden Bestandteile dieses Prozesses sind funktionierende Beziehungen sowohl im Privaten als auch hinsichtlich der sozialen und therapeutischen Hilfsangebote, Mitteilung fundierter Informationen über die Stimmen, Anerkennung der Gefühle und Erfahrungen des Stimmenhörers und soziale Autonomie. Es geht hier vor allem darum, den Stimmenhörer und seine Erfahrungen in den Hilfsprozess miteinzubeziehen, um Abhängigkeiten zu vermeiden und Selbstbewusstsein sowie Selbstbestimmung zu fördern (vgl. Romme, 1997, S. 234 ff).

Amering (2005) betont, dass das Wesentliche aller therapeutischen Ansätze die Schaffung einer vertrauensvollen Beziehung ist und die Möglichkeit bestehen sollte, die Stimmen „besprechbar“ zu machen (vgl. ebd., 2005, S. 106). Zudem sollte von professioneller, aber auch familiärer bzw. privater Seite davon ausgegangen werden, dass diese von den stimmenhörenden Menschen wahrgenommene Realität tatsächlich existiert (Jenner, 1997, S. 221).

Obwohl einige der beschriebenen Ansätze versuchen, dem Betroffenen eine bestimmte Sichtweise zu suggerieren, wird von größten Teilen der Stimmhörer Bewegung jede Erklärung akzeptiert, die der Person hilft, die Stimme in sein Leben zu integrieren.

10.) Die Stimmhörer Bewegung

Seit den siebziger Jahren haben Betroffene Initiativen aller Art ins Leben gerufen, welche die Eigenverantwortung und den Austausch untereinander stärken sowie das Informationsangebot und die Position des Patienten verbessern sollen.

Die Bewegung der Stimmenhörer wurde Ende der 80er Jahre des letzten Jahrhunderts durch Patsy Haagan, eine sogenannte Expertin durch Erfahrung, und Marius Romme, ihren Psychiater, den Experten durch Beruf ausgelöst, indem sie ihn fragte, warum er an einen Gott glaube, den niemand sehen könne, aber nicht an ihre Stimmen glauben könne, die doch zumindest sie höre und die für sie real seien (vgl. Baker, 2005, S. 23). Kurz darauf traten beide in einer bekannten niederländischen Talkshow auf und stellten das Phänomen erstmalig einer breiten Öffentlichkeit vor. Die Resonanz war (wie oben unter 4. Mögliche Auslöser dargestellt) erstaunlich. Es folgte ein erster Kongress und weitere Studien, in denen stimmenhörende Menschen aufgrund neuer Erkenntnisse zum ersten Mal ihrem bislang automatischen Status als „Patienten“ enthoben wurden (vgl. Romme & Escher, 1989; 1997). In den nächsten

Jahren gründeten sich in den Niederlanden die Selbsthilfeorganisation „Weerklang“ (Nachhall) und in Großbritannien das „Hearing Voices Network“. Letzteres wurde von Paul Baker ins Leben gerufen, dem Bruder eines Stimmhörerers. Er schreibt hinsichtlich seiner Motivation folgendes:

Das Netzwerk wurde geschaffen, um Stimmhörer zu unterstützen, das Erlernte selber in den Griff zu bekommen. Grundsätzlich gilt: Für das Erlebnis des Stimmhörens gibt es verschiedene Erklärungen, die den Betroffenen Mut machen und sie in die Lage versetzen, mit dieser Erfahrung positiv zu leben. Es gibt Menschen, denen es gelingt, auch ohne Medikamente mit ihren Stimmen zu leben, und die unabhängig von gängigen schulmedizinischen Vorstellungen neue Erklärungen für die Stimmen gefunden und damit anderen Menschen geholfen haben. Das von diesen Menschen erworbene Wissen lässt sich zum Wohle vieler anderer weitervermitteln. Menschen, die Stimmen hören und lernen möchten, mit den Stimmen besser zurechtzukommen, finden Unterstützung in Selbsthilfegruppen. Dort können sie Erfahrungen austauschen, erfahren das Neueste über Ursachen und richtiges Verhalten und helfen sich gegenseitig. (Baker, 2005, S. 28)

In Deutschland wurden die ersten Psychose-Seminare von Thomas Bock und Dorothea Buck in Hamburg veranstaltet und haben in den folgenden Jahren rasche Verbreitung gefunden.

Der erste Kongress zum Thema „Stimmenhören“ wurde 1991 von Ursula Plog ins Leben gerufen. Es nahmen 20 stimmenhörende Menschen daran teil. 1997 entstand auf Anregung von Hannelore Klafki, einer sehr engagierten Stimmhörerin, erst eine Selbsthilfegruppe und kurz darauf eine Trialoggruppe für stimmenhörende Menschen, ihre Angehörigen, Freunde, am Stimmenhören Interessierte und Professionelle in Berlin.

Schließlich wird 1998 das „Netzwerk Stimmenhören e. V.“ (NeSt) gegründet. Seine Aufgabe besteht in der Information und Beratung von Menschen, die Stimmen hören, deren Angehörigen und in der Psychiatrie oder Psychotherapie Tätigen. Das Netzwerk setzt sich für ein neues Verständnis von Stimmenhören und eine andere Herangehensweise an das Phänomen ein. Es kritisiert die Behandlung von Stimmen in der Psychiatrie als formales Kriterium einer seelischen Erkrankung und die vorwiegende Behandlung durch Medikamente. Statt dessen sollte den Inhalten und der Funktion der Stimmen vermehrt Beachtung geschenkt werden (vgl. NeSt, 2001, S. 6). Ziel ist es, einen gleichberechtigten Trialog zwischen Erfahrenen, Angehörigen und den in diesem Bereich tätigen Personen zu fördern. So bietet das Netzwerk neben Selbsthilfegruppen, in denen sich lediglich Erfahrene austauschen, auch Trialoggruppen an. Alle zwei Jahre findet ebenfalls in dieser trialogischen Form ein Kongress statt. Der letzte Kongress im Oktober 2005 beschäftigte sich mit dem Thema: „Mit Stimmen sprechen“. Im Rahmen dieser Veranstaltungen werden stimmenhörende Menschen oft als

„Experten durch Erfahrung“ bezeichnet, um deutlich zu machen, dass die sogenannten „Professionellen“, d. h. die „Experten durch Beruf“ viel von diesem durch jahrelange Erfahrung erworbenen Expertentum lernen können und sollten.

In der Informationsbroschüre über das Netzwerk heißt es:

Toleranz steht an erster Stelle. Das heißt, wir akzeptieren jede Erklärung, die ein Stimmen hörender Mensch für seine Stimmen gefunden hat, wenn sie ihm hilft, die Stimmen in sein Leben zu integrieren. (...) Unser gemeinsamer Nenner dabei ist, (neue) Bewältigungsstrategien zu entwickeln und zu festigen.

Die Förderung des Erfahrungsaustausches wird neben den Gruppenangeboten, Kongressen und Seminaren auch durch das Diskussionsforum im Internet gestärkt. Im Bereich der Öffentlichkeitsarbeit sollen Vorurteile in der Gesellschaft abgebaut werden. So gab es zum Beispiel am 14. September, dem Welttag des Stimmenhörens, einen Informationsstand am Alexanderplatz, der eine große Anzahl von Menschen erreicht hat.

In dem vierteljährlich erscheinenden Rundbrief, „Unser kleines Stimmenhörer-Journal“, werden Erfahrungsberichte, Gedichte und Artikel zum Thema publiziert.

Zusammenfassend lässt sich sagen, dass das Netzwerk den Untersuchungsergebnissen und Vorschlägen des niederländischen Psychiaters Marius Romme weitestgehend folgt und somit von einem Bezug der Stimmen zur Lebenssituation der Betroffenen ausgeht. Es geht folglich darum, die Stimmen in das Leben der stimmenhörenden Menschen zu integrieren und ihnen zuzuhören, anstatt sie „abtöten“ zu wollen (vgl. NeSt, 2001, S. 20).

Aufgrund der weltweiten Verbreitung der Selbsthilfebewegung, die sich auch an den vielfältigen Aktionen am Welttag Stimmenhören in über 15 Nationen gezeigt hat, wurde 1999 das internationale Netzwerk „Intervoice“ gegründet, in dessen Internetforum beispielsweise Ärztinnen aus Indien und Stimmenhörer aus Neuseeland ihre Erfahrungen austauschen.

Diese Entwicklung der letzten Jahrzehnte macht deutlich, dass das Phänomen nicht zuletzt dank der Arbeit vieler oft ehrenamtlich tätiger Mitarbeiter langsam an Öffentlichkeit gewinnt und die Selbsthilfe-Bewegung stetig am Wachsen und Erstarken ist, um sich gegen vorherrschende Stigmatisierung zu behaupten und die Normalität des Stimmenhörens zu betonen. Zum Abschluss die letzte Strophe eines Gedichts von Hannelore Klafki:

Was gestern war, war nicht so gut.

Was morgen kommt? – Ich weiß es nicht.

*Heut hab ich wieder neuen Mut
und schau´ euch aufrecht ins Gesicht.*

(Klafki, 2006, S. 64)

11. Zusammenfassung und Integration

Wie gezeigt ist Häufigkeit und Ausprägung des Stimmenhörens sowohl von soziokulturellen Faktoren als auch von ganz persönlichen Erfahrungen und Eigenschaften des Betroffenen abhängig. Meist spielen traumatische Ereignisse zunächst als Auslöser eine wichtige Rolle, jedoch ist die weitere Verarbeitung und der Umgang mit dem Phänomen dann von psychischer Konstitution, Unterstützung der Umwelt und Annahmen über Macht und Ursprung der Stimmen bestimmt. Erklärungsansätze spielen demnach eine besonders wichtige Rolle, um einen geeigneten Umgang mit den Stimmen zu entwickeln. Hier gibt es teilweise große Unterschiede zwischen den Erklärungen der Betroffenen und denen der außenstehenden Helfer. Bei der Bewältigung von durch die Stimmen ausgelösten Ängsten setzen viele kognitive Therapien bei der Veränderung dieser Annahmen an.

Große Fortschritte in der Erforschung des Phänomens konnten durch Vergleiche mit stimmenhörenden Personen gemacht werden, welche mit ihren Stimmen umzugehen gelernt haben. Hier sind neben persönlicher Stärke und Unterstützung der Umwelt vor allem die Entwicklung einer gleichberechtigten Beziehung und einer wohlwollenden Interpretation der Stimmen und ihrer Inhalte hilfreich. Auch zeigte sich, dass Stimmenhören keinesfalls mit Krankheit gleichzusetzen ist, sondern diese oft erst aus der Unfähigkeit, mit den Stimmen umzugehen, resultiert. Aufgrund des oft fehlenden Verständnisses für die Erfahrungen der Stimmenhörer und der vielfach unzureichenden Behandlung in der Psychiatrie finden viele Betroffene Unterstützung in verschiedensten Angeboten der Stimmhörer Netzwerke.

Die möglichen Zusammenhänge zwischen den genannten Aspekten des Stimmenhörens sollen in folgendem Schaubild verdeutlicht und zusammengefasst werden:

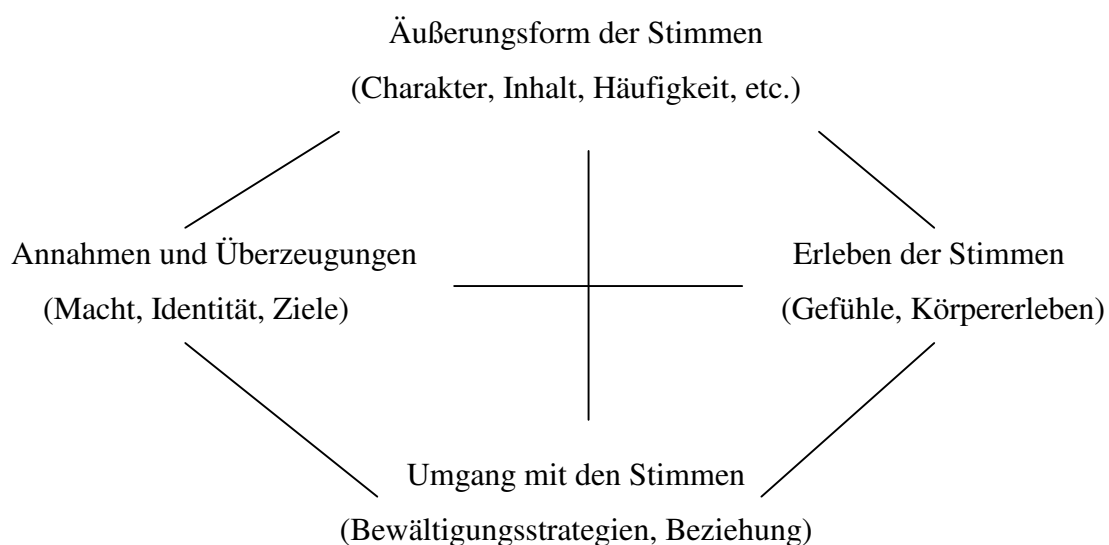


Abbildung 1

Das Schaubild kann die möglichen Wechselwirkungen zwischen den Stimmen, den Annahmen über diese, den von ihnen ausgelösten Gefühlen und dem Umgang mit den Stimmen verdeutlichen. So hängt der Umgang mit den Stimmen nicht eindeutig von den Stimmen selbst ab, sondern wird zusätzlich durch vorhandene Annahmen beeinflusst. Diese wirken sich wiederum auf das Erleben aus, welches ebenfalls den Umgang bestimmt. Verändert sich einer dieser drei Faktoren, so kann dies Rückwirkungen auf den Charakter der Stimmen haben. Bleiben die Stimmen unverändert, so kann ein anderer Umgang beispielsweise Annahmen verändern und so das Erleben positiv beeinflussen. So wählen die vorgestellten Therapierichtungen jeweils unterschiedliche Ansatzpunkte, um eine Verbesserung der Lebensqualität des Betroffenen zu erzielen. Einige Theorien gehen davon aus, dass die Annahmen und Überzeugungen als Mittler fungieren, und postulieren folgenden Zusammenhang:

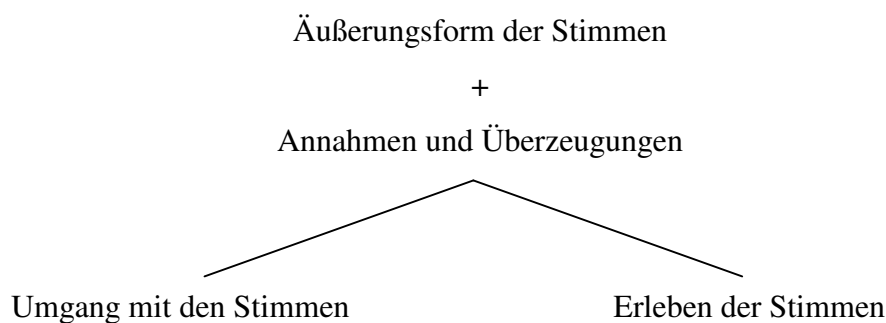


Abbildung 2

Jedoch stellten auch die Verfechter dieses Modells (z. B. Birchwood & Chadwick, 1994) fest, dass sich bei Änderung der Annahmen ebenfalls Häufigkeit und Dauer der Stimmen verringerten.

Da das erste Modell sowohl diesen als auch andere potentielle Zusammenhänge deutlich macht, hat es bei der vorliegenden Untersuchung als theoretische Grundlage gedient, die auch in die Erstellung des Interviewleitfadens eingeflossen ist (siehe Anhang).

III. Fragestellung und Zielsetzung der Arbeit

Wie oben bereits deutlich wurde, beschränkt sich die Forschung zum Stimmenhören meist auf die Untersuchung von Personen, die mit einer Störung des schizophrenen Formenkreises diagnostiziert wurden (siehe 9. Therapeutische Ansätze). Jedoch gibt es, wie Romme & Escher (zuerst 1989) zeigen konnten, viele Menschen, die gut mit diesem Phänomen leben können und vielleicht niemals eine psychiatrische Einrichtung betreten haben. Andere lernen eventuell nach einem längeren Psychiatrieaufenthalt und anhaltenden Stimmen, mit diesen umzugehen. Aufgrund der vielen möglichen Wege, schließlich die Schockphase (vgl. 8. Umgang mit Stimmen) zu überwinden und die Stimmen in das eigene Leben zu integrieren, wird in der vorliegenden Arbeit nicht zwischen verschiedenen Diagnosen bzw. Erst- oder Folgeerkrankungen der Stimmen unterschieden. Statt dessen geht es um die Untersuchung der möglichen Wege, auf denen Menschen lernen können, die Stimmen als Teil ihres Lebens zu akzeptieren, und es schaffen, die Stimmen so in ihr Leben zu integrieren, dass sie dieses mit Stimmen meistern können.

Aus diesen Überlegungen leitet sich folgende Forschungsfrage ab: **„Wie beschreiben erfahrene stimmenhörende Menschen die Integration der Stimmen in ihr Leben und welche Faktoren sehen sie hierbei als wesentlich an?“**

Als Interviewpartner wurden demnach Stimmenhörer ausgewählt, die seit längerer Zeit Stimmen hören oder über einen längeren Zeitraum Stimmen gehört haben. Im Laufe ihres Lebens mit den Stimmen sollte sich eine Akzeptanz und eine Art gleichberechtigter Umgang eingestellt haben, so dass die Personen nicht (mehr) auf die Hilfe der Psychiatrie angewiesen sind. Aufgrund der langjährigen Erfahrung und des guten gesundheitlichen Befindens zur Zeit der Befragung können die Personen retrospektiv Auskunft darüber geben, was ihnen aus subjektiver Sicht auf diesem Weg geholfen hat. Hierbei spielt es keine Rolle, wie schnell die Personen den Umgang mit den Stimmen erlernt haben, d. h. wie lang und beschwerlich der Weg war. Es geht bei der Untersuchung vielmehr um die Tatsache, dass die befragten Personen es geschafft haben, die Stimmen als Teil ihres Lebens zu akzeptieren und nicht unter ihnen zu leiden.

Hierbei liegt der Schwerpunkt der Befragung auf dem Prozess und der Entwicklung der Person mit ihren Stimmen im Zeitraum des Stimmenhörens. Besondere Beachtung wird der Veränderung der Äußerungsform der Stimmen, ihres Erlebens, den Annahmen über sie und dem Umgang mit den Stimmen geschenkt. Als theoretische Grundannahme und Orientierung dient hierzu das unter II. 11. (Zusammenfassung und Integration) dargestellte Modell,

welches von einer potentiellen gegenseitigen Beeinflussung aller vier Faktoren ausgeht und eine Schlussfolgerung aus dem vorhandenen Theoriespektrum darstellt.

Im Zentrum dieser empirischen Untersuchung steht die subjektive Wahrnehmung des Entwicklungsprozesses und derjenigen Faktoren, die zu einer Verbesserung der Lebenssituation geführt haben. Da es sich beim Stimmenhören ebenfalls um ein ausschließlich subjektiv wahrnehmbares Phänomen handelt, bietet sich die Form des problemzentrierten Interviews an, um einen tieferen Einblick in die gestellte Forschungsfrage zu erlangen. Die oben genannte Frage kann durch folgende zentrale Fragen konkretisiert und erweitert werden:

- Welche Rolle haben die vier Faktoren Äußerungsform, Erleben, Annahmen und Umgang auf dem Weg gespielt?
- Haben sich diese Faktoren über die Zeit verändert und falls ja, wie?
- Auf welche Art und Weise interagieren diese Faktoren?
- Welche weiteren Aspekte werden von den Personen als hilfreich empfunden?

Einerseits soll so überprüft werden, welche Rolle eine Veränderung der Annahmen über die Stimmen spielt und ob diese von den Betroffenen als hilfreich wahrgenommen wird. Andererseits kann die Wahrnehmung der Veränderung anderer Faktoren als hilfreich oder hinderlich in dem Prozess ausgemacht werden.

Es soll sich bei der vorliegenden Arbeit um eine Pilotstudie handeln, die Hinweise bieten kann, welche Faktoren die Beziehung zwischen stimmenhörender Person und Stimme beeinflussen. Im Gegensatz zu anderen Untersuchungen liegt der Schwerpunkt auf der Betrachtung des Verlaufes und der Veränderung verschiedener Faktoren in Abhängigkeit voneinander. In Anlehnung an die Untersuchung von Birchwood & Chadwick (1994), die einen dieser Faktoren verändert haben und so folgende Veränderungen beobachten konnten, werden die Veränderungen ohne therapeutischen Einfluss untersucht. Dem liegt die Hypothese zugrunde, dass eine Veränderung auch von jedem anderen der vier genannten und hauptsächlich zu untersuchenden Faktoren ausgehen kann.

Es liegt in der Natur retrospektiver Erzählungen, dass über die interessierenden Zusammenhänge in Form subjektiver Konstruktionen bzw. Geschichten aus einer aktuellen Sichtweise heraus berichtet wird. Dies birgt jedoch die Chance, von erfahrenen Stimmenhörern zu lernen. Anstoß zu der vorliegenden Arbeit hat vor allem der eindringliche Bericht von Andreas Gehrke (2003) gegeben, der in seinem Buch „Aufbruch aus dem Angstkäfig“ seinen Weg hin zu Selbstbestimmung und Verantwortung schildert. Berichte dieser Art können einen wichtigen Beitrag für das Verständnis und den Umgang mit diesem Phänomen liefern und bilden daher die Grundlage dieser Arbeit.

IV. Methodisches Vorgehen

Um der oben formulierten Fragestellung nachzugehen, wurden in der vorliegenden Arbeit qualitative Forschungsmethoden ausgewählt. Diese werden im Folgenden in Abgrenzung und Ergänzung der quantitativen Methoden beschrieben.

1. Qualitative Forschung

*„Menschen denken, fühlen und handeln immer auch auf der Grundlage subjektiver Bedeutungen. Die Psychologie kann an diesen subjektiven Sinnstrukturen nicht vorbei.“
(Mayring, 1995, S. 34)*

Die Berücksichtigung subjektiver und sozialer Bedeutungen bzw. Sichtweisen stellt ein wesentliches Kennzeichen qualitativer Forschung dar. Ein Grundgedanke qualitativer Ansätze ist daher ebenfalls, sich von der im Rahmen quantitativer Forschung angestrebten *Objektivität* der Untersuchung zu lösen und statt dessen die Kommunikation des Forschers mit den Beteiligten zum Bestandteil der Erkenntnis zu machen (vgl. Flick, 2005, S. 19).

Qualitative Forschung beinhaltet weiterhin ein spezifisches Verständnis des Verhältnisses von Gegenstand und Methode. Dies bedeutet, dass der zu untersuchende Gegenstand Bezugspunkt für die Auswahl von Methoden ist. Gegenstände werden hierbei nicht in einzelne Variablen zerlegt, sondern in ihrer Komplexität und Ganzheit in ihrem alltäglichen Kontext untersucht. Ziel der Forschung ist folglich weniger, Bekanntes zu überprüfen, als Neues zu entdecken (vgl. Flick, 2005, S. 17).

In der quantitativen Forschung kann der Ablauf in eine lineare Abfolge konzeptioneller, methodischer und empirischer Schritte aufgeteilt werden, welche nacheinander und unabhängig voneinander durchgeführt werden können. Hingegen ist bei qualitativer Forschung eine wechselseitige Abhängigkeit der einzelnen Bestandteile des Forschungsprozesses zu berücksichtigen (vgl. Flick, 1995, S. 57).

Diese erklärt sich durch das Verhältnis von Theorie und Empirie, welche Hoffmann-Riem (1980) folgendermaßen beschreibt:

„Das Prinzip der Offenheit besagt, dass die theoretische Strukturierung des Forschungsgegenstandes zurückgestellt wird, bis sich die Strukturierung des Forschungsgegenstandes durch die Forschungssubjekte herausgebildet hat.“ (Hoffmann-Riem, 1980, S. 343)

Insgesamt gibt es viele unterschiedliche Forschungsprogramme und methodische Ansätze, die unter dem Begriff „Qualitative Methoden“ zusammengefasst werden. Ihre Kennzeichen sind

demnach lediglich „Bestimmungselemente“, welche die oft sehr heterogenen Ansätze qualitativer Forschung verbinden, wobei diese in den einzelnen Richtungen jeweils unterschiedlich gewichtet, interpretiert, spezifiziert und durch weitere Kennzeichen ergänzt werden (Steinke, 1999, S. 16).

Flick (2005) nennt folgende gemeinsame Aspekte der vielen unterschiedlichen theoretischen Positionen:

- Verstehen als Erkenntnisprinzip: Das untersuchte Phänomen soll von innen heraus verstanden werden, z. B. die Sicht des Subjekts, der Ablauf sozialer Situationen.
- Fallrekonstruktion als Ansatzpunkt: Zunächst wird am Einzelfall angesetzt, bevor andere Fallanalysen vergleichend herangezogen werden, um eine Typologie zu entwickeln.
- Konstruktion von Wirklichkeit als Grundlage: Subjekte konstruieren über ihre Sicht auf ein bestimmtes Phänomen einen Ausschnitt ihrer Wirklichkeit; in Gesprächen und Diskursen werden Phänomene interaktiv hergestellt und Wirklichkeit darüber konstruiert.
- Text als empirisches Material: Die Sicht des Subjekts wird als seine subjektive Theorie rekonstruiert bzw. formuliert, ein Interaktionsablauf wird aufgezeichnet und transkribiert (vgl. Flick, 2005, S. 48 ff).

Dem Ziel, Lebenswelten aus der Sicht der handelnden Menschen zu beschreiben, um damit zu einem besseren Verständnis sozialer Wirklichkeiten beizutragen, kann demzufolge nur mit Hilfe qualitativer Methoden nachgegangen werden. Um der oben (III. Fragestellung und Zielsetzung der Arbeit) beschriebenen Fragestellung nachzugehen, welche vor allem das subjektive Empfinden der Stimmen und der Beziehung zu ihnen beinhaltet, ist daher die Anwendung qualitativer Forschungsmethoden erforderlich. Die oben beschriebenen Kennzeichen bilden folglich die Grundlage für die vorliegende Arbeit.

Die Wahl der jeweiligen Methode wird unter 3. (Erhebungsmethode) bzw. 4. (Auswertungsverfahren) genauer beschrieben und erklärt.

2. Sampling, Feldzugang und Durchführung

Beim Sampling geht es um die Frage der Auswahl, das bedeutet in diesem Fall der Auswahl von Interviewpartnern. Für die vorliegende Untersuchung wurden, wie oben (unter III. Fragestellung und Zielsetzung der Arbeit) bereits beschrieben, Personen gesucht, die seit mehreren Jahren Stimmen hören bzw. über längere Zeit Stimmen gehört haben. Das heißt, dass das Hören von Stimmen zur Zeit des Interviews keine Voraussetzung für die Teilnahme war. Die Interviewpartner mussten jedoch eine Form der gleichberechtigten Beziehung zu ihren Stimmen aufgebaut haben, sich also nicht mehr von ihnen bedroht fühlen. Ein

Aufenthalt in der Psychiatrie bzw. die Einnahme von Medikamenten wurde bei den Befragungen zwar erfasst, war jedoch kein Auswahlkriterium.

Da bei den Interviews zu einem Großteil retrospektive Fragen beantwortet werden sollten, war vor allem die Fähigkeit zur Selbstreflexion, neben der Motivation, über die eigenen Erfahrungen und Gedanken zu berichten, eine notwendige Voraussetzung.

Bei der Auswahl der Interviewpartner wurde auf eine Gleichverteilung der Geschlechter geachtet. Zudem sollten die Personen nicht bereits bei einer vorhergehenden Diplomarbeit zum Thema „Stimmen“ befragt worden sein.

Die Interviewpartner wurden auf zwei verschiedenen Wegen kontaktiert: Zum einen über das Internetforum des Netzwerkes Stimmenhören, zum anderen über das vierteljährlich erscheinende Journal des Netzwerks, „Unser kleines Stimmenhörer-Journal“.

Die Anzeige forderte stimmenhörende Menschen dazu auf, den Prozess zu einem gleichberechtigten Umgang mit den Stimmen zu beschreiben und für andere zugänglich zu machen. Auf die Anzeige im Internet meldeten sich einige Stimmenhörer anonym per e-mail, zu einem Gespräch wollten sie sich jedoch nicht treffen. Aus diesen schriftlichen Kontakten sind einige interessante Diskurse entstanden, die mich hinsichtlich der folgenden Interviews beeinflusst haben. Der erste Interviewpartner, Herr A, meldete sich schließlich per Telefon auf die Anzeige im Journal. Obwohl er bereits bei einer älteren Diplomarbeit als Interviewpartner diente, befragte ich ihn dennoch, da sich seine Situation mit den Stimmen in den vergangenen fünf Jahren beträchtlich verändert hatte. Herr B meldete sich aufgrund der Anzeige im Forum, betonte jedoch zunächst, er wolle anonym bleiben und könne sich daher nicht zu einem Gespräch treffen. Schließlich willigte Herr B dennoch zu einem Treffen ein. Frau C meldete sich telefonisch auf den Vorschlag von Herrn A hin, sich doch ebenfalls zu beteiligen. Auch sie hatte die Anzeige im Journal gelesen, zögerte jedoch anfangs, ein Interview zu geben. Nach dem ersten Gespräch war sie allerdings sehr motiviert mitzumachen. Frau D meldete sich ebenfalls auf die Anzeige im Journal. Sie schrieb mir eine lange e-mail, in der sie einen Teil ihrer Geschichte erzählte. Wir verabredeten uns schriftlich zu einem Gespräch.

Alle Gespräche fanden außerhalb Berlins statt, so dass es teilweise weite Anreisewege gab. Bis auf das Gespräch mit Herr B fanden alle Gespräche in der Wohnung der stimmenhörenden Person statt. Um die Anonymität zu wahren, fand das Gespräch mit Herrn B in einem Park statt.

Vor Gesprächsbeginn wurden alle Interviewpartner über den Inhalt des Datenschutzvertrages (siehe Anhang) aufgeklärt und dieser anschließend von beiden Seiten unterzeichnet. Sowohl

die Namen der Gesprächspartner als auch weitere genannte Personen wurden in der gesamten Arbeit anonymisiert. Alle Ortsnamen werden lediglich mit dem Anfangsbuchstaben bezeichnet, um eine Identifizierung zu verhindern. Die weiter oben (siehe V. 1. Kurzfragebogen) tabellarisch aufgeführten Fragebogen-Ergebnisse enthalten soziodemographische Daten, welche nicht verändert wurden.

Die Interviews wurden zwischen dem 23. 8. 2006 und dem 4. 10. 2006 geführt. Durch den zeitlichen Abstand zwischen den Interviews konnten Erkenntnisse aus der Einzelauswertung in das im Anschluss geführte Gespräch eingebracht werden. Die Dauer der Interviews liegt zwischen 60 und 90 Minuten.

3. Erhebungsmethode

a) Das problemzentrierte Interview

Die bei den vorliegenden Interviews angewandte Erhebungsmethode ist das problemzentrierte Interview nach Witzel (1985). Hierbei handelt es sich um ein theoriegenerierendes Verfahren, welches weitgehend an die von Glaser & Strauss (1998) entwickelte „Grounded Theory“ angelehnt ist.

„Die Konstruktionsprinzipien des problemzentrierten Interview zielen auf eine möglichst unvoreingenommene Erfassung individueller Handlungen sowie subjektiver Wahrnehmungen und Verarbeitungsweisen gesellschaftlicher Realität.“ (Witzel, 2000)

Dieser Erkenntnisgewinn soll sich durch ein Wechselspiel zwischen Induktion und Deduktion vollziehen, so dass der vermeintliche Gegensatz zwischen Theoriegeleitetheit und Offenheit möglichst aufgehoben wird (vgl. Witzel, 2000). Im Gegensatz zu der Annahme, das theoretische Vorwissen lasse sich vollständig ausklammern (vgl. Kelle, 1996), steht die Forderung Witzels (2000), dieses Vorwissen offenzulegen und in der Erhebungsphase als „heuristisch-analytischen Rahmen für Frageideen im Dialog zwischen Interviewern und Befragten“ zu nutzen. Die Offenheit der Methode wird gewährleistet, indem spezifische Relevanzsetzungen der befragten Subjekte insbesondere durch Narrationen angeregt werden.

Der Ansatzpunkt für die Entwicklung dieser Methode wird von Witzel (1985) folgendermaßen beschrieben:

Die (...) Methode des problemzentrierten Interviews versteht sich als forschungspraktische Einlösung der Kritik an standardisierten Messverfahren der empirischen Sozialforschung und der Erkenntnis, dass der komplexe und prozessuale Kontextcharakter der sozialwissenschaftlichen Forschungsgegenstände kaum durch normierte Datenermittlung zu

erfassen ist, vielmehr situationsadäquate, flexible und die Konkretisierung fördernde Methoden notwendig sind. (Witzel, 1985, S. 227)

Im folgenden sollen die drei Grundpositionen des problemzentrierten Interviews näher ausgeführt werden:

1. Die Problemzentrierung: Sie kennzeichnet die Orientierung an einer gesellschaftlich relevanten Problemstellung. Dies hat die Offenlegung und Systematisierung des Wissenshintergrundes des Forschers zur Folge. Während des Interviews können so am Problem orientierte Fragen bzw. Nachfragen gestellt werden. Auch dem Befragten soll so die Reflexion über eigene und gesellschaftliche Lebensverhältnisse erleichtert werden.
2. Die Gegenstandsorientierung: Sie betont die Flexibilität der Methode gegenüber den unterschiedlichen Anforderungen des untersuchten Gegenstandes. Es stellt sich die Möglichkeit einer Methodenkombination, bei der Qualitatives Interview, biographische Methode, Fallanalyse und Gruppendiskussionen kombiniert bzw. integriert werden können.
3. Die Prozessorientierung: Diese bezieht sich auf die schrittweise Gewinnung und Prüfung von Daten, wobei Zusammenhang und Beschaffenheit der einzelnen Elemente sich erst langsam und in ständigem reflexiven Bezug auf die dabei verwandten Methoden herauschälen. Es wird also gegenstandsbezogen im Sinne von Glaser (1978) vorgegangen. Der Gesprächsverlauf sollte die Möglichkeit bieten, ein Vertrauensverhältnis aufzubauen, innerhalb dessen die Befragten ihre Problemsicht in Kooperation mit dem Interviewer entfalten und im Laufe des Gespräches weiterentwickeln können (vgl. Witzel, 1985; 2000).

b) Instrumente des problemzentrierten Interviews

Das problemzentrierte Interview besteht aus vier Teilelementen, die seine Durchführung ermöglichen und unterstützen:

1. Der Kurzfragebogen
2. Der Interview-Leitfaden
3. Die Tonbandaufzeichnung (Transkription)
4. Das Postskriptum/Kontextprotokoll

Diese werden im Folgenden näher beschrieben:

Mit Hilfe des **Kurzfragebogens** werden soziodemographische Daten der Interviewpartner schon im voraus erfasst, um den Gesprächsablauf nicht durch ein Frage-Antwort-Schema zu stören. Zudem dient der Fragebogen einer ersten Beschäftigung mit dem Thema und der daraus resultierenden Aktivierung von Gedächtnisinhalten des zu untersuchenden Problemgebietes. Die vorherige Beantwortung einiger wichtiger Fragen, wie z. B. zur Anzahl der Stimmen oder zum Beginn des Stimmenhörens, erleichtert den Gesprächseinstieg und

kann im weiteren Verlauf der Orientierung dienen (Witzel, 1985, S. 236). Das Ausfüllen des Bogens ermöglichte es schließlich, den Beginn der Tonbandaufzeichnung und des eigentlichen Interviews etwas hinauszuzögern und so die Atmosphäre etwas zu entspannen. Der in dieser Arbeit verwendete Kurzfragebogen befindet sich im Anhang. Die Ergebnisse befinden sich in tabellarischer Form unter V. 1. (Kurzfragebogen).

Der **Interview-Leitfaden** enthält die „Forschungsthemen als Gedächtnisstütze und Orientierungsrahmen zur Sicherung der Vergleichbarkeit der Interviews“. Weiterhin beinhaltet er Frageideen zur Einleitung einzelner Themenbereiche und eine vorformulierte Frage zum Gesprächsbeginn. So kann der Leitfaden „den Kommunikationsprozess als eine Art Hintergrundfolie“ begleiten. Er dient insofern auch der Kontrolle, ob die vorgesehenen Punkte im Laufe des Gespräches behandelt wurden (vgl. Witzel, 2000). Der Interview-Leitfaden für die im Rahmen dieser Arbeit geführten Gespräche beinhaltet drei große Themenbereiche, die an der Erfassung einer zeitlichen Entwicklung des Stimmenhörens orientiert sind:

1. Momentane Situation mit den Stimmen
2. Erstes Auftreten der Stimmen
3. Entwicklung und Zusammenhänge

Bei den Personen, die zum Zeitpunkt des Interviews keine Stimme(n) mehr gehört haben, hat es sich als hilfreich erwiesen, das Interview mit dem ersten Auftreten der Stimmen zu beginnen und somit chronologisch vorzugehen. Der Interview-Leitfaden befindet sich im Anhang.

Die **Tonbandaufzeichnung (Transkription)** erlaubt dem Interviewer, sich ganz auf den Kommunikationsprozess zu konzentrieren. Gleichzeitig können situative Bedingungen und nonverbale Äußerungen beobachtet werden. Zur Erfassung des Gesprächskontextes gehört ebenfalls die Rolle, die der Interviewer im Gespräch spielt. Nach Witzel (1985) ist die vollständige Transkription des Gespräches Voraussetzung für eine adäquate Analyse (vgl. ebd., 1985, S. 237). Die Transkription ist dabei genau genommen bereits der Auswertung zuzuordnen, da durch sie bereits erste Interpretationsschritte vorgenommen werden.

Die Verschriftung von Abläufen und Aussagen führt zumindest zu einer anderen Version des Geschehens. Jede Form der Dokumentation führt zu einer spezifischen Organisation des Dokumentierten. Jede Verschriftung sozialer Realitäten unterliegt technischen und textuellen Strukturierungen und Begrenzungen, die das Verschriftete in einer bestimmten Weise zugänglich machen. (Flick, 2005, S. 255)

Jaeggi, Fass und Mruck (1998) sehen diese selektive Vorinterpretation als Chance, Übertragungs- und Gegenübertragungsreaktionen wahrzunehmen, zu reflektieren und zu analysieren (vgl. ebd., 1998, S. 5).

Aufgrund der Übersichtlichkeit und einheitlichen Darstellung der Teilelemente des problemzentrierten Interviews, wird sowohl die Transkription als auch das Postskriptum, welches ebenfalls erste Interpretationsschritte enthält, in diesem Kapitel behandelt.

Die vorliegenden Interviews wurden alle mit einem Tonbandgerät aufgezeichnet und vollständig transkribiert. Nur so ist eine zu weit gehende Vorinterpretation zu vermeiden und es besteht die Möglichkeit, den gesamten Gesprächsverlauf in seiner Dynamik weitestgehend nachzuvollziehen. Die transkribierten Interviews befinden sich auf einer der Arbeit beigelegten CD. Die Regeln, nach denen die Interviews transkribiert wurden, sind im Anhang zu finden.

Das **Postskriptum** stellt eine „Postkommunikationsbeschreibung im Anschluss an jedes Interview“ dar, welche unmittelbar nach dem Gespräch erstellt wird (vgl. Witzel, 1985, S. 238). Es enthält eine Skizze zu den Gesprächsinhalten, Anmerkungen zu situativen und nonverbalen Aspekten sowie zu Schwerpunktsetzungen des Interviewpartners. Zudem werden spontane thematische Auffälligkeiten und Interpretationsideen notiert, welche der Auswertung dienen können (vgl. Witzel, 2000). Hierzu zählen sowohl Ereignisse, die unmittelbar vor einem Interview geschehen, wie z. B. die erste Begegnung, als auch Ereignisse nach Beendigung des Interviews, wie z. B. persönliche Gespräche. Aufgrund der geläufigeren Bezeichnung als **Kontextprotokoll** (vgl. Flick, 2005, S. 243), wird diese Bezeichnung im Folgenden der von Witzel (1985) verwendeten vorgezogen. Die Kontextprotokolle der im Rahmen dieser Arbeit geführten Interviews sind im Anschluss an die jeweiligen Transkripte auf der Material-CD zu finden. Sie enthalten unter anderem Überlegungen bezüglich der eigenen Rolle und Wirkung auf den Gesprächspartner, der Gesprächsdynamik, Wünschen und Vorstellungen des Interviewpartners und Aussagekraft hinsichtlich der Fragestellung.

c) Begründung der Methodenwahl

Die von Witzel beschriebene Interviewmethode bietet sich in vielerlei Hinsicht für die vorliegende Untersuchung an. Zum einen handelt es sich beim Hören von Stimmen, wie oben (II. Theoretische Grundlagen) dargestellt, um ein Phänomen, welches von der Mehrheit in der Gesellschaft als Symptom einer Krankheit angesehen wird. Die Frage, wie ein Leben mit Stimmen ohne damit einhergehende Probleme und Stigmatisierungen beschränkt werden

kann, macht die vorliegende Fragestellung auch zu einer „gesellschaftlichen Problemstellung“ im Sinne Witzels (1985).

Weiterhin steht, wie bereits mehrfach erwähnt, das subjektive Erleben und deren Beschreibung im Vordergrund der Arbeit. Witzel nennt als wesentlichen Aspekt „Handlungsbegründungen und Situationsdeutungen, die Subjekte angesichts gesellschaftlicher Anforderungen formulieren“ (vgl. Witzel, 1985, S. 228). Das Hören von Stimmen stellt neben einer gesellschaftlichen auch eine ganz persönliche und individuelle Anforderung dar, welche ebenfalls in ihrer subjektiven Problemsicht erfasst werden soll. Hier bietet das problemzentrierte Interview durch seine einerseits offene Herangehensweise und der Zentrierung auf ein bestimmtes Problem andererseits die ideale Erhebungsmethode. So wird den Interviewpartnern die Möglichkeit gegeben, ihre subjektive Sichtweise in narrativen Teilen des Interviews wiederzugeben. Diese Erzählung wird jedoch durch gleichbleibende Fragen und gegebenenfalls Nachfragen auf das Thema der Untersuchung begrenzt und unter Umständen auf dieses zurückgeführt. Die von Witzel (1985) vorgeschlagenen erzählungs- und verständnisgenerierenden Kommunikationsstrategien, welche hier nicht im einzelnen aufgeführt werden, dienen zudem als wichtige Anregungen für den Gesprächsablauf (vgl. Witzel, 1985, S. 244 ff). Insbesondere die oben beschriebene Prozessorientierung entspricht dem methodischen Verständnis der gewählten Auswertungsmethode, die im Folgenden beschrieben wird.

4. Auswertungsverfahren

a) Das zirkuläre Dekonstruieren

Die Methode des zirkulären Dekonstruierens wurde von Jaeggi, Faas und Mruck (1998) entwickelt. Ausgangsmaterial ist ein Text, um den sich der Forscher in „kreativen Gedankenschleifen intuitions- und theoriegeleitet“ bewegt. Ziel ist es, den Text zunächst zirkulär und rekursiv zu „dekonstruieren“, um ihn anschließend so zusammensetzen, „dass implizite Sinngehalte sichtbar werden können“. Hierdurch findet ein mehrfacher Perspektivenwechsel statt, durch den schließlich Bausteine für eine neuartige Theorie gefunden werden (vgl. Jaeggi, Faas & Mruck, 1998, S. 6). Die Autoren schlagen vor, die Auswertung in einer Art „Wellenbewegung“ vorzunehmen, in der sich der Forscher zeitweilig auf seine Intuition verlässt, um sich anschließend wieder dem Text zu nähern und die neuen Ideen an ihm zu überprüfen. Besonders bei der ersten Annäherung an den Text sollten spontanen Einfällen und kreativen Metaphern den Vorrang vor „vermeintlicher Exaktheit“ gegeben werden (vgl. Jaeggi, Faas & Mruck, 1998, S. 7).

Die Auswertung gliedert sich in zwei Phasen, deren erste eine Einzelauswertung jedes Interviews zum Ziel hat, die sogenannte Globalauswertung. Bei der zweiten Phase handelt es sich um einen systematischen Vergleich der einzeln ausgewerteten Interviews. Diese kann erst auf die Interviews angewendet werden, nachdem sie die erste Phase durchlaufen haben.

(1) Globalauswertung

Diese Phase dient der anfänglichen Strukturierung des Materials in sechs Schritten:

1. Formulierung eines Mottos für den Text
2. Zusammenfassende Nacherzählung
3. Die Stichwortliste
4. Der Themenkatalog
5. Die Paraphrasierung
6. Die zentralen Kategorien, interviewspezifisch

Jede Einzelauswertung beginnt mit einem **Motto**. Dieses ist entweder ein prägnanter Satz, der den Gesamteindruck des Textes widerspiegelt, oder ein treffender Ausdruck aus dem Text. So findet eine erste emotionale Auseinandersetzung mit dem Material statt, die zudem die Zuordnung zum Gesprächspartner erleichtern kann (vgl. Jaeggi, Faas & Mruck, 1998, S. 7). Die für diese Arbeit ausgewählten Leitsprüche entstammen in allen Fällen Aussagen der Interviewpartner, welche eine gewisse für die Person bezeichnende Grundeinstellung zu den Stimmen wiedergeben.

Bei der **zusammenfassenden Nacherzählung** handelt es sich um eine kurze Zusammenfassung, die wesentliche Aspekte des Gespräches beinhalten sollte. Die bei diesem Prozess zu setzenden Interpretationsschwerpunkte gilt es ebenfalls zu reflektieren. Aufgrund der Kürzung des umfangreichen Materials ist nun eine größere Übersichtlichkeit gegeben (vgl. ebd., S. 8).

Der nächste Schritt erfordert die Erstellung einer **Stichwortliste**, in die alle auffälligen, gehaltvollen Wort bzw. Begriffe des Textes chronologisch aufgenommen werden. Mit Hilfe dieses Arbeitsschrittes kann der Text weiter verkürzt und überschaubarer gemacht werden, um so erste Interpretationsversuche vorzunehmen. Trotz der Empfehlung von Jaeggi, Faas & Mruck (1998), lediglich für bestimmte Passagen des Textes ein solches Stichwortverzeichnis anzulegen (vgl. ebd., S. 9), wurden für die vorliegende Arbeit die kompletten Transkripte nach wichtigen Begriffen durchsucht. Nur so konnte sichergestellt werden, dass keine der im nächsten Arbeitsschritt erstellten Themenbereiche übersehen wurden. Zudem dient die Vollständigkeit im späteren Verlauf der eigenen Orientierung über das Datenmaterial.

Der Themenkatalog entsteht durch Extraktion von Oberbegriffen für gleichartige Sinnzusammenhänge oder Aussprüche aus der Stichwortliste. So entstehen eine Art „Vor-Kategorien“, welche durch „sensibilisierende Konzepte“, wie (Vor-) Urteile, Erlebnisse, Meinungen und Theorien der auswertenden Person, beeinflusst werden (vgl. ebd., S. 10). In der Darstellung der Ergebnisse dieses Arbeitsschrittes (siehe Anhang) werden exemplarisch ein bis zwei typische Beispiele des Stichwortverzeichnis zu den jeweiligen Themen genannt. Alle weiteren Schlüsselbegriffe sind lediglich anhand der Zeilennummer genannt und können so jederzeit bei Interesse nachgelesen werden. Aufgrund der Vielzahl an Begriffen und einer oft großen Ähnlichkeit wurde jedes Stichwort nur genau einem Thema zugeordnet. Aufgrund der Anregung nachfolgender Auswertungen, wurden die Themenkataloge der vorherigen Interviews teilweise erweitert. Diese nachträgliche Suche nach Themen fand stets im Anschluss an die vollständige Einzelauswertung statt.

Der nächste Arbeitsschritt ist die **Paraphrasierung**, welche auf Grundlage des Themenkataloges angefertigt wird. Im Vergleich zur Zusammenfassung stellt diese eine andersartige Interpretationsleistung dar. Subjektivität und Intuition sollen nun durch die gedankliche Vorstrukturierung des vorhergehenden Schrittes ergänzt werden. Einerseits können Themen zu Meta-Themen zusammengefasst werden, andererseits besteht die Möglichkeit, Themen zu erläutern und mit Beispielen zu belegen (vgl. Jaeggi, Faas & Mruck, 1998, S. 12). Die Themen, auf die Bezug genommen wird, werden jeweils in Klammern am Satzende angegeben.

Mit der Bildung **zentraler Kategorien** werden die vorherigen Arbeitsschritte auf einem höheren Abstraktionsniveau integriert. Bereits in dieser Phase soll versucht werden, kleine Theoriebestandteile auszuarbeiten. Die zentralen Kategorien dienen dazu, die verschiedenen Interviews für die nächste Phase (siehe unten) vergleichbar zu machen (vgl. ebd., S. 13 f.).

(2) Systematischer Vergleich

Diese zweite Auswertungsphase ist in drei Schritte unterteilt:

1. Synopsis
2. Verdichtung
3. Die komparative Paraphrasierung

Da die Autoren dem Hinzufügen anderer Methoden „je nach Fragestellung und Untersuchungsinteresse“ (vgl. ebd., S. 4) offen gegenüberstehen, ist zu Beginn der zweiten Auswertungsphase ein zusätzlicher Schritt eingefügt worden, die **Vergleichende Verlaufdarstellung**. Hierbei handelt es sich um eine stichpunktartige Zusammenfassung der

unterschiedlichen Verläufe des Stimmenhörens. Veränderungen wurden von den Interviewpartner sowohl hinsichtlich der Stimmen als auch bezüglich der eigenen Person beschrieben. Somit ergeben sich ebenfalls Veränderungen im Umgang bzw. der Beziehung zu den Stimmen, im Erleben, in den Annahmen über sie und im sozialen Umfeld. Ziel ist es, dem Leser einen überblicksartigen Vergleich zu liefern, bevor dieser in der komparativen Paraphrasierung vertieft wird. Die Darstellung erfolgt in tabellarischer Form, um eine größtmögliche Übersichtlichkeit zu garantieren.

Die **Synopsis**, die vergleichende Übersicht, erfolgt in Form einer Tabelle, in welcher das Vorkommen der zentralen Kategorien in den jeweiligen Interviews dargestellt wird. So wird deutlich, welche Kategorien besonders häufig vorkommen und welche eher selten. Im Gegensatz zu dem von Jaeggi, Faas & Mruck (1998) gemachten Vorschlag (vgl. ebd., S. 14) werden die zentralen Kategorien in den Zeilen und die Interviews in den Spalten eingetragen. In Klammern verweist eine Ziffer auf die Numerierung der Kategorie in dem jeweiligen Interview. Hierbei darf jedoch nicht aus den Augen verloren werden, dass im Rahmen qualitativer Forschung gerade auch die idiosynkratischen Kategorien Erkenntniszugewinn bedeuten.

Der zweite Schritt dieser Auswertungsphase besteht in der **Verdichtung** der zentralen Kategorien zu einem neuen Konstrukt. Somit ist hier besonders „genuin psychologisches Denken“ gefragt (vgl. ebd., S. 15). Bei diesem Prozess geht es weniger um das Finden eines logischen Oberbegriffs, als um die „Akzentuierung einer psychologischen Gestalt“. Hierzu lässt sich der Forscher von den bisherigen Arbeitsschritten inspirieren und intuitiv leiten. Damit die so gewonnenen Erkenntnisse im Sinne der Zirkularität mit dem Ausgangsmaterial in Verbindung stehen, schließt sich der letzte Arbeitsschritt an (vgl. ebd., S. 15).

In der **komparativen Paraphrasierung** werden sowohl Unterschiede als auch Gemeinsamkeiten der interviewten Personen auf Grundlage der im vorherigen Arbeitsschritt entwickelten Konstrukte herausgearbeitet. Durch dieses Vorgehen entstehen innerhalb des Konstrukts Variationen, inhaltliche Kontraste, Abgrenzungen und Überlappungen. Auf diese Art und Weise lässt sich überprüfen, ob sich das Konstrukt dazu eignet, „die Komplexität der angesprochenen Phänomene sinnvoll und nachvollziehbar zu strukturieren und damit zu reduzieren“ (vgl. ebd., S. 17). Die einzelnen Konstrukte können schließlich als Bausteine für eine umfangreichere Theorie dienen. So kann sich bei einer Gesamtbetrachtung der Konstrukte eine „psychologische Vernetzung“ abzeichnen, vor deren Hintergrund eine neue Gestalt entstehen kann (vgl. ebd., S. 17). In der vorliegenden Arbeit wurden die vier durchgeführten

Interviews in dieser Form zusammen ausgewertet. Dies entspricht dem Vorschlag der Autoren hinsichtlich der gemeinsam zu bearbeitenden Interviews.

b) Begründung der Methodenwahl

Das zirkuläre Dekonstruieren bietet sich insofern für die Auswertung an, als es sich um eine entlang der Methodologie der Grounded Theory für den beschränkten Rahmen von Diplomarbeiten entwickelte, pragmatische Deutungsvariante handelt.

Aufgrund der Hervorhebung der Zirkularität bei Jaeggi, Faas & Mruck (1998) schon in der Phase der Erhebung, stellt diese Methode eine hervorragende Ergänzung zum problemzentrierten Interview dar, bei dem die Prozessorientierung ebenfalls eine wichtige Leitlinie darstellt (siehe 3. a Das problemzentrierte Interview). Die Autoren fordern dazu auf, die übliche lineare Phasenfolge von Erhebung, Auswertung und Ergebnisdarstellung zu durchbrechen, um neuen Erkenntnismöglichkeiten Raum zu geben (vgl. ebd., S. 16).

Weiterhin heben sie die Wichtigkeit idiosynkratischer Elemente, die sich in Metaphern, ungewöhnlicher Wortwahl oder irritierenden Interaktionsformen darstellen können, hervor. Diese können einerseits „das Allgemeine noch mehr hervorheben oder zu dessen Revision und/oder Entfaltung zwingen“ oder andererseits auf die Biographie und den Sozialisationshintergrund einer Person verweisen (vgl. ebd., S. 17 f.). Diese Vorstellung entspricht dem Ziel der vorliegenden Arbeit, besonders den subjektiven Bedeutungen und Gedanken Raum zu geben und sie so verstehbar zu machen.

V. Darstellung der Ergebnisse

Die Darstellung der Ergebnisse ist in der oben (unter IV. 4. a Zirkuläres Dekonstruieren) beschriebenen Art und Weise gegliedert. Somit erfolgt nach der Darstellung der Ergebnisse des Kurzfragebogens eine Aufteilung der Ergebnisse in die Einzelauswertung und den systematischen Vergleich.

1. Kurzfragebogen

	Herr A	Herr B	Frau C	Frau D
1. Alter	60	42	60	64
2. Geschlecht	M	M	W	W
3. Familienstand	verheiratet	ledig	verheiratet	geschieden
4. Wohnsituation	gemeinsam mit Ehefrau	allein	gemeinsam mit Ehemann	allein
5. Tätigkeit	EU-Rentner	Medien-technik	Hausfrau	Hausfrau, Rentnerin
6. Stimmenhören seit	1986	1993/94	(1970) 1998	(1982) 1999
7. a) Anzahl der Stimmen zu Beginn	bis zu 6	1-2	1	1
7. b) Anzahl der Stimmen zur Zeit	keine	keine bzw. weiß man's?	1	3 (manchmal Chor)
7. c) Stimmen verstummt seit	Januar 2005	1997		
8. a) Sprechen über die Stimmen seit	1986	1994	(1970) 1998	(1982) 1999
8. b) Sprechen über die Stimmen mit	Ehefrau, Kinder, Freunde	Freunden	Ehemann, Kinder, Enkelkinder	Freunden, Familie, Interessierte
9. Kommunikation mit den Stimmen seit	Beginn	Beginn (keine Antworten)	Beginn	1999
10. Aufenthalt in der Psychiatrie	7-8 mal	keine	keine	1982 (kurz) 1999 (12 Tage)
11. Einnahme von Medikamenten	Haldol, später Risperdal, jetzt Lyogen (niedrige Dosis)	keine	keine	anfangs Haldol über 1 ½ Jahre, 1999 kurz unter Zwang

2. Einzelauswertung der Interviews

In den folgenden Abschnitten dieses Kapitels werden die Ergebnisse der Interviews in der Reihenfolge ihrer Durchführung dargestellt.

a) Interview mit Herrn A

(1) Motto – Herr A

„DAS, was sich wirklich geändert hat, bin ICH gewesen!“ (Z. 525f.)

Dieses Motto spiegelt die Einstellung von Herrn A wider, dass eine gute Beziehung zu den Stimmen nur durch seine eigene Veränderung möglich geworden ist.

(2) Zusammenfassung – Herr A

Herr A berichtet sehr anschaulich von seinen Stimmen, die ihm in den ersten 11 Jahren große Angst eingeflößt haben. Die Stimmen von Engeln und Teufeln haben ihn in eine Parallelwelt entführt, in der er keine Kontrolle mehr über die Dinge hatte. Aufgetreten sind die Stimmen zum ersten Mal 1986 zu einer Zeit, in der Herr A sowohl starken beruflichen als auch familiären Belastungen ausgesetzt war. In der Folgezeit rutschte er insgesamt in 15 Psychosen, die in regelmäßigen Abständen auftraten und ihn ca. 7-8 Mal in psychiatrische Kliniken brachten. Von den Ärzten hat Herr A nicht die erwartete und versprochene Hilfe erhalten.

Schließlich kam der Wendepunkt, als die Stimmen anfangen, nicht nur Herrn A, sondern auch seine Familienmitglieder zu bedrohen. Da ihm diese Situation unerträglich erschien, fing er an, sich gegen die Stimmen zur Wehr zu setzen, sich über sie zu stellen, anstatt sich von ihnen beherrschen zu lassen. Obwohl sich die Stimmen selbst dadurch nicht veränderten, gewann Herr A jedoch eine andere Einstellung zu den Stimmen. Er hatte keine Angst mehr vor ihnen, da ihm bewusst wurde, dass sie machtlos waren. Kurz darauf hat Herr A den Stimmen und später auch anderen Menschen Verletzungen verziehen, die sie ihm zugefügt haben. Als ihm klar wurde, dass auch er andere verletzt hatte, bat er sowohl die Stimmen als auch andere Menschen im Geiste um Verzeihung. Zunächst half diese Praxis wenig, doch je mehr Gefühle er hineinsteckte, desto effektiver wirkte sich dies auf die Beziehung zu den Stimmen aus, die er nun als Freunde für sich erkennen konnte. Herr A schildert sowohl, dass er von anderen Menschen ein positives Feedback bekam, als auch, dass die Stimmen leiser wurden. Es sei sehr wichtig, die Stimmen zunächst zu akzeptieren, um dann eine Freundschaft oder im Idealfall sogar eine liebevolle Beziehung zu ihnen aufzubauen zu können. Nur so könne man

lernen, dass einen die Stimmen dazu bringen wollen, die eigentliche Rolle, die einem im Leben zugedacht wurde, anzunehmen. Es gelte daher, in einem Interpretationsprozess den Kern dessen herauszufinden, was einem die Stimmen sagen möchten. Somit erklärt sich Herr A inzwischen auch den Ursprung der Stimmen in seinem Ich oder einer höheren Macht, die ihn auf die richtige Bahn lenken möchte.

Schließlich sind die Stimmen dann ganz verschwunden und Herr A konnte lediglich eine Stimme in der Meditation rufen. Es habe sich um seinen „persönlichen Teufel“ gehandelt, der ihn in der gleichen Art und Weise wie die anfänglichen Stimmen auf Dinge aufmerksam gemacht habe, die es für ihn noch zu bearbeiten galt.

Im Januar 2005 hat sich diese Stimme dann verabschiedet, worüber Herr A sehr traurig ist.

Rückblickend sei es für ihn notwendig gewesen, durch dieses tiefe Tal des Leidens und der Ängste zu gehen, um sich daraus aus eigener Willenskraft befreien zu können. Letztere sieht er als unabdingbar an, um notwendige Änderungen im Leben vornehmen zu können, die durch alleinigen Anstoß von außen nicht geschehen.

(3) Themenkatalog – Herr A

Aus Gründen der besseren Lesbarkeit befindet sich die Übersicht der jeweiligen Themen und der ihnen zugeordneten Stichwörter im Anhang und kann bei Interesse auf den Seiten 144-147 nachgeschlagen werden.

(4) Paraphrasierung – Herr A

Herr A denkt, dass das Stimmenhören von seiner ihn völlig überfordernden Lebenssituation ausgelöst wurde (2). Dazu beigetragen hat seine persönliche Entwicklung, die von Egoismus, Größenwahn und verdrängten Gefühlen bestimmt war (1). Die „wellenförmig“ auftretenden Stimmen zogen ihn in eine religiöse Parallelwelt hinein, die für ihn einen ganz realen Charakter hatte (3/7/24). Hier hatte er verschiedene Aufgaben zu erfüllen und Befehlen der Stimmen Folge zu leisten (3). Statt die Forderungen zu hinterfragen und sich dagegen zur Wehr zu setzen, erfüllte er die unmöglichsten Aufgaben (8). Er empfand tiefen Hass gegenüber den Stimmen, aber auch große Angst vor ihrer scheinbaren Macht und Kontrolle (6/11). Die Stimmen äußerten sich ihm gegenüber in sehr aggressiver Art und Weise, indem sie zum Beispiel damit drohten, ihn oder andere Familienmitglieder umzubringen, sollte er nicht ihre Befehle ausführen (4/6). Die Folgen waren, dass er in der „realen“ Welt überhaupt nicht mehr zurecht kam und von Selbstmordgedanken geplagt wurde (6/9/10). Schließlich kam Herr A an einen Punkt, an dem es für ihn unmöglich erschien, so weiterzumachen wie

bisher (12). Er lehnte sich zum ersten Mal gegen die Stimmen auf und begab sich somit aus der unterlegenen Position des „Kaninchens“ in die Machtposition der „Schlange“ (17/18). Die Stimmen änderten sich dadurch nicht, jedoch veränderte sich die Art und Weise, in der sie von Herrn A erlebt wurden (14/16). Er hatte keine Angst mehr vor ihnen und nahm daher auch die bedrohlichen Inhalte nicht mehr ernst (15/16/17). Als besonders wichtig bezeichnet Herr A den sich anschließenden Prozess des Verzeihens und des um Verzeihung Bittens (26). Dieser habe es ermöglicht, den Teufelskreis zu durchbrechen und ein freundschaftliches Verhältnis sowohl zu den Stimmen als auch zu anderen Menschen aufzubauen (18/19). So konnte er erkennen, dass die Stimmen ihm im „Kern“ nichts Böses wollten, sondern ihn auf bestimmte Dinge aufmerksam machen wollten, um ihn wieder auf eine „menschliche Bahn“ zu bringen (20/21). Die Stimmen stellten für ihn eine große Hilfe dar, indem sie ihn auf Themen aufmerksam machten, die es zu bearbeiten galt (28/29/30). Die von den Stimmen genannten Inhalte mussten von Herrn A in einem Interpretationsprozess übersetzt werden (20). Aufgrund der zielgerichteten und klugen Vorgehensweise der Stimmen versteht er sie auch heute noch als eine höhere, eventuell göttliche Macht (22). Etwas widersprüchlich scheint zunächst, dass er zudem davon ausgeht, dass die Stimmen aus seinem „inneren Ich“ kommen (22). Die Stimmen selber haben sich durch die Verzeihenspraxis lediglich in der Lautstärke, nicht jedoch im Charakter oder Inhalt verändert (14/26). Eine weitere Änderung kam in Folge des Interpretationsprozesses und der Bearbeitung von Themen (14/20/30). Die Stimmen verschwanden im „normalen“ Leben ganz und es konnte von Herrn A nun lediglich eine Stimme, sein „persönlicher Teufel“, in der Meditation gerufen werden (14/17/32). Er nutzte diesen als Ratgeber, um ihn bei seinem persönlichen Reifungsprozess um Hilfe zu bitten (13/28). Seit sich nun auch diese Stimme eines Tages von ihm verabschiedet hat, fehlt Herrn A der Gesprächspartner, den ein Stimmenhörer immer bei sich trägt (33/34). Durch die aus den Botschaften der Stimmen gezogenen Lehren hat sich das Weltbild von Herrn A grundlegend geändert (31). Er ist auf eine eklektische Art und Weise sehr religiös geworden und hat aufgrund der neu gewonnenen Selbstsicherheit seine Persönlichkeit festigen können (13/25). Herr A sieht die Ursachen für das Verschwinden der Stimme bzw. das Verschwinden der Ängste darin, die Stimmen erstmal zu akzeptieren (35). In einem nächsten Schritt sollte man ein freundschaftliches Verhältnis zu den Stimmen aufbauen, um sie schließlich zu lieben (35). Dieser Prozess ist für Herrn A die Grundlage jeder Art von Beziehung (38). Die Rolle der Psychiatrie in diesem Änderungsprozess sieht er sehr skeptisch (23/35). Vielmehr spielt der Veränderungswille jedes Einzelnen eine entscheidende Rolle (27/35).

Insgesamt bezieht Herr A sich öfters auf die Erfahrungen anderer Stimmenthörer oder betont, dass sich seine Erfahrungen nicht unbedingt verallgemeinern lassen (37/38). Er möchte, dass andere aus seinen Erfahrungen lernen, um so einen besseren Umgang mit ihren Stimmen zu finden (37/38). Dies nicht zuletzt, da die theoretischen Erkenntnisse in diesem Bereich noch nicht ausgereift sind (39). Einige Themen möchte Herr A in dem Gespräch lieber nicht vertiefen, so zum Beispiel die Sexualität oder Probleme auf der Arbeit (41). Auffällig waren Schwierigkeiten bei der Wortfindung sowohl bei der Nennung des Studienfachs als auch bei der Beschreibung seines egoistischen Verhaltens vor dem Beginn des Stimmenthörens (40).

(5) Zentrale Kategorien – Herr A

Eine tabellarische Übersicht der zentralen Kategorien und der ihnen zugeordneten Themen kann im Anhang auf Seite 148 nachgeschlagen werden.

b) Interview mit Herrn B

(1) Motto – Herr B

„Man kriegt da schon ´n tieferen Einblick in menschliche Strukturen.“ (Z. 1513)

Dieser Satz steht im Zusammenhang mit den vielfältigen und oft unerklärlichen Erfahrungen, die Herr B im Laufe seiner Zeit mit den Stimmen gemacht hat und die ihn nach wie vor faszinieren.

(2) Zusammenfassung – Herr B

Herr B erzählt sehr ausführlich und genau von der Situation, in der die Stimmen angefangen haben. Es handelte sich um eine sozial schwierige, über längere Zeit andauernde und sehr anstrengende Arbeitssituation, in der er anfang, vermeintlich reale Personen sprechen zu hören. Erst einige Monate später wird ihm klar, dass es sich damals schon um „akustische Halluzinationen“ gehandelt haben muss. Die Stimmen werden begleitet von paranoiden Wahnvorstellungen, die ihm soziale Kontakte fast unmöglich machen. Das Ende der Arbeitssituation kennzeichnet gleichzeitig eine Steigerung des Zustandes von Herrn B und eine Veränderung der Qualität der Stimmen. Er hört nun fast ausschließlich fremde Gedanken oder Sätze in seinem Kopf, die jedoch charakterliche Kennzeichen von Personen besitzen. Mit diesen „Wesen“, die er teilweise auch körperlich spürt, ist er emotional sehr eng verbunden und es fällt ihm zunächst schwer, sich in irgendeiner Form abzugrenzen.

Er unterscheidet zwei Arten von inneren Stimmen, zum einen die oben beschriebenen „höheren Qualitäten“, mit denen er später auch Verabredungen treffen konnte, und erst später auftretende sogenannte „Quälgeister“, die ausschließlich negative, zusammenhangslose Wortfetzen von sich geben. Ein wirklicher Dialog ist jedoch mit beiden nicht möglich.

Schließlich entwickelt er eine Technik, mit der er sich das eigene ausformulierte Denken verbietet, eine Art Meditation, die eine beruhigende Wirkung auf ihn hat und dadurch die Stimmen leiser werden lässt. Er lernt mit der Zeit auch, sich emotional von den Stimmen abzugrenzen, indem er versucht, diese zu ignorieren.

Als sich die „höheren Qualitäten“ eines Tages auf sein Zureden von ihm verabschieden, geht für Herrn B auch ein erheblicher Teil seiner emotionalen Erlebnisfähigkeit verloren.

Statt dessen hört er nun „Quälgeister“, die sich von ihm überhaupt nicht beeinflussen lassen. Allerdings führen hier die oben genannten Techniken dazu, dass auch diese Stimmen immer leiser werden und schließlich verstummen. Nach einiger Zeit ohne Stimmen erleidet Herr B einen Rückfall, in dem beide Stimmenarten wieder auftauchen und damit auch die frühere emotionale Erlebnisqualität. Als diese dann nach einigen Monaten verschwinden, schließt sich eine tiefe Depression an, die Herr B damit begründet, dass er sich nach dem vorherigen intensiven emotionalen Erleben zurückgesehnt habe.

Die Hilfe der Psychiatrie hat Herr B während dieser ganzen Zeit nicht in Anspruch genommen. Allerdings sucht er aufgrund erheblicher Konzentrationsschwierigkeiten eine Neurologin auf, die ihm jedoch nicht helfen kann. Auf Anraten einer Freundin geht er zur Drogenberatung, die ihm viel von seiner Angst nehmen kann, ganz alleine mit seinen Symptomen dazustehen. Herr B trifft sich daraufhin einige Male mit einem weiteren Neurologen, der ihm auch Medikamente anbietet. Diese lehnt er jedoch vehement ab, da er zu dieser Zeit den Auslöser für seinen Zustand in einer chemischen Substanz vermutet. Aufgrund mangelnder Hilfe, bricht er auch diesen Kontakt ab.

Eine feste Erklärung für die ihm widerfahrenen Phänomene hat Herr B bis heute nicht, er geht davon aus, dass alles möglich ist. Dennoch hat sich seine anfängliche Erklärung der Telepathie dahingehend erweitert, dass er nun davon ausgeht, dass die eigene Phantasie oder Erinnerung die Erlebnisse erzeugt, ähnlich wie in einem Traum. Allerdings besteht immer noch die Möglichkeit, dass wir mit den Erinnerungen oder Gedanken anderer Verbunden sind. Herr B sieht das Stimmenhören und den psychotischen Zustand als eine Facette des Menschen, die darin besteht, dass der Mensch die vielen ihn umgebenden Informationen nicht mehr abschirmen kann, d.h. filterlos wird, und seine Psyche versucht, diesen dann einen neuen Sinn zu geben. So ist der Inhalt letztlich von Erziehung und Kultur geprägt. Herr B

sieht die Erfahrung des Stimmenhörens als genauso real an, wie ein Traum oder unsere „Realität“ als real empfunden werden. Als Auslöser sieht Herr B oft das Zusammenbrechen des bis dahin aufgebauten Weltbildes.

Letztlich hat das Stimmenhören ihn gelehrt, dass jeder die Welt auf seine Art interpretiert und dass es daher zu vielen Missverständnissen kommen kann. Er kann nun lockerer an die Dinge herangehen und fühlt sich sicherer, da es ihm nicht mehr wichtig ist, was andere über ihn denken. Dennoch hätte Herr B nicht zuletzt aufgrund anhaltender Konzentrationsschwierigkeiten auf die Erfahrung verzichtet.

(3) Themenkatalog – Herr B

Der Themenkatalog und die zugehörigen Stichwörter können im Anhang auf den Seiten 149-154 nachgeschlagen werden.

(4) Paraphrasierung – Herr B

Als auslösende Situation könnte für Herrn B eine sehr anstrengende Arbeitssituation und die damit einhergehende extreme soziale Situation in Betracht kommen, in der für ihn keinerlei Rückzugsmöglichkeiten bestanden (2). Die Stimmen treten zunächst unbemerkt in sein Leben, so dass er die gehörten Äußerungen seinen Arbeitskollegen zuschreibt und es dadurch zu zwischenmenschlichen Schwierigkeiten kommt (3/11). Die Probleme im sozialen Umgang verschärfen sich durch paranoide Wahnvorstellungen von Herrn B, er solle umgebracht werden (10/11/23). Nach Beendigung seiner Arbeit verstärken sich seine Ängste, so dass er schließlich seine Eltern bitten muss, ihn abzuholen (12/23/29). Nachdem er es weder dort noch bei sich zu Hause aushält, zieht er zeitweilig zu einem Freund (10/29).

Das Ende der Tournee (Arbeit) bezeichnet Herr B als „Schnitt“, nach dem sich die Stimmen grundsätzlich verändert haben (12/13). Die vorherigen „akustischen Halluzinationen“ weichen Stimmen interner Art, die zwar nicht laut zu vernehmen sind, aber dennoch eindeutige Charaktereigenschaften haben (3/13). Herr B beschreibt ein Schlüsselerlebnis, eine Art „Inkarnationserlebnis“, mit dem die sogenannten „hohen Qualitäten“ begonnen haben (13).

Er hat nun Zugang zu Wesen einer Parallelwelt, mit welchen er sich emotional sehr eng verbunden fühlt (4/9). Ihm gelingt es nicht, sich in irgendeiner Form von den Stimmen abzugrenzen, statt dessen glaubt er an die von ihnen übermittelten „unmittelbaren Wahrheiten“ (7/8/9). Da Herr B in der Anfangszeit nicht viel arbeiten muss, kann er sich voll und ganz den Stimmen bzw. deren Erforschung hingeben (7). Mit den sich wandelnden „Stories“, in denen er lebt, verändern sich auch die Stimmen permanent (13).

Herr B nimmt zunächst an, dass es sich um Telepathie handelt, jedoch kann er hierfür letztlich keine Bestätigung finden (8). Er sucht ständig nach neuen Erklärungen und geht schließlich davon aus, dass ihm jemand eine chemische Substanz untergemischt hat (8).

Aufgrund großer Konzentrations- und Gedächtnisschwierigkeiten vor allem bei der Arbeit, geht Herr B zu einer Neurologin, um körperliche Schäden ausschließen zu lassen (19/25). Die Ärztin kann zwar einen Tumor ausschließen, hilft ihm aber ansonsten nicht weiter (25). Eine Bekannte von Herrn B rät ihm schließlich, zu einer Drogenberatungsstelle zu gehen (29). Dort kann er zum ersten Mal offen über seine Erfahrungen reden und erfährt, dass er nicht „einzigartig“ und „allein“ damit ist, sondern dass es sich um Symptome einer Psychose handelt (24/25). Diese Erfahrung beschreibt er als „Offenbarung“ (25). Er wird dort weitervermittelt an einen anderen Neurologen, der ihm jedoch auch bis auf ein paar Denkanstöße nicht weiterhilft (25). Die angebotenen Medikamente lehnt Herr B ab, da er immer noch vermutet, dass die Symptome durch chemische Substanzen ausgelöst wurden (26). Im Nachhinein ist er sich nicht sicher, ob eine anfängliche Beruhigung durch Medikamente nicht doch sinnvoll gewesen wäre (26).

Da Herr B schließlich einen Zusammenhang zwischen seiner eigenen Gedankenaktivität und den Stimmen entdeckt, lernt er, seine eigenen Gedanken zu kontrollieren und sich diese regelrecht zu verbieten (18/7). Diese „Technik“ führt dazu, dass die Stimmen leiser werden (13). Eine ebenfalls enge Verbindung besteht nach Herrn B's Erfahrung zu den eigenen Emotionen (20). Somit versucht er auch mit Hilfe seiner Art der Meditation sein „emotionales Engagement“ zu verringern (7/18/20). Hierbei helfen ihm auch seine Überlegungen dahingehend, dass es keinerlei Grund für eine derart tiefe emotionale Bindung zu den Stimmen gibt und ihn deren seelische Verfassung daher nicht zu interessieren hat (17). Er betont die Wichtigkeit, sich von den Stimmen genauso wie von Menschen abgrenzen zu lernen, um sich selbst treu zu bleiben (14). Auch gelingt es Herrn B irgendwann, Verabredungen mit den Stimmen zu treffen, so dass sie sich letztlich ganz verabschieden (13/14/33). Mit ihnen geht auch die „emotionale Erlebnisfähigkeit“ von Herrn B verloren, was ihm sehr zu schaffen macht (20/32).

Nach dem Verschwinden der „hohen Qualitäten“ treten neue Stimmen auf, sogenannte „Quälgeister“, die sich nun von ihm gar nicht mehr beeinflussen lassen und nur negative „Wortfetzen“ von sich geben (5/13). Bei dem Umgang mit diesen helfen Herrn B seine vorher erworbenen Techniken, so dass auch diese mit der Zeit immer weniger und leiser werden und schließlich ganz verschwinden (7/13/31/33). Nach einer Zeit ohne Stimmen erleidet Herr B einen Rückfall, der nach seiner Aussage plötzlich und „ohne Grund“ auftritt (30). Obwohl es

sich um eine ähnliche Arbeitssituation wie beim ersten Mal handelt, sieht Herr B hier keinen Zusammenhang, da er ja nun „gewappnet“ gewesen sei (2/30). In diesem Rückfall tauchen beide Arten von Stimmen erneut auf und somit auch wieder die alte emotionale Lebensqualität (30). Hier zeigt sich für Herrn B erneut der enge Zusammenhang zwischen Stimmen und Emotionen, da er diese nicht ohne Stimmen empfinden zu können scheint (20). Als die Stimmen nach einigen Monaten komplett verschwinden, schließt sich eine heftige Depression an, unter der Herr B mehr leidet als unter den Stimmen (32). Er sehnt sich nach seiner alten Lebensqualität zurück und hat diese auch bis heute noch nicht ganz wiedergefunden (32). Auch die Konzentrationsstörungen bereiten Herrn B immer noch Probleme, so dass er insgesamt lieber auf die Erfahrungen verzichtet hätte (32/34). Andererseits hat er sich durch die Erfahrung auch zum Guten verändert, er ist im Gegensatz zu früher sehr viel selbstsicherer geworden und legt keinen Wert mehr auf die Meinung anderer über ihn (1/34). Rückblickend ist Herr B der Ansicht, dass sich letztlich jeder selbst helfen muss, indem er lernt, die Wahrnehmung grundsätzlich zu hinterfragen (22/28). Jeder Mensch muss die ihn umgebenden Informationen interpretieren und da kann es an vielen Stellen zu Missverständnissen kommen (22). So sieht Herr B auch eine starke Parallele zwischen Träumen und Stimmenhören (21). Es ist möglich, dass die Phantasie dieses Phänomen ebenso gestaltet wie die eigenen Träume (21). Fraglich bleibt für Herrn B jedoch, ob diese Phantasieprodukte allein aus der eigenen Kultur und Sozialisierung stammen oder ob eine Art „telepathischer Abgleich“ mit anderen stattfinden kann (15/36). Aufgrund der vielen offenen Fragen, hält Herr B grundsätzlich alles für möglich (15/36). Als Auslöser für diese von der Psyche produzierte Parallelwelt sieht er das Zusammenbrechen des bis dahin aufgebauten Weltbildes (15). Auffällig ist, dass Herr B hier keine Parallele zu einem angenommenen Auslöser des Stimmenhörens bei ihm selbst zieht (2).

Da die Mechanismen, mit einer traumatischen Situation umzugehen bei allen Menschen vorhanden sind, gibt es nach Herrn B das Krankheitsbild der Schizophrenie gar nicht (27). Insgesamt sieht er viele der Ereignisse mit Humor und berichtet auch dementsprechend davon (38). Trotz häufigen Abschweifens findet Herr B dennoch meistens wieder zur eigentlichen Frage zurück (37). Auf andere Stimmenhörer bezieht er sich eher selten, jedoch erwähnt er, dass seine Meditationstechnik von anderen als hilfreich empfunden wurde (39).

(5) Zentrale Kategorien – Herr B

Die zentralen Kategorien und die ihnen zugeordneten Themen können im Anhang auf der Seite 155 nachgeschlagen werden.

c) Interview mit Frau C

(1) Motto – Frau C

„Seitdem ich Stimmhörerin bin, geht´s mir sehr gut, es ist mir noch nie so gut gegangen.“

(Z. 23 f.)

Dieses Motto bringt die glückliche Beziehung zum Ausdruck, welche Frau C mit ihrer Stimme seit einigen Jahren führt.

(2) Zusammenfassung – Frau C

Frau C beschreibt das erste Auftreten ihrer Stimme im Zusammenhang mit dem Tode ihres Vaters, als sie 24 Jahre alt war. Nachdem ihr Vater in Folge einer Operation verstirbt, hört sie zunächst Geräusche, wie ein Klopfen an der Tür, oder eine Stimme, die beruhigend mit ihrer zweijährigen Tochter spricht. Ab und zu sieht sie auch eine Gestalt im dunklen Zimmer. Aufgrund der Einbindung ihrer ganzen Familie in die neuapostolische Kirche, wird so lange für die Seele des Vaters gebetet, bis die Stimme verschwindet. Für Frau C schließt sich daraufhin eine Phase ihres Lebens an, die von verschiedensten Krankheiten geprägt ist. Sie bekommt eine Diagnose nach der anderen, bis es schließlich heißt, sie werde bald im Rollstuhl landen und von medizinischer Seite könne nichts mehr für sie getan werden. Daraufhin wendet sich Frau C alternativen Heilmethoden zu und beginnt selber eine Ausbildung zur Heilpraktikerin. Obwohl sich diese Methoden als hilfreich erweisen, werden sie von der Kirche scharf kritisiert. Eines Tages sieht Frau C in der Kirche verschiedenste Lichtgestalten und die Auren der Priester. Als sie wegen starker Schmerzen kurz darauf wieder einmal ins Krankenhaus kommt, um sich ihre Ohrspeicheldrüsensteine entfernen zu lassen, hört sie zum ersten Mal nach fast 30 Jahren wieder eine Stimme, die ihr sagt, sie solle sich nicht operieren lassen und ihr Leben selbst in die Hand nehmen. Die Stimme scheint zunächst göttlichen Ursprungs zu sein, da sie eine große Ruhe vermittelt. Frau C geht daraufhin nach Hause und behandelt sich mit Hilfe verschiedenster Entspannungs- und Meditationstechniken selber. Die Schwellungen gehen zurück und Frau C geht es Tag für Tag besser. Sie schildert ein weiteres Erlebnis mit der Stimme, bei dem sie in einer Art hypnotischen Zustand nacheinander alle Schmerzen durchlebt, die sie bis dahin gehabt hat. Die Stimme bezeichnet dies als geistige Heilung, in deren Folge Frau C tatsächlich schmerzfrei ist. In der Folgezeit geht sie aufgrund dahingehender Äußerungen der Stimme davon aus, dass es sich bei der Stimme um ihren verstorbenen Vater handelt.

Wegen der fehlenden Akzeptanz für ihre Erfahrung bei ihren Geschwistern und der Kirche, geht es Frau C eines Tages so schlecht, so dass sie sich entschließt zu sterben. Die Stimme bereitet sie zunächst noch auf das Sterben vor, doch nach einigen Stunden des Wartens auf den Tod fängt sie an, Frau C in scharfem Ton aufzufordern, aufzustehen und sich nicht gehen zu lassen. Während eines gemeinsamen Spaziergangs erklärt ihr die Stimme ihres Vaters, dass er sie aufgrund ihrer engen energetischen Verbindung seit seinem Tod begleite. Von nun an akzeptiert Frau C die Stimme als ihren geistigen Begleiter, als ihren Vater, und es besteht eine enge Beziehung. Dennoch kommt es zu einem kritischen Ereignis, bei dem sie plötzlich mehrere Stimmen hört, die sie davor warnen, ihre Verwandten wollen sie umbringen und ihr große Angst machen. Die Stimmen treten in einer schwierigen Familiensituation auf, in der ihr Schwager sie in die Psychiatrie bringen möchte, sie jedoch durch ihren Sohn davor bewahrt wird. Frau C schafft es trotz allem, sich von den Zweifeln der anderen zu lösen und auf ihr eigenes Urteilsvermögen zu vertrauen.

Von der Kirche distanziert sie sich schließlich komplett, als sie merkt, dass sie dort als Gefahr für die Gemeinde gesehen wird. Mit Hilfe der Stimme arbeitet Frau C schließlich ihre ganze Familiengeschichte auf, was ihr dabei hilft verschiedene Ereignisse besser zu verstehen. Insgesamt bezeichnet Frau C die Beziehung zu ihrer Stimme als sehr bereichernd und sie ist demzufolge glücklich, Stimmenhörerin zu sein.

Am Ende des Interviews spricht Frau C die Worte der Stimme ihres Vaters aus, der berichtet, dass es auch ihm sehr gut gehe und er eine glückliche Beziehung mit seiner Tochter führe. Er sehe und fühle die Dinge genauso wie seine Tochter und sei eine geistige Einheit mit ihr eingegangen. Er bittet um mehr Toleranz für Menschen, die Stimmen hören und mahnt, körperliche Erkrankungen als seelische Botschaften ernst zu nehmen. Es sei außerdem für die Menschen wichtig, sich mit dem Tod auseinanderzusetzen, um besser damit umgehen zu lernen.

(3) Themenkatalog – Frau C

Eine tabellarische Übersicht der Themen und der ihnen zugeordneten Stichwörter kann im Anhang auf den Seiten 156-160 nachgeschlagen werden.

(4) Paraphrasierung – Frau C

Als Grund für das Stimmenhören gibt Frau C die Absicht ihres Vaters an, bestimmte Dinge erklärbar machen zu wollen (16). So zum Beispiel die schwierige familiäre Situation und

seinen frühen Tod (1/2). Das familiäre Leben war bestimmt von kirchlichen Pflichten und Verboten, worunter Frau C seit ihrer Kindheit sehr gelitten hat (21/22).

So hört Frau C auch direkt nach dem Tod ihres Vaters Klopfgeräusche und eine Stimme, die beruhigend zu ihrem Kind spricht (2/3/4). In einer Art Wachtraum kommuniziert sie mit ihrem Vater, der sich bei ihr u.a. dafür entschuldigt, dass er so früh sterben musste (3/6). Hinzu kommen optische Eindrücke eines „geistigen Wesens“ (5). Die Erfahrungen beunruhigen Frau C etwas, aber geben ihr das Gefühl „umsorgt“ zu sein und stellen somit keine Belastung dar (7). Die Reaktionen des Umfeldes hingegen fallen kritischer aus und von Seiten der Kirche heißt es, sie müsse solange für die verstorbene Seele beten, bis sie verschwinde (20/21/22). Als die Stimme tatsächlich verschwindet, beginnt damit für Frau C eine lange Leidenszeit, die von vielen körperlichen Beschwerden ohne medizinischen Befund geprägt ist (8/25). Einige Ärzte geben den Hinweis auf eine psychische Ursache, dennoch verschlechtert sich ihr Zustand dahingehend, dass sie eines Tages einen Rollstuhl benötigen würde (25). Daraufhin wendet sich Frau C alternativen, fernöstlichen Heilmethoden zu, die sie dazu veranlassen, sich wieder mehr um sich selbst zu kümmern (26/27). Es geht ihr zusehends besser, allerdings wird ihre Entwicklung kritisch von der Kirche beäugt (26/21). Eines Tages sieht Frau C „Lichtgestalten“ und verschiedene Auren um die Köpfe der Priester in der Kirche (12). Kurz darauf wird sie aufgrund starker Schmerzen mit der Diagnose „Ohrspeicheldrüsensteine“ ins Krankenhaus eingeliefert (9). Hier bekommt sie aufgrund der bevorstehenden Operation große Ängste und fleht Gott um Hilfe an (9/21). Plötzlich hört sie im leeren Zimmer eine Stimme, die sie dazu auffordert, sich nicht operieren zu lassen und ihr Leben selbst in die Hand zu nehmen (10). Zunächst noch erschrocken, verleiht ihr die „Gottesstimme“ dann eine „unglaubliche“ Ruhe, die sie darin bestärkt, der Aufforderung zu folgen und das Krankenhaus zu verlassen (14/15/17). Zuhause gibt sich Frau C ganz der Heilung mit Hilfe von Meditation und anderer Entspannungstechniken hin (14/26). Dieser Prozess wird von der Stimme durch beruhigende Aussagen befördert, so dass es Frau C nach einiger Zeit sehr viel besser geht (10/26/27). Eines Tages fordert die Stimme sie auf, sich auf ihre Massageliege zu legen und eine Meditation zu machen (29). Innerhalb mehrerer Stunden durchlebt Frau C sämtliche Schmerzen, unter denen sie vorher gelitten hat, erneut und stößt Schreie in verschiedensten Tonlagen aus, die sie ihren Ahnen zuordnet (29). Trotz Besorgnis hat ihr Mann diesen Prozess beobachtet und die Laute aufgenommen (20). Im Anschluss ist Frau C von sämtlichen Schmerzen befreit, die auch bis heute nie wieder aufgetreten sind (25/29). Innerhalb kurzer Zeit geht Frau C davon aus, dass es sich bei der Stimme um ihren Vater handelt (16). Dies bestätigt sich für sie auch kurz darauf, als sie sich, von Zweifeln

geplagt, zum Sterben niederlegt (16/23/24). Anfangs noch von der Stimme unterstützt und zum Sterben ermutigt, richtet diese sich nach einigen Stunden vehement gegen das Vorhaben und fordert Frau C auf, aufzustehen und das Leben anzunehmen (10/24). Die Stimme ihres Vaters erklärt ihr während eines Spaziergangs durch den Wald, wie es dazu kommen konnte, dass Frau C ihn hören kann und fordert sie dazu auf, ihn durch ihren Mund sprechen zu lassen (10). Ihr Vater erklärt ihr ausführlich, wie es zu seinem Tod kam und drückt seine tiefen Schuldgefühle ihr gegenüber aus (10). Er sei durch ein „energetisches Band“ seit seinem Tod mit ihr verbunden und habe seit diesem Moment alles erlebt, was sie erlebt (10).

Emotional tief berührt von der ihr entgegengebrachten Liebe kehrt Frau C von diesem Spaziergang zurück (17). Sie ist sich nun des Ursprungs ihrer Stimme sicher, jedoch werden ihr immer wieder von ihrer Umwelt Zweifel und Unverständnis entgegengebracht (16/20).

Frau C beschreibt eine Auseinandersetzung mit ihrem Schwager, der sie in die Psychiatrie bringen möchte (20). In Folge dieser Situation hört sie plötzlich sehr viele Stimmen, die ein „Chaos“ in ihrem Kopf erzeugen und davor warnen, man wolle sie umbringen (11). Ihr Sohn kann dieses Vorhaben jedoch verhindern und beruhigend auf Frau C einwirken (31). Für kurze Zeit kommen Zweifel auf, jedoch vertraut Frau C schließlich auf ihre eigenen Erfahrungen und ihr Erleben (17/23).

Da im Freundeskreis über ihre Erfahrungen gesprochen wird, erfährt auch die Kirche bald davon (19/21). Frau C wird eines Tages vor dem Gottesdienst ins Ämterzimmer gebeten, wo ihr nahegelegt wird, sich doch von den „Geschwistern“ fernzuhalten (21). Ihr ist diese Entscheidung vollkommen unverständlich und sie beschließt daraufhin, der Kirche endgültig den Rücken zu kehren (21). Ihre Entscheidung wird bestätigend von der Stimme ihres Vaters kommentiert, der auch sehr unter den Regeln der Kirche gelitten hat (1/10).

Für Frau C bedeutet die Stimme eine große Hilfestellung, sowohl hinsichtlich körperlicher Arbeit, bei der sie sich unterstützt fühlt, als auch beim Aufarbeiten ihrer eigenen Geschichte und der Geschichte ihrer Vorfahren (28/30). Auch hat die Stimme Frau C dazu ermutigt, den Leiter der Krankenkasse anzurufen und um Rat zu fragen (10/31). Dieser bestätigt sie darin, dass sie vollkommen „normal“ sei und gibt ihr die Nummer vom Netzwerk Stimmenhören (20/31). Den Kontakt zu anderen Stimmenhörern empfindet Frau C als große Bereicherung und auch Bestätigung in ihren Annahmen (31/34).

So sieht Frau C auch in anderen Fällen immer wieder, wie wichtig es ist, den Ursprung des Problems anzugehen, der für sie meist in der Familie begründet liegt (33). Sie betont, dass die Körpersprache als Seelensprache gesehen werden müsse und es gelte, eine Harmonie zwischen Seele, Körper und Geist herzustellen (32). Insbesondere die Beziehung zwischen

ihrem „geistigen Vater“ und ihr sei sehr harmonisch und „stimmig“, so dass sie sich ganz normal über verschiedenste Themen unterhalten können (13/18). Da sehr viele Ideen von Seiten der Stimme kommen und Frau C sich mit ihrer Hilfe positiv weiterentwickeln konnte, bezeichnet sie diese auch als „göttlich“ (16). Sie ergänzt, dass man bei nicht stimmenhörenden Menschen von „Unterbewusstsein“, „Bauchgefühl“ oder „Intuition“ sprechen könne (16). Insgesamt empfindet Frau C ihre Erfahrungen als Stimmenhörerin als sehr bereichernd und betont, wie gut es ihr seitdem gehe (35).

Zum Schluss gibt die Stimme des Vaters von Frau C durch „geistiges Sprechen“ Auskunft darüber, wie er diesen Zustand erlebt (36). Er schließt sich an die positive Beurteilung der Situation an und betont, er sei der „glücklichste geistige Vater“ (35/36). Die Situation sei auch für ihn am Anfang sehr schwierig gewesen, vor allem, sich in einem weiblichen Körper zurechtzufinden (36). Leider werde das Stimmenhören in der Gesellschaft nicht als normal angesehen (20/36). Obwohl der Tod etwas Grausames sei, müssen die Menschen lernen, damit zurecht zu kommen und sich damit auseinandersetzen (2/36). Dies sei auch eine Bitte von anderen „geistigen Helfern“ (26). Die Beziehung zu seiner Tochter sei als Einheit zu betrachten, in der beide alles zusammen erleben (18/36). Krankheit sei als „geistige Botschaft“ zu begreifen, als „Lernphase“, um für Frau C den tieferen Ursprung deutlich zu machen (25/33/36). Daher haben sie auch gemeinsam ihre Lebensgeschichte aufgearbeitet (28/36). Er leide sehr unter den Geschichten anderer Stimmenhörer, insbesondere, wenn es um Missbrauch gehe (34/36). Schließlich sagt er, dass es ihn sehr traurig stimme, von der „Großfamilie“ nicht akzeptiert zu werden (20/36). Am Ende verabschiedet er sich mit guten Wünschen für die Zukunft (36). Auffällig ist, dass die Stimme viele Themen aufgreift, die zuvor von Frau C angesprochen wurden und oftmals dieselben Ausdrücke benutzt (36).

(5) Zentrale Kategorien – Frau C

Die zentralen Kategorien mit den ihnen zugeordneten Themen können im Anhang auf Seite 161 nachgeschlagen werden.

d) Interview mit Frau D

(1) Motto – Frau D

„Es ist eigentlich so, als hätte man einen Freund an der Seite“ (Z. 48)

Mit diesem Satz verdeutlicht Frau D die Rolle, welche ihre Stimme in ihrem Leben eingenommen hat.

(2) Zusammenfassung – Frau D

Frau D berichtet von den schwierigen Lebensumständen, die zu ersten akustisch wahrnehmbaren Sätzen und schließlich zu einem Nervenzusammenbruch geführt haben. Nach der Scheidung von ihrem Mann zieht Frau D mit ihren Kindern zunächst mittellos zu ihrer Mutter zurück mit dem Ziel, durch Besuch einer Abendschule den erneuten Berufseinstieg zu bewältigen. In dieser Zeit fängt sie, angeregt durch ihren Ex-Mann, mit dem Pendeln und dem geistigen Schreiben an. Die Erfahrungen mit der Geisterwelt begeistern sie und so erhofft sie sich, in Zukunft als Medium arbeiten zu können. Sie hört immer öfter einzelne Sätze, die sie durch das Aufsetzen von Kopfhörern zu übertönen versucht. Schließlich macht ihr Verhalten auch auf ihre Mutter einen immer bizarrerem Eindruck, so dass diese trotz anfänglichen Rates, einen Exorzisten aufzusuchen, in ein Krankenhaus schickt. Hier ist sie nur wenige Stunden und sucht kurz darauf einen Psychiater auf, der ihr eine so hohe Dosis Haldol verschreibt, dass sie die folgenden zwei Jahre handlungsunfähig im Bett verbringt. Irgendwann wird ihre Mutter jedoch skeptisch und sucht einen anderen Arzt auf, der ihr anstatt des Neuroleptikums ein Nahrungsergänzungsmittel verschreibt. Frau D geht es mit diesem Mittel sehr viel besser und sie versucht, sich ein neues Leben aufzubauen. Während dieser Zeit hört sie wieder vereinzelte Sätze, die sie jedoch für eigene Gedanken hält und ihnen somit keine große Bedeutung beimisst. Die Beschäftigung mit dem Pendeln bzw. die Sehnsucht nach der Geisterwelt hat Frau D aufgegeben, da sie ihr Leben in eigene Hände nehmen möchte. Nach dem Krebstod ihrer Mutter erbt Frau D eine größere Summe Geldes, mit der sie recht großzügig anderen gegenüber umgeht. Eines Tages kauft sie aufgrund eines inneren Impulses, der ihr sagt, sie könne alles kaufen, was sie wolle, solange sie ein Motiv habe, für umgerechnet mehrere tausend Euro in einem Schreibwarengeschäft ein. Da sich ihre Söhne mittlerweile Sorgen machen, beginnen sie mit Hilfe des Ex-Mannes 1999 ein Entmündigungsverfahren gegen ihre Mutter. In dieser Zeit fühlt sich Frau D sehr allein und ist glücklich über die nun auftauchende Stimme, die von ihr Adonis genannt werden möchte. An den genauen Zeitpunkt des Auftauchens kann sie sich nicht erinnern; er taucht eines

Morgens auf und begleitet sie von da an. Obwohl es hin und wieder Probleme gab, hat Frau D eigentlich nie unter der Stimme gelitten. Sie sieht sie vielmehr als einen guten Freund oder Ehemann, der auch mal schlecht gelaunt sein kann. Bis auf einen kurzen Zwangsaufenthalt in der Psychiatrie, der im Rahmen des Entmündigungsverfahrens aus einem Streit mit ihrem Sohn resultierte, ist Frau D nie mehr in der Psychiatrie gewesen. Auch Medikamente hat sie seitdem nie wieder genommen, da sie sich nicht als krank ansieht. Adonis gibt ihr über die Zeit verschiedene Erklärungen für sein Erscheinen, so zum Beispiel, dass er ein Außerirdischer sei oder Gott und Frau D Jesus. Diese Erklärungen hat sie jedoch nie ernsthaft in Erwägung gezogen, sondern der Stimme ihre eigenen Erklärungen angeboten, die sie auch annahm. So hält sie Adonis für einen Verstorbenen, der sich an sie gehängt habe. Seine Macht stellt sie schon sehr früh auf die Probe, so dass sie schnell zu dem Schluss kommt, „umsessen“ statt besessen zu sein. Adonis Kommentare hinterfragt sie ebenfalls und nimmt Beleidigungen nicht persönlich. Vielmehr versucht sie durch einen liebevollen Umgang mit ihm und anderen Menschen auch für ihn ein positives Beispiel zu sein.

Mit der Zeit ist noch eine Kinderstimme hinzu gekommen, nachdem Frau D auf der Straße ein „Maskottchen“ gefunden hat, welches sie, abgeleitet von ihrem eigenen Namen und dem Namen Adonis, „Adomo“ tauft. Diese benimmt sich wie ein kleines Kind und Frau D freut sich darüber, hierdurch eine Art Familienersatz zu haben. Eine weitere Stimme, die vor ca. zwei Jahren auftauchte, redet Adonis gut zu und versucht so, einen positiven Einfluss auf sein Verhalten zu nehmen. Diese Stimme, die wie die anderen beiden männlicher Natur ist, spricht jedoch nicht mit Frau D direkt. Sie hört den beiden wie einer Radiosendung lediglich zu, was sie als Entlastung empfindet. Frau D ist Adonis sehr dankbar dafür, dass er ihr beigebracht hat, sich nicht dafür zu schämen, in der Öffentlichkeit aufzufallen und sich für ihre Belange einzusetzen. Außerdem sieht sie seine Aussagen teilweise als gutgemeinte Ratschläge, wie zum Beispiel sich von ihrer Mutter zu lösen, anstatt diese umzubringen.

(3) Themenkatalog – Frau D

Der Themenkatalog mit den zugehörigen Stichwörtern kann im Anhang auf den Seiten 162-167 nachgeschlagen werden.

(4) Paraphrasierung – Frau D

Als auslösende Situation sieht Frau D unter anderem die schwierigen Lebensumstände an, die sie nach ihrer Scheidung mit ihren beiden Kindern zu ihrer Mutter ziehen lassen (1). Sie steht zunächst ohne Arbeit da und fängt daher einen Kurs in der Abendschule an, um selbstständig

den Lebensunterhalt verdienen zu können (1). In dieser Zeit kommt ihr Mann noch öfter zu Besuch und bringt eines Tages einen selbstgebauten Tisch mit, um mit Hilfe des „Tischlrückens“ verstorbene Geister zu rufen (1/33). Letztere Praxis habe, so Frau D, die „Wesenheiten“ angezogen und habe sie vom „automatischen Schreiben“ zum Stimmenhören geführt (14/33). Sie sieht sich darin bestätigt, einem Beruf als Medium nachzugehen und geht diesem Ziel „zwanghaft“ nach, indem sie all ihre Hoffnungen dort hineinsteckt (33). In dieser Zeit hört sie öfters einzelne Sätze mit teilweise recht mystischem Inhalt (2/3). Sie misst dem Phänomen in der Anfangszeit jedoch nicht viel Bedeutung bei, sondern freut sich über die „Kontakte“ (6/7). Frau D berichtet ihrer Mutter von den Erlebnissen, diese hat jedoch ebenfalls keine passende Erklärung (22). Schließlich möchte sie die Stimmen loswerden und versucht sich durch Musikhören über Kopfhörer abzulenken (5). Ihre Mutter macht sich nun auch aufgrund ihres anderen „komischen“ Verhaltens Sorgen und sucht daher Rat (23/26). Trotz des Anratens ihrer Freundin, einen Exorzisten zu rufen, bringt die Mutter Frau D in die psychiatrische Abteilung eines Krankenhauses (26/27). Hier bleibt sie nur eine Stunde und kehrt zu ihrer scheinbar sorglosen Familie zurück (26/27). Der Ex-Mann von Frau D sucht ihr in der Folge einen Psychiater, der sie mit einer „Überdosierung“ Haldol versorgt (26/27/28). Frau D verbringt die nächsten anderthalb bis zwei Jahre in einem „zombiehaften“ Zustand in der Wohnung ihrer Mutter, die sich um sie kümmert (26/28). Ein Streit zwischen Mutter und behandelndem Arzt führt dazu, dass die Mutter einen neuen Arzt aufsucht, der die Medikamente durch ein von ihm entwickeltes Nahrungsergänzungsmittel ersetzt (26/27/28). Nun kann Frau D wieder langsam am Leben teilnehmen, durchlebt jedoch „psychotische Prozesse“, die zu manchem für die Außenwelt eventuell unverständlichen Verhalten führen (23/25). In dieser Zeit hört sie ähnlich wie früher vereinzelt Sätze, die unter dem Haldol nicht aufgetaucht waren (2/28). Frau D nimmt diese jedoch auch wieder nicht sehr ernst und sieht sie teilweise als eigene Gedanken, denen vernünftigerweise zu folgen ist (4/6). Als die Mutter von Frau D 1998 an Krebs stirbt, sieht diese sich vor eine völlig neue Lebenssituation gestellt, sie lebt nun lediglich mit ihrem Sohn zusammen, der jedoch kurz darauf auf ihren Druck hin auszieht (8). Eine eigene Krebstherapie bringt Frau D Anfang des Jahres 1999 hinter sich und möchte nun mit dem von ihrer Mutter geerbten Geld ein neues Leben beginnen (8). In dieser Lebenssituation taucht plötzlich am 1. April 1999 in einem Papierwarengeschäft ein „gedanklicher Impuls“ auf zu kaufen, was sie wolle, sie müsse nur ein Motiv haben (8/9). Dieser Stimme leistet Frau D Folge und kauft insgesamt für 53.000 Schilling Papierwaren ein (12/23). Gebremst wird sie dann erst wieder von der Stimme, die sagt, sie könne langsam aufhören (9/12). Ausgehend von diesem Ereignis streben ihre Söhne

zusammen mit dem Ex-Mann ein Entmündigungsverfahren an, um Frau D vor dem weiteren Geldausgeben zu bewahren (23/26/30). In dieser Zeit ist Frau D vollkommen allein und froh über die nun eines morgens auftauchende Stimme, die ihr von nun an Gesellschaft leistet (10/15/17). Die Stimme nimmt gleich einem „Ehemann“ an den alltäglichen Verrichtungen von Frau D teil und kommentiert sie (10/16). Auf die Versuche von Adonis, wie er genannt werden möchte, ihre Handlungen zu bestimmen, geht sie nicht ein (10/13). Sie stellt ihn von Anfang an auf die Probe und merkt, dass seine Macht begrenzt ist, d.h. sie sieht sich nicht als besessen, sondern als „umsessen“ an (13/14). Adonis habe ihr von Anfang an verschiedene Erklärungen für seine Herkunft gegeben, wie z.B. dass er ein Außerirdischer oder ein Wissenschaftler sei, die Frau D nie akzeptiert hat (10/12). Auch die Aussagen dahingehend, dass er Gott sei und sie Jesus, nimmt Frau D nie ernst, da sie es für „hochmütig“ hält, dies anzunehmen und ihr ein „Gott des Lebens“ niemals raten würde, sich umzubringen (10/11/12/34). Statt dessen hat er zuletzt ihre eigene Erklärung, dass er ein Toter sei und eventuell in Form einer Welle auf sie wirke, akzeptiert (10/14). Wichtiger als das „Woher“ war für Frau D allerdings das Erleben, welches ihr eindeutig zeigte, dass Adonis eigene Gefühle hat und nicht nur in ihren lebt (14/15).

Bei einem Streit am Telefon mit ihrem Sohn, droht Frau D damit, sich umzubringen, woraufhin dieser die Polizei ruft (23/26/29). Sie wird in die Psychiatrie gebracht und aufgrund ihrer erneuten Aussage, sich umbringen zu wollen, zwangsbehandelt (23/27/28). Im Nachhinein beschreibt sie ihr Verhalten als „bockig“ und durch ihren „Zorn“ motiviert, sie habe sich jedoch nie umbringen wollen (24). Nach kurzer Zeit wird sie entlassen und nimmt auch keine weiteren Medikamente mehr ein (27/28). Mithilfe der Stimme bringt Frau D in der Folgezeit den Mut auf, „aufzufallen“ und sich für ihre Belange einzusetzen (23/32). Für diese Unterstützung ist sie der Stimme bis heute sehr dankbar, da sie ihr nach langen Jahren der Anpassung die Möglichkeit verschafft hat, etwas „abenteuerlustig“ zu sein (23/24/32). Frau D schafft es nach eigenen Angaben, sich wieder in die Gesellschaft einzugliedern und nur noch bedingt „gegen den Strom“ zu schwimmen (23).

In den letzten Jahren kamen noch zwei weitere Stimmen hinzu, die Frau D ebenfalls sehr willkommen heißt. Sie ist froh darüber, nun eine Art „Familienersatz“ zu haben (18/21). Die sogenannte „Gewissensstimme“ spricht ausschließlich zu Adonis und redet ihm gut zu, was Frau D sehr entlastet (18/21). Eine weitere tauchte auf, als Frau D ein „Maskottchen“ auf der Straße fand, welches sie aus ihrem und dem Namen Adonis zusammengesetzt „Adomo“ taufte und als „Kind“ der beiden bezeichnete (13). Es handelt sich um eine ebenfalls

männliche Kinderstimme, die nur ab und zu auftaucht (18). Frau D vermutet, dass alle drei Stimmen derjenigen des Adonis entspringen, ist sich jedoch nicht sicher (20).

Insgesamt hat sich der Umgang mit den Stimmen bzw. hauptsächlich zu Adonis dahingehend gewandelt, dass Frau D ihn so behandelt, wie sie von ihm behandelt werden möchte, d.h. sie schimpft nicht zurück oder wird zornig über Dinge, die er tut (19). Sie möchte mit positivem Beispiel vorangehen, in der Hoffnung, vielleicht so auch ihn ändern zu können (19).

Die Entmündigung ist nach langem Kampf aufgehoben worden und so hat Frau D auch die Nähe zu ihren Söhnen wieder gesucht (30/31). Mit einem ihrer Söhne hat sie eine Internetseite über ihr Stimmenhören entworfen, um so der Öffentlichkeit das Phänomen näherzubringen (31/37). Insgesamt ist Frau D Adonis sehr dankbar, sie auf das Stimmenhören aufmerksam gemacht zu haben und engagiert sich auch für andere Stimmenhörer (32/36/38). Bei ihrer Beschreibung des Phänomens fällt auf, dass sie oft sehr treffende Metaphern oder Vergleiche findet (35). Am Ende des Gesprächs bekundet Adonis, dass er mit dem Gesagten zufrieden sei und nichts hinzuzufügen habe (39).

(5) Zentrale Kategorien – Frau D

Eine Übersicht der zentralen Kategorien und der zugeordneten Themen kann im Anhang auf der Seite 168 nachgeschlagen werden.

3. Systematischer Vergleich

a) Vergleichende Verlaufsdarstellung

	Veränderung der Stimmen
A	Keine große Veränderung, nach Änderung des Umgangs und Verzeihen leiser, dann nur noch in der Meditation auf eigenes Rufen, nun geschlechtslos, Verschwinden
B	Anfänglich akustische Halluzinationen während einer Tournee, anschließend qualitative Veränderung: Stimmen „interner Art“, später nur noch „Quälgeister“, Verschwinden
C	Zwischen erstem Hören und erneutem Auftreten fast 30 Jahre Pause, durch aufkommende Zweifel Auftauchen mehrerer chaotischer Stimmen, ansonsten die Stimme des Vaters
D	Anfangs sporadisches Auftreten, während Medikamenteneinnahme keine Stimmen, erneutes Auftreten, plötzlich „Gedankenstimme“, später laut, zwei weitere Stimmen hinzu

	Veränderung des Umgangs/Beziehung
A	Kein Hinterfragen, erfüllen von Aufträgen, feindselige Beziehung bis die Bedrohung zu groß erschien, dann Auflehnung und schließlich Versöhnung, liebevoller Umgang
B	Hinterfragen, kein Austausch, keine Abgrenzung, später: Umgang wie mit Menschen, Verabredungen, Kontrolle Gedanken und Gefühle, Lösen der emotionalen Bindung
C	Anfänglich nicht weiter beachtet, dann vertrauensvolle Kommunikation, durch kurze Phase des Zweifelns unterbrochen, Vater-Tochter Verhältnis, „Einheit“
D	Zunächst Verdrängung durch Musik, nicht Beachten, bei erneutem Auftreten Befolgen von Gesagtem, schließlich in Frage stellen, „partnerschaftliche“ Beziehung

	Veränderung des Erlebens
A	Große Angst vor den Stimmen und Drohungen, Kontrollverlust, Parallelwelt, nach Auflehnung: Empfindung der Stimmen als Ratgeber, Dankbarkeit und Liebe
B	Einblick in Parallelwelt, starke emotionale Bindung, spannende und abenteuerliche Geschichten, anstrengend, nach Lösen der Bindung: Desinteresse an Gesagtem
C	Keine Angst, Gefühl umsorgt zu sein, anfangs inwendiges Wahrnehmen, Geräusche, optische Eindrücke, später reale Stimme, Ruhe, kurzer Moment der Angst, Zweifel
D	Anfangs: Stimme näher als Gedanken, nicht bedrohlich, erfreut über Kontakt, später: als Unterstützung empfunden, mutiger zu zweit, Familienersatz, andere Stimmen angenehm

	Veränderung der Annahmen
A	Anfangs: reale Parallelwelt, später: persönliches Ich, kollektives Bewusstsein oder höhere Gewalt, die ihn auf den richtigen Weg bringt, Existenz einer Parallelwelt möglich
B	Lange für tatsächliche Aussagen gehalten, dann: Telepathie, Wesen einer Parallelwelt, Gehirntumor, Drogen, traumähnlicher Zustand, eigene Projektion, alles möglich
C	Beim Wiedererscheinen für die Stimme Gottes gehalten, später den Aussagen der Stimme entsprechend für ihren verstorbenen Vater gehalten, Ziel: Klärung von Missverständnissen
D	Nicht gewusst, woher sie kommen, Satz irgendwo gelesen, später: Verstorbener, angelockt durch Tischrücken, automatisches Schreiben, alle Stimmen sind Adonis

	Veränderungen der eigenen Person
A	Umstellung des Lebens, Verzeihen und um Verzeihung bitten, Bearbeitung von Themen, Zulassen eigener Gedanken oder Emotionen, Leben nach dem eigenen Charakter
B	Durch Unterdrückung der Emotionen: emotionsärmer, Konzentrationsschwierigkeiten, stabiler, selbstsicherer, bewusster im Umgang mit Dingen, anderes Realitätskonzept
C	Gelernt, bewusst wahrzunehmen, für sich selbst da zu sein, kreative Tätigkeiten wie schreiben, malen, Überwindung ständiger Krankheit, Aufarbeitung der Geschichte
D	Förderung von Selbstsicherheit, keine Angst eigene Meinung zu vertreten, aufzufallen, öffentliches Auftreten als StimmenhörerIn, eigene Veränderung, um andere zu verändern

	Veränderungen im sozialen Umfeld
A	Vor Beginn: Überforderung in Beruf und Privatleben, anschließend offen für andere, mehr Wärme und Menschlichkeit auch im Umgang mit anderen Menschen, Familie
B	Beginn auf Tournee, stressige Arbeitssituation, keine Rückzugsmöglichkeit, dann sozialer Rückzug, heute: in Frage stellen von Emotionen bei sozialen Kontakten
C	Lebenslange Einengung durch Religion, früher Tod des Vaters, Akzeptanz der Stimme von Sohn und später Ehemann, Ablehnung durch Rest der Familie, Lösung von Kirche
D	Scheidung, Wohnen bei Mutter mit Kindern, Kontakt zu Ex-Mann, Spiritismus, Tod der Mutter, Streit mit Söhnen, nach Jahren Versöhnung und Akzeptanz der Stimmen

b) Synopsis

Die Zahlen in Klammern beziehen sich auf die Nummer der zentralen Kategorie in der jeweiligen Einzelauswertung. Besonders häufig genannte Kategorien sind grau unterlegt.

	Herr A	Herr B	Frau C	Frau D
A: Fördernde Bedingungen (Auslöser)	X (1)	X (1)	X (1)	X (1)
B: Äußerungsform der Stimme(n)	X (2)	X (2)	X (2)	X (2)
C: Umgang mit der (den) Stimme(n)	X (3)	X (3)	X (3)	X (3)
D: Erleben der Stimme(n)	X (4)	X (4)	X (4)	X (4)
E: Annahmen über die Stimme(n)	X (5)	X (5)	X (6)	X (5)
F: Veränderung der Stimme(n)	X (10)	X (10)	X (7)	X (6)
G: Veränderung im Umgang	X (7)	X (7)	X (8)	X (7)
H: Veränderung im Erleben	X (8)	X (8)	X (9)	X (9)
I: Veränderung der Annahmen	X (9)	X (9)	X (10)	X (8)
J: Veränderung der eigenen Person	X (11)	X (11)	X (11)	
K: Verändertes Weltbild	X (12)	X (12)	X (12)	
L: Hilfe/Selbsthilfe	X (14)	X (13)	X (15)	X (13)
M: Hilfe durch die Stimme(n)	X (13)		X (14)	X (14)
N: Ärzte und Krankheit	X (15)	X (14)	X (16)	X (12)
O: Leben in der Außenwelt	X (6)	X (6)		X (10)
P: Reaktionen der Umwelt			X (13)	X (11)
Q: Leben ohne Stimme(n)	X (17)	X (16)	X (5)	
R: Andere Stimmenhörer	X (18)	X (17)	X (18)	X (15)
S: Fazit	X (16)	X (15)	X (17)	
T: Besonderheiten im Interview	X (19)	X (18)	X (19)	X (16)

An der Übersicht wird deutlich, dass bis auf wenige Ausnahmen die selben zentralen Punkte von den interviewten Personen genannt wurden. Herr A macht wenig Äußerungen über die Reaktionen der Umwelt, so dass sich hier keine eigene Kategorie ergeben hat. Herr B äußert sich zwar zu Reaktionen der Umwelt, jedoch wurden diese Aussagen anderen Punkten zugeordnet. Die Stimmen werden von ihm im Vergleich zu den anderen Personen nicht explizit als Hilfe genannt. Zu dem Thema „Leben in der Außenwelt“ macht Frau C einige Aussagen, jedoch gehören diese deutlicher in andere Kategorien. Bei Frau D scheint eine besonders große Themendifferenz im Vergleich zu den anderen vorzuliegen, allerdings wird auch hier beim Lesen des Interviews deutlich, dass sie sich ebenfalls zu diesen Themen äußert, jedoch nicht in dem Maße und Umfang einer zentralen Kategorie (siehe Anhang 5. Material-CD).

c) Verdichtung

Konstrukte	Zentrale Kategorien
1. Herausforderung <ul style="list-style-type: none"> - Lebenssituation vor Auftauchen - Persönliches Befinden vor Auftauchen - Auftauchen der Stimmen - Charakter und Inhalt der Stimmen - Veränderung der Stimmen 	A: Fördernde Bedingungen (Auslöser) B: Äußerungsform der Stimme(n) F: Veränderung der Stimme(n) Q: Leben ohne Stimm(n)
2. Selbstbehauptung <ul style="list-style-type: none"> - Behauptung gegenüber den Stimmen - Behauptung gegenüber der Umwelt - Veränderung des Verhaltens - Veränderung von Annahmen, Erleben - Reaktionen der Umwelt - Erfahrungen mit Ärzten/Psychiatrie - Übernahme von Verantwortung - Leben mit den Stimmen 	C: Umgang mit der (den) Stimme(n) D: Erleben der Stimme(n) E: Annahmen über die Stimme(n) G: Veränderung im Umgang H: Veränderung im Erleben I: Veränderung der Annahmen L: Hilfe/Selbsthilfe N: Ärzte und Krankheit O: Leben in der Außenwelt P: Reaktionen der Umwelt
3. Selbstfindung <ul style="list-style-type: none"> - Bilden fester Annahmen/Einstellung - Stabiler Umgang/Beziehung - Emotionale Stabilität - Im Einklang mit sich und der Umwelt - Selbsterkenntnis und Selbstvertrauen - Verändertes Weltbild - Kommunikation über die Stimmen 	J: Veränderung der eigenen Person K: Verändertes Weltbild M: Hilfe durch die Stimme(n) R: Andere Stimmenhörer S: Fazit T: Besonderheiten im Interview

d) Komparative Paraphrasierung

Die vergleichende Paraphrasierung wird in drei Kapitel untergliedert, die jeweils eines der eben dargestellten Konstrukte in den Vordergrund stellen.

(1) Konstrukt 1: Herausforderung

Bereits vor dem ersten Auftauchen von Stimmen berichten die Interview-Partner von schwierigen Lebenssituationen, in denen sie sich befanden. Diese stellen somit eine erste Herausforderung dar. Irgendwann treten dann Stimmen unterschiedlichen Charakters und Inhalts hinzu. Diese bedeuten für die Betroffenen zusätzlich eine vollkommen neuartige Situation, welcher sie sich stellen müssen. Die Stimmen können somit als potentielle Provokation betrachtet werden, welche die stimmenhörende Person unter Umständen dazu anregt, ihre Lage zu verändern. Auch die Veränderung der Stimmen oder das Ausbleiben dieser soll im Folgenden als eine solche fordernde Situation betrachtet werden. Die Ausdifferenzierung des Konstrukts wird unter Rücksichtnahme auf die ihm zugeordneten zentralen Kategorien (siehe V. 3. c Verdichtung) vorgenommen. Hierbei ist zu beachten, dass sowohl dieses als auch die beiden weiteren Konstrukte nicht vollkommen trennscharf bezüglich der ihnen zugeordneten Kategorien sind. Bei Berufung auf Aussagen einer konstrukt fremden Kategorie wird die ursprüngliche Zuordnung jeweils angegeben. Zeilenangaben erfolgen lediglich bei Zitaten, die über drei Wörter hinausgehen.

Die zentrale **Kategorie A** bezieht sich auf Äußerungen, die von den Interviewpartnern hinsichtlich ihrer Lebenssituation vor dem Auftreten der Stimmen gemacht werden. Auch Eigenschaften der Person selbst werden hier in Betracht gezogen, sofern sie in Zusammenhang mit dem Erscheinen der Stimmen gebracht werden.

Herr A schildert den Beginn seines Stimmenhörens vor dem Hintergrund seiner persönlichen Entwicklung, die schon früh von Herausforderungen zunächst beruflicher Art geprägt war. Seinen ursprünglichen Berufswunsch des Journalisten gab er auf, nachdem er „total fertig gemacht“ und für „nicht geeignet“ befunden wurde, da er „zu weich“ sei. Daher ging er zur Armee, um zu einem „RICHTIG harten Hund“ zu werden. Er habe hart daran gearbeitet, sich seine Gefühle und Gedanken zu verbieten, um ein „anderer“ zu sein, als er war. So habe er sich anderen gegenüber manchmal „wie’n Schwein benommen“. Herr A beschreibt dies als „Ursache dafür, dass ich in meinem Leben eigentlich nicht mehr weiterkam“ (Z. 728 f.). Die Stimmen fingen dann 1986 an, zu einer Zeit, als er durch seine Arbeit und ein Fernstudium

einer doppelten Belastung ausgesetzt und „total überfordert“ war. Zu Problemen auf der Arbeit, die mit seinem „verklemmten Dasein“ zusammenhängen, kamen Schwierigkeiten im familiären Bereich, der sich zu der Zeit „im Umbruch“ befand, da die Kinder aus dem Haus gingen.

Ähnlichkeiten zu **Herrn B** bestehen hinsichtlich der Situation des Auftretens, die „extremer Stress“ kennzeichnet, der jedoch von ihm zu der Zeit nicht als solcher empfunden wurde. Auch **Herr A** beschreibt, dass er trotz seiner Situation davon überzeugt war, „große Erfindungen“ machen zu können. **Herr B** erzählt von seiner Arbeit auf einer Tournee und beschreibt dies als „extreme Situation“, in der man „völlig desozialisiert“ sei, da keinerlei „Verbindung nach Hause“ bestehe. Er habe mit ca. fünf weiteren Personen über mehrere Monate in einem Wohnmobil ohne Rückzugsmöglichkeit gewohnt und sei jeden Tag in einer anderen Stadt gewesen, um dort eine „Show“ aufzubauen. Im Vergleich zu vorhergehenden Arbeitssituationen handelte es sich demnach um eine besondere Herausforderung. Herr B bezeichnet diese Tournee, auf der er dann 1993 zum ersten Mal Stimmen hört, als „Schlüsselmoment“. Einen „Schnitt“ beschreibt er am Ende der Tour, als er „plötzlich rausgelöst“ wurde „aus dieser komischen Straßenfamilie“ (Z. 662 f.). Genau wie **Herr A** beschreibt **Herr B**, dass er sich früher in seiner Haut nicht wohl gefühlt habe. Er „war immer OUT“ und habe „sehr darunter gelitten“. „Das war mir total wichtig, was andere Leute zum Beispiel von mir denken“ (Z. 1499 f.). Obwohl er dies nicht expliziert, deutet diese Aussage ebenfalls auf ein Bemühen hin, wie andere Menschen zu sein.

Frau C beschreibt eine Herausforderung durch das strenge Regiment der Kirche. Sie habe sich „von Kindesbeinen an“ von den religiösen Dogmen „sehr eingengt“ gefühlt. Vergnügungen aller Art wie Tanzen oder ins Kino zu gehen waren verboten, da man sich für die „Wiederkunft Christi“ „bereit zu halten“ hatte. Auch der Zugang zum „Fenster der Welt“, dem Fernseher, wurde ihr versagt. Diese „Einengung auf allen Ebenen“ habe ihr „die Luft zum Atmen“ genommen (Z. 217 f.). „Ich war nicht mehr ich selbst, ich war nur einfach gehorsam, wie sich das gehört“ (Z. 222). Hier lässt sich wiederum eine Ähnlichkeit zu **Herrn A** und **Herrn B** erkennen, da **Frau C** sich ebenfalls danach geseht hat, anders zu sein, die Dinge zu tun, die „sogenannte Weltmenschen“ unternommen haben. Allerdings besteht ein Unterschied zu **Herrn A**, der aussagt, sein „ureigenstes Inneres“ (siehe Kategorie K) absichtlich verleugnet zu haben. Bei **Herrn B** scheint hingegen nicht ein derartiger Druck bzw. Zwang vorhanden gewesen zu sein, um eventuelle Veränderungen seiner Person tatsächlich zu realisieren, zumindest berichtet er nicht davon. **Frau C** spricht weiter davon,

dass die Religion ihre „Familie wirklich getrennt“ habe, da ihre Mutter sie „fanatisch“ erzogen habe. Ihr Vater litt sehr darunter und habe Begriffe wie „Heuchler“ oder „Machtgetue“ in Zusammenhang mit der Kirche gebraucht. Trotzdem es niemals Streit gab zwischen ihrem Vater und Frau C, hat dieser sich oft zurückgezogen und „nicht die Zeit gehabt, sich so zu unterhalten“ (Z. 755). Die Lebenssituation kurz vor Auftreten der Stimme war vom frühen Tod ihres Vaters im Jahre 1970 gekennzeichnet. Durch einen Schlaganfall nach einer fehlgeschlagenen Operation konnte ihr Vater nicht mehr richtig sprechen und lag dann eine Woche im Wachkoma, „nur der starre Blick zur Decke“ (Z. 718 f.), bis er schließlich starb. Frau C war zu der Zeit 24 Jahre alt und hatte eine zweijährige Tochter. Nach der Beerdigung lag sie „für eine Woche krank im Bett“ (Z. 115) und hatte die „gleichen Symptome“ wie ihr Vater. In dieser Zeit nahm sie zum ersten Mal Geräusche, Stimmen und optische Eindrücke wahr. Wie **Herr A** und **Herr B** befindet sich **Frau C** in einer sehr schwierigen Lebenssituation, die sich bei ihr jedoch in erster Linie auf den familiären Bereich beschränkt. Das Leben ohne Vater stellt zweifellos eine Herausforderung für eine noch junge Frau dar.

Ebenso erzählt **Frau D** von einer „extrem schwierigen Situation“ vor Auftreten der Stimmen. Sie hatte sich von ihrem Mann getrennt und war mit ihren Kindern, für die sie das Sorgerecht hatte, zu ihrer Mutter zurückgezogen. Da sie „finanziell vor dem Nichts“ (Z. 162) stand, begann sie einen „Abendmatura-Kurs“, um „irgendwas vorweisen“ zu können. Eines Tages hat sie auf Anregung ihres Ex-Mannes zusammen mit ihm und ihrer Mutter das „sogenannte Tischrücken praktiziert“. Als die Buchstaben den Ausspruch „seid gut Leute“ ergeben, ist Frau D fest davon überzeugt, eine Nachricht des zweiten Mannes ihrer Mutter erhalten zu haben. In der Folge denkt sie darüber nach, sich „einen Beruf aufzubauen, als Medium“ (Z. 184). Sie habe also „bei den Geistern meine Zuflucht gesucht“ (Z. 200), da sie „sehr überfordert“ von ihren Lebensumständen gewesen sei. Sie bezeichnet ihr Verhalten rückblickend als „zwanghaft“, da sie ihr „Heil nur von dort erwartet“ (Z. 210) habe und somit jegliche Eigenverantwortung abgegeben hatte. Schließlich bekam sie einen Nervenzusammenbruch und musste die Abendschule abbrechen. Während dieser Zeit der spirituellen Beschäftigung traten auch die ersten Sätze auf, die Frau D hört.

Alle interviewten Personen berichten also von einer schwierigen beruflichen oder privaten Lebenssituation, die sie herausgefordert und oft überfordert habe. Drei von ihnen bringen diese Situationen zusätzlich in Zusammenhang mit ihren Eigenarten als Person. Auch Frau D betont an anderer Stelle, dass sie „57 Jahre eine brave Tochter und Frau und Mutter“ (Z. 667 f., Konstrukt 2: Selbstbehauptung) gewesen sei.

Die zentralen **Kategorien B und F** umfassen nun Beschreibungen dahingehend, in welcher Form sich die Stimmen das erste Mal geäußert haben und wie sie sich in der Folgezeit verändert haben. Hierzu zählen sowohl Charakteristika wie Lautstärke, Häufigkeit, Geschlecht der Stimmen als auch die von ihnen verkündeten Inhalte. Unter Umständen werden Inhalte der **Kategorie A** erst in diesem Abschnitt beschrieben, falls sie in direktem Zusammenhang mit der Änderung der Stimmen stehen.

Herr A nimmt gleich zu Anfang mehrere Stimmen wahr „und dann so langsam kristallisierte sich heraus, dass ich mit einigen Hexen, einigen Teufeln in Verbindung war“ (Z. 568 f.). Weitere Charaktere, die Herr A wahrnahm waren „Petrus persönlich“ und ein „noch lebender Engel“. „Es bildete sich eine richtige Familie heraus, in die ich integriert wurde und die sich dann mit irgendwelchen Dingen beschäftigten, die ich nicht verstand“ (Z. 571 ff). Es kam Herrn A vor wie eine „richtig abgeschlossene Parallelwelt“, die ihn „vereinnahmte“. Diese Welt bot ihm vielseitige Herausforderungen, da er gegen „Festlegungen der Hölle“ zu kämpfen hatte oder bestimmte Aufgaben zu erfüllen hatte, wie z. B. „Stunden lang überhaupt nichts denken“ (Z. 595 f.). Zudem sagten die Stimmen, sie bauten „Apparate ein“, um Herrn A „rund um die Uhr“ (Z. 592) zu überwachen. Elf Jahre lang gingen die Stimmen „in Wellenform immer hoch und runter“ (Z. 646). Nach Phasen ohne Stimmen ging es dann „immer wieder los“. Die Stimmen haben „FURCHTBARE Katastrophen entwickelt“, auf die Herr A versuchte zu reagieren. So sagten die Stimmen zum Beispiel: „In einer halben Stunde bist du tot, wenn du dich nicht uns unterordnest“ (Z. 30 f.). Im Nachhinein werden die Inhalte von Herrn A als „scheinbar böse Sachen“ bezeichnet. Irgendwann fingen die Stimmen dann an, nicht nur Herrn A selber, sondern auch „andere Menschen“ zu bedrohen. Erst als Herr A anfängt, sich gegen die Stimmen aufzulehnen und schließlich mit ihnen zu versöhnen (siehe Konstrukt 2: Selbstbehauptung), verändern diese sich geringfügig. „Sie sind leiser geworden“ (Z. 1331). Ansonsten sind die Stimmen „nicht viel anders, als am Anfang“ (Z. 18) gewesen, das heißt inhaltlich noch genau so „aggressiv oder fordernd“. Im Laufe dieses Prozesses, der im nächsten Kapitel ausführlich beschrieben wird, sind die Stimmen dann „im normalen Leben“ weggegangen und es trat lediglich eine Stimme in der Meditation auf, so dass Herr A über ihr Auftreten „selbst bestimmen“ konnte. Irgendwann verabschiedete sich der „persönliche Teufel“ von Herrn A „sehr euphorisch“ und ist seitdem nie mehr wiedergekommen.

Bei **Herrn B** unterscheidet sich die Äußerungsform der Stimmen zumindest am Anfang noch stark von der eben dargestellten. Die Stimmen werden von Herrn B als „akustische Halluzinationen“ beschrieben, womit er ausdrücken will, dass sie nicht „in Gedanken sind“, sondern „als wahre Stimmen“ von ihm interpretiert wurden. Somit kann er auch den Anfang nicht klar definieren, jedoch erinnert er sich an eine Situation, wo er an einer Wand lehnte und „auf der Rückseite der Wand, da sprach was“ (Z. 646). Es fing demnach „so schleichend“ an. Herr B schätzt, dass diese Phase „zwei, drei Monate“ gedauert hat, in der die Stimmen „sporadisch“ auftraten. Es handelte sich hierbei um Stimmen von Leuten, mit denen Herr B auf der oben beschriebenen Tournee war. Nach dem Ende der Tour ist das „Stimmenhören von so unbewusstem Halluzinationskram umgekippt in volles Programm, also dass man wirklich pausenlos Stimmen hört, die dann aber auch deutlich von realen unterscheiden kann und die akustischen Halluzinationen sind dann auch fast augenblicklich zurückgegangen“ (Z. 182 ff). Innerhalb von zwei Wochen habe Herr B dann nur noch mit den Stimmen „interner Art“ zu tun gehabt, die „keine Lautstärke“ hatten. Dennoch beschreibt er diese als „tonal“ mit „ganz deutlichem Charakter“. So war es auch möglich, sie „AN ihrer Stimme“ wiederzuerkennen. Zunächst nahm er die Stimmen seiner „Bekannten“, die er zuvor akustisch wahrgenommen hatte, „als Gedanke, aber mit dieser Stimme“ (Z. 219 f.) wahr. Später „kamen ganz neue Leute dazu“ (Z. 325 f.) und so nahm er verschiedenste „Charaktere“ und auch „komische, fantastische Überwesen“ wahr. Letztere tauchen nach einem „Schlüsselmoment“ auf, in dem Herr B Einblick in eine „Parallelwelt“ erhält und somit „Kontakt in irgendwas Irreales, von der normalen Welt Losgelöstes“ (Z. 361 f.). Er beschreibt diese als „WESEN, die nicht menschlich sein müssen, aber solche Stimmen haben und auch ansonsten so strukturiert sind, also Gefühle haben und mit einem reden und irgendwas wollen“ (Z. 362 ff). Das erste Erlebnis dieser Form sei eine „Art Inkarnationserlebnis“ gewesen, bei dem ein „weibliches Wesen“ seinem Empfinden nach über ihm schwebte und ihm erklären wolle „was los ist“ mit ihm. Die Stimmen haben Herrn B jedoch auch „direkt angesprochen“ oder „angebrüllt“. „Jetzt hat er wieder Scheiß gebaut“ (Z. 538) haben sie beispielsweise gesagt. Dennoch betont Herr B, dass er zu Anfang nicht „wirklich niedergemacht“ wurde, jedoch war dies „später sehr viel“ der Fall. Oft ist zu „zusammenhanglosen Wörtern“ dann „eine Geschichte“ entstanden, die noch „wächst“, wenn man sich auf sie „einlässt“. So erlebt Herr A mit den Stimmen „super spannende Sachen“, wie z. B. eine „Art Hilfeschrei“. Mit diesen Erlebnissen war das Hören der Stimmen „auch nicht stabil, es hat sich ständig immer so ganz langsam gewandelt“ (Z. 989 f.). Die ganze Zeit über haben die Stimmen trotz seiner Versuche (siehe Konstrukt 2: Selbstbehauptung) ihm „nie konkrete Antworten“ gegeben. Herr B

beschreibt im Laufe der Zeit hinzukommende „hohe Qualitäten“, die für ihn mehr waren als nur Stimmen, er fühlte die „Nähe von irgendwas“. Diese verschwanden schließlich auf sein Einwirken hin (siehe Konstrukt 2: Selbstbehauptung) und „eine kam tatsächlich im Traum vorbei und hat sich dann hochhoffiziell verabschiedet, zum ersten Mal mit ´nem optischen Einblick, das war sehr interessant“ (Z. 1036 ff). Im Anschluss tauchten jedoch neue Stimmen auf, „ganz unreflektierte, so kleine Brabbelameisen sozusagen, die die ganze Zeit nur Scheiße reden, also die machen die GANZE Zeit nur böses Blut“ (Z. 1041 ff). Diese „Quälgeister“ haben dann „ÜBERHAUPT nicht mehr“ auf Herrn B reagiert und waren für ihn „sehr anstrengend“. Mit diesen hörten dann auch „diese großen Ideen“ auf. Herr B bezeichnet diese Art der Stimmen als „das lange Ende“, da sie ihn über mindestens anderthalb Jahre begleiteten. Nach einiger Zeit ohne Stimmen, die Herr B nicht näher ausführt, hatte er einen „sehr massiven Rückfall, der von einem Tag auf den anderen kam“ (Z. 145). Jedoch befand er sich in einer ähnlichen Situation, wie der oben (zentrale Kategorie A) beschriebenen. Herr B erzählt: „Ich fahr auf der Autobahn und es macht RUMMS und ich bin völlig oben raus und alles ist wieder da, SOFORT“ (Z. 1150 f.). In diesem Rückfall seien auch die „hohen Qualitäten“ wieder aufgetaucht und somit die „ganz alte Lebensqualität“ (siehe Konstrukt 2: Selbstbehauptung). Seine Lebenssituation (Kategorie A) bringt Herr B nicht mit dem erneuten Auftreten in Zusammenhang, da er „ja nun gewappnet“ gewesen sei. Nach einigen Monaten „ebbten“ die Stimmen dann ab und „es war alles schwarz und schrecklich“ (Z. 1175).

Ähnlichkeiten zu **Herrn A** bestehen in den Erzählungen von **Herrn B** darin, dass auch er von einer „Parallelwelt“ spricht, in der er zeitweilig lebte und versuchte, den ihm gestellten „Aufgaben“ (Herr A) bzw. den „Geschichten“ (Herr B) nachzugehen. Bei beiden sind die Stimmen schließlich verstummt, auch wenn dieses Ereignis und seine Folgen sehr unterschiedlich beschrieben wird (siehe unten: Kategorie Q). Auch scheinen Gemeinsamkeiten bezüglich der Inhalte zu bestehen, obwohl hierzu nur wenige konkrete Angaben gemacht wurden. Beide wurden jedoch nach eigenen Aussagen von den Stimmen beschimpft. Unterschiede bestehen hinsichtlich der ständigen Änderungen der Stimmen von Herrn B und der Art und Dauer des Auftretens, die bei Herrn A „wellenförmig“ und bei Herrn B ohne größere Pausen war. Für beide stellte das plötzliche Aufklaffen einer „Parallelwelt“ eine Herausforderung dar, mit der sie unterschiedlich umgegangen sind (siehe Konstrukt 2: Selbstbehauptung).

Frau C hat nach dem Tode ihres Vaters zunächst „gewisse Geräusche gehört, die plötzlich auftraten“ (Z. 75), wie z. B. ein Klopfen an der Tür. Schließlich sprach er auch in einer Art

„Wachtraum“ mit ihr und vermittelte ihr ein „Schuldgefühl auf geistiger Ebene“ (Z. 51 f.), weil er die Familie „verlassen hat“. Nachts hörte sie einmal, wie jemand ins Kinderzimmer hineinging und als sie hinterherlief, hörte sie „wie jemand sagte ‚psssst, schlaft gut, psssst schlaf gut‘, trotzdem keiner da war“ (Z. 95 f.). Bei Dunkelheit hat Frau C auch „ein geistiges Wesen“ gesehen. Sätze wie „du brauchst keine Angst haben, ich bin ja da“ (Z. 105 f.) hörte sie eher „verschwommen“. Diese Phase dauerte ca. 14 Tage, bis die Stimme dann auch unter Druck der Kirche (siehe Konstrukt 2: Selbstbehauptung) vorerst verschwand. Im Jahr 1998, also 28 Jahre später taucht sie nach ständiger Krankheit (siehe Kategorie Q und Konstrukt 2: Selbstbehauptung) wieder auf. Frau C befand sich kurz vor einer Notfalloperation ihrer „Ohrspeicheldrüsensteine“ und hatte „WAHNSINNIGE Schmerzen“ (Kategorie A). Beim Anblick der anderen Patienten, die an der „gleichen Stelle operiert“ wurden, bekam es Frau C „mit der Angst zu tun“ (Z. 250). Sie ging in ihr Zimmer und sagte: „Lieber Gott, haste mich denn ganz verlassen, ich habe solche Angst“ (Z. 253 f.), woraufhin sie eine Stimme beim Namen nennt und ihr antwortet: „Geh nach Hause, nimm dein Leben selbst in die Hand, habe Vertrauen auf dich und das, was du hörst“ (Z. 259 f.). Im Fall von Frau D stellt sich die Herausforderung demnach eher dahingehend, der Aufforderung der Stimme zu mehr Selbstständigkeit und Verantwortung beizukommen. Einige Zeit später hörte sie zu Hause erneut eine Stimme, die mit viel „Sanftheit“ spricht: „Bleib ganz ruhig, habe einfach nur Vertrauen“ (Z. 300). Die Stimme ist in der folgenden Zeit immer „begleitend“ bei Frau C, während sie sich um ihre Gesundheit kümmert (siehe Konstrukt 2: Selbstbehauptung). Eines Tages fordert die Stimme Frau C auf, sich auf ihre Massageliege zu legen und zu meditieren. Sie habe dort sechs Stunden gelegen und „hintereinander wechselweise“ Schmerzen gespürt, unter denen sie die Jahre zuvor gelitten hatte. Sie erzählt weiter: „Meine ganzen Ahnen, die Verstorbenen, die haben dann sozusagen durch mich gesprochen“ (Z. 337 f.). Ihr Mann sagte, es sei „wie ein Schreien“ aus ihr herausgekommen. Im Anschluss kündigte die Stimme mit: „Das war jetzt geistige Heilung pur, die Probleme, die Blockaden, die hab ich jetzt auf diesem Weg gelöst, es war natürlich schmerzhaft, aber du bist jetzt geheilt“ (Z. 353 ff). Später, als sich die Stimme bereits als der Vater von Frau C vorgestellt hatte und sie ihm mitteilte, sie wolle sterben, bekundete er, ihr dabei helfen zu wollen. Sie sollte jedoch vorher „ihr Haus noch in Ordnung“ (Z. 376) bringen. Anschließend sollte sie sich „hinlegen zum Sterben“. Nach mehreren Stunden ertönt „PLÖTZLICH“ die Stimme: „Ich hab jetzt die Faxen dick, die Sonne scheint draußen, du ziehst dich jetzt an, es wird nicht gestorben, ICH bin für euch gestorben“ (Z. 393 f.). Im Laufe eines gemeinsamen Spaziergangs durch den Wald klärt ihr Vater Frau C sowohl über die Ursache seines Todes als auch über die Umstände seines

Erscheinens auf. Er berichtet, dass die Operation, die ihr kurz bevor stand sein „Todesurteil“ gewesen sei. „Vom ersten Moment meines Ablebens bin ich mit dir verbunden“ (Z. 401 f.). Er sagt, sie seien „energetisch miteinander verbunden“, da er sie „immer geliebt“ habe und sie sein „Wunschkind“ gewesen sei. Weiterhin möchte die Stimme Frau C bei ihrer „Arbeit helfen“, „kreativ werden“ und ihr „die göttliche Natur“ zeigen. Die Machenschaften der Kirche bezeichnet er als „menschliche Macht“. Er bittet sie darum, ihm ihren Mund zu „leihen“, um seinen „Tonfall“ zu hören. „Dann wirst du fühlen, dass ich es bin, dein Papa“ (Z. 418 f.). Verändert hat sich die Stimme seitdem bis heute nicht mehr. Allerdings gab es noch am Anfang eine Situation, in der plötzlich „heftige Stimmen kamen, mehrere Stimmen“ (Z. 435 f.), die sagten „wenn du was sagst, die bringen dich um, du wirst umgebracht“ (Z. 436). Die Stimme ihres Vaters blieb in diesem Moment aus. Die Stimmen treten auf, als Frau D zu Besuch bei ihrem Schwager ist, der ihren Erzählungen skeptisch gegenüber steht und sie in die Psychiatrie einweisen lassen will (siehe näheres Konstrukt 2: Selbstbehauptung). Nachdem Frau D zu Hause angekommen ist, rät ihr die Stimme, „Kontakt mit Gleichgesinnten“ aufzunehmen und hierzu den „Leiter der Krankenkasse“ anzurufen. In der Folgezeit kommen viele kreative Ideen „von seiner Seite“, da er Frau C erzählt, er habe „seine Kreativität selbst persönlich damals nicht ausleben“ (Z. 508 f.) können. Durch Frau C habe er „die Welt kennengelernt“, da er „ALLES miterlebt“ habe. Die Stimme äußert sich nicht pausenlos mit der Begründung: „Wenn ich jetzt sichtbar leben würde, würde ich auch nicht pausenlos auf dich einreden“ (Z. 592 f.). Frau C berichtet außerdem von optischen Wahrnehmungen von „Lichtgestalten“ und „Auren“, die jedoch nicht in direktem Zusammenhang mit der Stimme stehen und auch nur einige Male vor ihrem Auftreten vorgekommen sind (siehe Konstrukt 2: Selbstbehauptung).

Ähnlichkeiten zu **Herrn A** und **Herrn B** lassen sich bei **Frau D** lediglich in der kurzen Phase der Verwirrung erkennen, als ein „Chaos“ in ihrem Kopf herrscht. Ansonsten sagt ihre Stimme durchweg positive und unterstützende Sätze. Zudem macht sich die Stimme als eine geliebte Person erkenntlich, deren Gesellschaft somit gerne gesehen ist. Eine Herausforderung besteht bei Frau D somit vielmehr hinsichtlich ihrer Umwelt, gegen die sie sich behaupten muss (siehe Konstrukt 2: Selbstbehauptung), als hinsichtlich ihrer Stimme. So stellte auch die Zeit ohne Stimme (siehe unten: Konstrukt Q) eine besondere Herausforderung für sie dar.

Frau D erinnert sich daran, dass sie das erste Mal eine Stimme unter der Dusche vernahm, die ihr erklärte, wie sie sich „waschen soll“. Auf ihre Frage, wo dieses „Wesen“ sei, sagte die Stimme: „Ich störe andere Leute beim Beten“ (Z. 241). Später hörte sie „nach dem

automatischen Schreiben“ (Z. 224) Stimmen, gegen die sie sich vehement wehrte (siehe Konstrukt 2: Selbstbehauptung). Kurz darauf wird Frau D eine hohe Dosis Haldol verabreicht, die sie über fast zwei Jahre einnimmt (näheres Konstrukt 2). In dieser Zeit nimmt sie keine Stimmen mehr wahr. Als sie die Medikamente absetzt, fängt Frau D erneut an, „Einzelsätze“ zu hören, wie z. B. „alles ist eins, wenn Feuer und Wasser zusammenkommen“. Es habe sich um „eigenartige, mystische Sätze“ gehandelt, die auftraten, ohne dass sich Frau D weiterhin mit dem Spiritismus beschäftigte. Vor einem Umzug für längere Zeit habe Frau D den Satz gehört: „Komm nicht ins Chaos“. Ein weiteres Mal sei sie im Urlaub mit ihrem Ex-Mann auf einen Berg gewandert und habe den Satz gehört: „Du bist meine geliebte Tochter, an dir hab ich mein Wohlgefallen“. Dieser Form des Hörens von Stimmen hält über einige Zeit an, bis Frau D am 1. April 1999 in einem Papierwarengeschäft einen „gedanklichen Impuls“ vernimmt: „Kauf dir, was du willst, du musst nur ein Motiv haben“ (Z. 446 f.). Kurze Zeit später heißt es „die beiden Damen will der Himmel belohnen“ (Z. 467) und schließlich „jetzt kannst du schon langsam aufhören“ (Z. 473 f.). Diesem Ereignis ging der Krebstod ihrer Mutter, bei der Frau D bis zuletzt lebte, und eine eigene gerade beendete Krebstherapie voraus (Kategorie A). Frau D hatte somit „zum ersten Mal im Leben alleine eine Wohnung“ (Z. 492) und eine „nette Summe Geldes“ zu ihrer Verfügung. Da ihr älterer Sohn zu dieser Zeit noch bei ihr wohnte, entstand bei Frau D das „Bedürfnis“, „auf eigenen Beinen“ zu stehen. Somit übte sie „Druck“ auf ihn aus, zu seiner Freundin zu ziehen. Frau D stand in Anbetracht dieser Ereignisse „am 1. April davor, ein neues Leben zu beginnen“ (Z. 490 f.). Als die Söhne jedoch von ihrer großen Geldausgabe (53.000 Schilling) erfuhren, führten sie Frau D einem Entmündigungsverfahren zu (hierzu mehr unter Konstrukt 2: Selbstbehauptung). In dieser Zeit wird Frau D eines Tages „in der Früh“ von einer männlichen Stimme „begrüßt“, die sie von nun an begleitet und ihren „Tagesablauf kommentiert“. Im Supermarkt sagt die Stimme beispielsweise, Frau D solle „ein Bier kaufen“ oder „das und das haben wir noch zu Hause“ (Z. 43 f.). Manchmal macht die Stimme auch „Bemerkungen über Menschen“, denen Frau D begegnet. Auf Nachfrage von Frau D sagt die Stimme, er „möchte ADONIS genannt“ werden. Er erzählte Frau D, er sei „ein Wissenschaftler auf einer Südseeinsel und die erforschen halt da die Gehirne der Menschen“ (Z. 71 f.). Später bezeichnete er sich als „Außerirdischer“ oder „Gott“ und Frau D als „Jesus“, bis er schließlich ihre Erklärung übernahm und sagte, er sei „ein Wellchen“. Er akzeptierte ebenfalls, dass er „ein Toter“ sei. Oft sei Adonis „ärgerlich oder zornig oder unflätig in seinen Bemerkungen“ (Z. 94 f.) und wenn er sich über etwas ärgere, werden von ihm „Schimpfworte gebraucht“. Frau D schildert eine Situation, in der die Stimme von ihr verlangte, die

Wohnung so aufzuräumen, „wie ER sich das vorstellt“ (Z. 635 f.). Zudem kam es oft vor, dass Adonis nachts auf Frau D „eingesprochen“ hat oder ihr vorschlug, mitten in der Nacht „spazieren“ zu gehen. So kam es, dass Frau D eines Nachts zur „STRICHszene“ lief (siehe Konstrukt 2: Selbstbehauptung), um dort auf Anraten ihrer Stimme, „mit einer Dame dort ins Gespräch“ (Z. 662) zu kommen. Er sei eine „ziemlich abenteuerlustige Stimme“, der nur bei ihr ist, „weil er seinen Spaß haben will“ (Z. 657 f.), zu dem ihm Frau D „verhelfen“ soll. Jedoch hört Frau D auch Sätze wie „bring DICH um“ oder „bring deine Mutter um“ von ihrer Stimme. Weiterhin berichtet Frau D, dass ihr die Stimme versprach, „eine mediale Ausbildung zuteil werden“ (Z. 679) zu lassen und so auf ihren „Wunsch“ von früher eingegangen sei. Als Frau D etwas später in die Psychiatrie eingewiesen wird (siehe Konstrukt 2), war Adonis „DA“ und „eigentlich sehr nett“. Er habe immer gesagt: „Bleib ruhig, sei ruhig, es wird nichts geschehen, es wird schon in Ordnung kommen“ (Z. 805 f.). Auch bei den „Recherchen“ wegen des „Sachwalterverfahrens“ hat die Stimme Frau D stets begleitet. Auf dem Weg zum Gericht sagt ihr Adonis, „das Ganze wäre eine Glaubensprüfung“ (Z. 810 f.). Irgendwann später äußert Adonis, er würde sich an Frau D „anhängen“, wenn sie stirbt, da er „halt auch in den Himmel kommen“ (Z. 1001) möchte. Im Laufe der Jahre sind zu der Stimme des Adonis zwei andere Stimmen hinzugekommen. Hierbei handelt es sich zunächst um eine „Stimme, die Adonis gut zuredet, unter Umständen auch, dass er gehen soll“ (Z. 18 f.). Diese Stimme, die Frau D seit zwei Jahren hört, „redet nur mit IHM“ (Z. 839). Eine zweite Stimme kam hinzu, als Frau D ein Maskottchen gefunden hat und dieses als ihren und Adonis „Sohn“ bezeichnete (siehe Konstrukt 2: Selbstbehauptung) bezeichnete. In der Folge trat immer dann eine Kinderstimme in Erscheinung, „wenn´s jetzt heißt, dass wir weggehen“ (Z. 843 f.). Das Kind sagt dann „fein“ oder macht „brrrr, brrrr“ beim Busfahren. Bei allen drei Stimmen handelt es sich um männliche Stimmen.

In diesem letzten Punkt besteht eine Ähnlichkeit zu **Frau C**, die ebenfalls lediglich eine männliche Stimme vernimmt. Ansonsten gibt es jedoch große inhaltliche Unterschiede zwischen der Stimme von Frau C und derjenigen von **Frau D**, die oft auch negative Dinge sagt. Beide Stimmen machen jedoch Vorschläge hinsichtlich des Handelns. Dies ist auch bei **Herrn A** und **Herrn B** der Fall, die allerdings im Vergleich zu **Frau C** und **Frau D** vielmehr in eine „Parallelwelt“ gezogen werden. Die Stimmen der weiblichen Interviewteilnehmerinnen nehmen hingegen Bezug auf ihr *Alltagshandeln*. Eine Herausforderung für **Frau D** ist ähnlich wie bei **Frau C** in ihrem Umfeld zu sehen. Allerdings kann bei **Frau D** auch die Stimme als eine Herausforderung gesehen werden, die jedoch im Vergleich zu ihren familiären und rechtlichen Schwierigkeiten geringere Bedeutung einnimmt

(siehe Konstrukt 2: Selbstbehauptung). Auch bei **Herrn A** und **Herrn B** stellen die Anforderungen des Alltags eine Herausforderung dar, die im nächsten Kapitel genauer beschrieben wird.

Die zentrale **Kategorie Q** beinhaltet Aussagen über ein Leben ohne Stimme. Hierbei kann es sich auch lediglich um eine Phase handeln, nach der die Stimmen wieder auftauchen.

Herr A lebt seit Januar 2005 „OHNE Stimme“, nachdem diese von „einer Minute auf die andere“ (Z. 58 f.) wie oben beschrieben verschwand. Seitdem fehlt Herrn A „ein bisschen was“, vor allem dass er „immer einen Gesprächspartner bei sich“ (Z. 92) habe. „Ich kann mich anstrengen, wie ich will, ich höre nichts mehr, Schade, ne?“ (Z. 1365 f.) In der Folge habe sich Herr A dann „wieder richtig einordnen“ müssen in „das Leben hier“, was ihm „ganz gut gelungen“ sei. Nach einer langen Zeit (ca. 19 Jahre) *mit* Stimmen, die er später als „Ratgeber“ (siehe Konstrukt 2: Selbstbehauptung) ansah, stellte dieses plötzliche Verschwinden eine Herausforderung dar, der Herr A aufgrund seiner charakterlichen Veränderungen (siehe Konstrukt 3: Selbstfindung) standhalten konnte.

Herr B hört ebenfalls zum Zeitpunkt des Interviews „schon lange keine Stimmen mehr“ (Z. 15). Dennoch sagt er, dass man sich nie „sicher sein kann, dass man keine hört“ (Z. 25), da man diese „Unsicherheit“ Gehörtem gegenüber „als Stimmenhörer gelernt“ habe. Inzwischen habe er sich „gut wieder gefangen“, jedoch war er direkt nach Verstummen der Stimmen „völlig am Arsch“. „Man fällt ins NICHTS“ (Z. 590) und fühle sich sehr „einsam, wenn die weg sind“ (Z. 586). Er habe sich einer „Art Sucht“ gleich nach dem vorherigen „intensiven Leben“ gesehnt, da es ohne Stimmen „total langweilig“ geworden sei. Herr B beschreibt, dass er „emotionslos“ geworden sei, da er sich im Laufe des Stimmenhörens „antrainiert“ habe, diese „loszuwerden“. So schloss sich an das Verstummen der Stimmen eine „TOTAL heftige Depression“ an, die ca. zwei Jahre andauerte. Herr B habe sich in dieser Zeit „bedauert“, dass er nicht wieder „die lustige Ulknudel“ sein konnte. Diese Phase sei schlimmer „als alles Stimmenhören“ gewesen. Erst seit „zwei, drei Jahren“ sehnt sich Herr B nicht mehr zurück nach seiner alten „Lebensqualität“. Dennoch habe er heute immer noch nicht „die Qualität gefunden“, die er früher besessen habe. Dennoch habe er „ganz andere Qualitäten“ mit Hilfe der Stimmen entwickeln können (siehe Konstrukt 3: Selbstfindung).

Im Vergleich zu **Herrn A** stellt der Verlust der Stimmen für **Herrn B** eine besondere Herausforderung dar, die er zunächst einige Jahre im passiven Zustand der Depressivität zubrachte, bevor er sich ihr aktiv stellen konnte.

Frau C hört im Gegensatz zu obigen Fällen zum Interviewzeitpunkt eine Stimme. Allerdings beschreibt sie eine Zeit von 28 Jahren, in denen sie keine Stimmen gehört habe. Die anfängliche Stimme sei in Folge der „religiösen Sichtweise“ (siehe Konstrukt 2: Selbstbehauptung) und des Betens verschwunden. Sie sei damals davon ausgegangen, ihr Vater habe hierdurch „seinen Frieden gefunden“. „Dann habe ich keine Stimmen mehr gehört, aber da kam eben halt eine Erkrankung nach der anderen“ (Z. 127 f.). Diese Krankheitsphase (siehe Konstrukt 2) wurde dann auch wieder von dem erneuten Auftauchen der Stimmen abgelöst (siehe oben). Das Verschwinden der Stimme mag damals trotz entgegengesetzter Annahmen eine Herausforderung dargestellt haben, schließlich doch ein Leben ganz ohne die Unterstützung ihres Vaters zu führen. Die Krankheitsphase forderte Frau D schließlich dazu heraus, sich selbst zu behaupten und ihr Leben in die eigenen Hände zu nehmen (siehe Konstrukt 2), genau wie die Stimme später von ihr verlangte.

Hinsichtlich der Leidenszeit bestehen Ähnlichkeiten zu der Geschichte von **Herrn B**, da dieser nach dem Verstummen ebenfalls längere Zeit an Depressionen litt. Im Gegensatz zu Herrn B hat **Frau C** jedoch nur recht kurz die Stimme ihres Vaters gehört. Dennoch sieht sie ihre lange Leidenszeit im Nachhinein im Zusammenhang mit dem nicht Annehmen der Stimme, welche dennoch die ganze Zeit über bei ihr gewesen sei (siehe oben). **Herr A** hat mit **Herrn B** und **Frau C** insofern etwas gemein, als er über das Verschwinden traurig war und seine Stimmen gerne wieder hätte.

Frau D berichtet ebenfalls von einer stimmenlosen Zeit, während sie ihre Medikamente nahm und in einem „zombiehaften Zustand“ gelebt habe (siehe Konstrukt 2: Selbstbehauptung). Die Stimmen hätten in dieser Zeit „bestimmt kein Interesse“ an ihr gehabt. Weiter geht sie nicht auf die Zeit ohne Stimmen ein, da sie auch wie **Frau C** zum Zeitpunkt des Interviews noch Stimmen hört. Ähnlichkeiten zu **Herrn A** bestehen insofern, als dass auch dieser unter Medikamenten Phasen ohne Stimmen hatte und diese dann in „Wellenform“ immer wieder auftauchten. **Herr B** spricht ebenfalls kurz über eine Zeit ohne Stimmen, ohne diese auszuführen, woraufhin es zu einem „Rückfall“ gekommen sei. Trotz der wiedererlangten Erlebnisfähigkeit war er jedoch über das Wiederauftauchen nicht besonders erfreut. Sowohl **Frau C** als auch **Frau D** freuten sich über das Wiederauftauchen der Stimmen sehr, worauf im folgenden Kapitel näher eingegangen wird.

(3) Konstrukt 2: Selbstbehauptung

Als Reaktionen auf immer wieder auftretende Herausforderungen einerseits durch die Lebenssituation und das Umfeld, andererseits durch die Stimmen, berichten die interviewten Personen davon, wie sie auf diese reagieren, ihnen entgegentreten und sich somit selbst behaupten. Auch wenn es bei einigen Phasen gegeben hat, in denen es den Anschein hatte, dass die Betroffenen die Verantwortung komplett abgegeben haben, so haben sie diese an einem Punkt ihres Lebens erneut übernommen. Wie es zu dieser Verantwortungsübernahme gekommen ist und was dabei nach Aussagen der Stimmenhörer geholfen hat, ist Gegenstand dieses Kapitels. Es geht im Folgenden einerseits um die Behauptung gegenüber den Stimmen. Diese besteht zunächst im Bilden erster Annahmen über die Stimmen, die helfen, das Erlebte in das eigene Weltbild einzuordnen und es so zu bewahren, und läuft schließlich sowohl auf die Entwicklung einer stabilen Beziehung als auch auf die Festigung von Annahmen und Erleben der Stimmen hinaus. Andererseits müssen sich stimmenhörende Menschen den Reaktionen ihrer Umwelt stellen und sich ihr gegenüber behaupten. Hierzu gehört sowohl die Erfahrung mit Ärzten als auch der Umgang der eigenen Familie bzw. des sozialen Umfeldes mit dem Phänomen. Diese Hilfe von anderen Personen steht oft im Gegensatz zu der Art und Weise, wie sich die Menschen schließlich selbst zu helfen wissen. Aufgrund der Vielzahl an zentralen Kategorien, die diesem Konstrukt zugeordnet sind (siehe V. 3. c Verdichtung), werden diese thematisch gruppiert und gemeinsam behandelt. Da diejenigen Themen, welche im Rahmen der Fragestellung dieser Arbeit von besonderem Interesse sind, dem Konstrukt 2 zugeordnet wurden, wird dieses besonders ausführlich behandelt.

Die zentralen **Kategorien C, D und E** umfassen Erzählungen über das erste Erleben der Stimmen, den Umgang mit ihnen und die Annahmen hinsichtlich Ursprung und Bedeutung. Die Beschreibung des Erlebens bezieht sich sowohl auf Empfindungen, die mit den Stimmen im Zusammenhang auftreten, als auch auf optische Eindrücke. Der Begriff „Umgang“ beinhaltet sowohl den direkten Umgang mit den Stimmen und die zu ihnen aufgebaute Beziehung als auch Strategien des Umgangs, welche die Stimmen nicht direkt mit einbeziehen. Aussagen über Annahmen können zum einen Erklärungen über den Ursprung der Stimmen und ihrer Person beinhalten, zum anderen können sie Aufschluss über die angenommene Motivation ihres Auftauchens geben. Die Aussagen werden bis zu dem Punkt wiedergegeben, an dem wesentliche Änderungen im Fühlen, Denken oder Handeln einsetzen. Nicht in jedem Fall ist jedoch ein klarer Wendepunkt auszumachen, so dass auch in diesem

Abschnitt schon kleinere Veränderungen beschrieben werden, welche jedoch noch nicht für eine grundlegende Wandlung des Erlebens, des Umgangs oder der Annahmen stehen.

Herr A hat seine Stimmen zu Anfang als „aggressiv“ empfunden und hatte so eine „furchtbare Angst“ vor ihnen. Er habe oft am „ganzen Leibe gezittert“ und „auf den Tod gewartet“ (Z. 36). Herr A war „VOLLKOMMEN überfordert“ von den Aufgaben, die ihm die Stimmen stellten und oft nach Erfüllung dieser „vollkommen geschlaucht“. Er sei „durch ne ziemliche Hölle gegangen“ (Z. 803 f.). „Ich war sehr oft niedergeschlagen, wenn die Stimmen da war’n. Ich hatte sogar Selbstmordge//“ (Z. 830 f.). Die von den Stimmen geforderten Handlungen habe Herr A „nicht hinterfragt“, er „machte dann alles“, was die Stimmen „forderten“, da er „helfen wollte, dort in dieser Welt Ordnung zu schaffen, eine himmlische Ordnung zu schaffen“ (Z. 604 f.). Schließlich beherrschte Herr A „die Situation nicht mehr“ (Z. 841), was „das Schlimmste an der ganzen Geschichte“ (Z. 842) gewesen sei. In den folgenden zehn Jahren habe er dann versucht, „die Stimmen wegzukriegen“, indem er sie auf „gemeinste Art und Weise“ (Z. 792) „angeschrien“ „weggeschickt“ oder ihnen „den Tod an den Hals gewünscht“ (Z. 1249 f.) hat. Über die Inhalte der Stimmen hat sich Herr A damals noch keine Gedanken gemacht. Er sagt, er hätte „seine Situation“ wiedererkennen können, jedoch komme man „natürlich nicht soweit“. Über die Herkunft der Stimmen hat er sich keine großen Gedanken gemacht, da das Erlebte für ihn einer „ganz realen Parallelwelt“ entstammte. Herrn A kostet es große Anstrengungen, sich gegen die Angriffe der Stimmen zu behaupten, so dass er schließlich aufgibt und ohne Widerstand ihren Befehlen folgt.

Herr B hielt die Stimmen zunächst für real, bis er sie nach einigen Monaten als so „surreal“ und ihre Inhalte als so „absurd“ empfand, dass er anfang, sich Gedanken zu machen. Zudem geriet er ins „Zweifeln“, nachdem er verschiedentlich überprüfte, ob sich Menschen „hinter der Wand“ befanden, aus der die Stimmen kamen. Neben diesen Erlebnissen mit den Stimmen „stimmte auch alles mögliche andere nicht“ (Z. 139), was Herr B dann unter den Begriff „Psychose“ einordnet. Er sei „total phobisch“ gewesen und habe gedacht, „die wollen mich umbringen“ (Z. 670). Dementsprechend habe er dann auch gehandelt und habe sich beispielsweise geweigert, mit den anderen im Zug nach Hause zu fahren. Nach dem Ende der Tour, gab es innerhalb weniger Tage einen „Riesensprung“, wo „SCHLAGARTIG eine Änderung eingetreten ist“ (Z. 174) und Herr B einen „neuen Umgang“ mit sich gefunden hat. Er habe „überhaupt nicht schlafen“ können, „es war nur ALARM im Kopf“ (Z. 1261). Er nahm nun lediglich Stimmen „interner Art“ (siehe oben Konstrukt 1) seiner früheren

Arbeitskollegen wahr. Da ihm klar wurde, dass diese „nicht DA sind“, was er auch überprüfte, hat er zunächst an „Telepathie“ als Erklärung gedacht. Er habe damals jedoch eine „psychische Barriere“ empfunden, „das zu kontrollieren“, da er „einfach Schiss vor der Antwort“ (Z. 230 f.) hatte und davor, dass sein bisheriges „Weltbild dann einfach FALSCH“ (Z. 237) gewesen sei. Hierauf folgte ein „Schlüsselmoment“, in dem Herr B zu einer weiblichen Stimme eine „wage Vorstellung“ eines „Wesens“ assoziiert, welches über ihm steht. Es sei ihm wie ein „friedliches, schönes Inkarnationserlebnis“ vorgekommen. Nachdem noch andere Stimmen auftauchten, stellte Herr B Fragen, „da gab es dann aber keine Antwort drauf“ (Z. 522 f.). Zu den Worten dieser Stimmen habe Herr B immer sofort eine „Person mit Beziehung und aller Vergangenheit“ (Z. 378) assoziiert. Obwohl ihm die Personen „unbekannt“ waren, wusste er sofort, ob sie ihm „gut oder böse gesinnt“ (Z. 383) waren. Es sei also zu den Stimmen immer die „IDEE dahinter“ oder ein „emotionaler Wert“ vorhanden gewesen, den man „einfach so“ glaube. Man habe ein „RIESEN-Wissen, was aus dem Nichts kommt“ (Z. 401 f.) und sei davon „tausendprozentig überzeugt“. So entstehe dann teilweise „sofort eine Geschichte“ dazu, die je nachdem ob er sich auf diese einlasse, noch wachse. „Ich habe es alles so geglaubt und lebte da voll in diesen Stories“ (Z. 726). Er sei in der Folgezeit „von einer psychotischen Geschichte in die nächste“ (Z. 731 f.) gekommen, die er alle „verfolgt“ habe. So habe er „zum Beispiel irgendwelche Verabredungen getroffen“ (Z. 741) und sei mit dem Auto 200 Kilometer irgendwo hingefahren, weil er dachte, „da steht dann einer auf dem Feld“ (Z. 743). Da Herr B zu dieser Zeit nur „sporadisch“ arbeiten musste, hat er seine Erlebnisse „richtig ausgelebt“. Er habe auch „nicht darunter gelitten“, weil er die auf Anregung der Stimmen erlebten „Geschichten“ „spannend“ fand. „Das ist die ganze Zeit Feuer, Feuer, Feuer, totale Freude und super Programm, also abenteuerliches Leben, total klasse, fürchterlich anstrengend“ (Z. 588 f.). Wie an anderer Stelle schon beschrieben, sagt Herr B, dass er die Stimmen wie eine „Art Sucht“ empfunden habe. Zudem habe er „eine extrem starke emotionale Bindung zu diesen Stimmen“ (Z. 550 f.) empfunden und konnte sich daher „überhaupt nicht abgrenzen“. „Wenn der traurig war, dann war ich besorgt und wenn der wütend war, dann hatte ich Angst“ (Z. 561 f.). So sei er emotional immer „extrem involviert“ gewesen. Später seien noch „hohe Qualitäten“ hinzugekommen, bei deren Anwesenheit er sich „besessen“ gefühlt habe, ohne dass eine Stimme hinzukam. Es sei „wie ein Schub“ gewesen, der ihm anzeigte, „das ist wieder der und der“ (Z. 1025). Diese Erfahrung sei für Herrn B „bedrohlich“ gewesen. Als im Zuge eines veränderten Umgangs mit seinen Stimmen (siehe nächster Abschnitt) die „hohen Qualitäten“ verschwanden und neue, sogenannte „Brabbelameisen“ (siehe Konstrukt 1) hinzukamen, war Herr B schließlich

sehr genervt. Diese haben auf seine Bemühungen „ÜBERHAUPT nicht mehr“ reagiert, was „sehr anstrengend“ gewesen sei. „Wie so ein Hubschrauber, der über einem kreist“ (Z. 1054). In dieser Zeit haben dann auch „diese großen Ideen“ aufgehört. Den „Quälgeistern“ gegenüber habe sich Herr B „ohnmächtig“ und „wütend“ gefühlt. Er habe „die ganze Zeit unter Beobachtung“ (Z. 1134 f.) gestanden und sich an den „intimsten Stellen gepiesackt“ gefühlt, was „psychisch“ „sehr schmerzhaft“ gewesen sei. Die Erklärungen von Herrn B für die Stimmen haben sich eigentlich mit der Zeit ständig gewandelt, denn „man forscht dann ja in sich immerzu, was kann das sein, also das Hirn ist die ganze Zeit VOLL beschäftigt, immerzu nur verzweifelt eine Erklärung dafür zu finden“ (Z. 327 ff). Er sei sich immer sicher gewesen, dass die Stimmen „von außen“ kommen, da sie so „VOLLKOMMEN absurd“ und „fern meiner Phantasie“ gewesen seien. Es habe seine Erfahrungen als „ganz andere Klasse“ als seine Träume eingestuft, da es ihm „vollkommen fremd“ vorkam. Er habe lange an der Erklärung durch Telepathie festgehalten und auch „unbewusste Anteile“ der Persönlichkeit in Betracht gezogen. Irgendwann fange man dann an, die „normale umgebende Realität“ in die Erklärung mit einzubauen, das heißt, dass die Stimmen einen beispielsweise vor einem herunterfallenden Gegenstand „warnen“ wollten. Die durch die Stimmen vermittelten „Ideen“ lassen sich „nur schwer zerstören“. Irgendwann wurde Herrn B klar, dass er „halluziniert“ und etwas erlebt, „was andere Leute nicht erleben“. So kam er auf die Idee, dass ihm vielleicht ein „Witzbold irgendwas in den Kaffee gekippt hat“ (Z. 859 f.). Da er „keine Erfahrungen“ habe, fragte er Freunde nach den „Symptomen“, wurde aber „nicht richtig fündig“. An dieser Vermutung hat Herr B lange festgehalten, da ihm auch sein Rückfall als „sehr drogisches Erlebnis“ erschien und er davor bei „irgendwelchen dubiosen Leuten“ Kaffee getrunken habe. Auch zu dieser Zeit habe er „nicht gesoffen und sonst nichts genommen“ (Z. 1148 f.). Die Inhalte der Stimmen habe Herr B „nicht groß“ interpretiert. „Zum Beispiel sagen sie sowas ‚jetzt hat er wieder Scheiß gebaut‘, wie soll man das interpretieren? Da denkt man, irgendeiner beobachtet einen und findet das blöd, was man gemacht hat“ (Z. 538 ff).

Im Vergleich zu **Herrn A** lassen sich bei **Herrn B** viele Gemeinsamkeiten hinsichtlich des Verfolgens der von den Stimmen provozierten „Stories“ erkennen. Jedoch empfindet Herr B nicht so große Angst wie **Herr A** vor der Macht der Stimmen. Im Gegenteil empfindet **Herr B** diese sogar als „spannend“. Beide beschreiben jedoch die Abhängigkeit ihrer Emotionen vom Verhalten der Stimmen. Dennoch habe er sich von den Stimmen „total bestimmt“ gefühlt, da sie einen „enormen Raum“ im „persönlichen Erleben“ einnehmen. Diese Erfahrung wird von **Herrn A** ebenfalls berichtet. Auch Herr A beschreibt, dass seine Emotionen durch das Verhalten der Stimmen bestimmt wurden und er oft „gezittert“ habe vor

Angst. Im Umgang mit den Stimmen machen sowohl Herr A als auch Herr B alles mit, was die Stimmen von ihnen verlangen. Sie schaffen es nicht, sich in irgendeiner Form von ihnen abzugrenzen. Die Inhalte werden von beiden nicht interpretiert. Bezüglich der Annahmen hat sich **Herr B** schon recht früh verschiedenste Gedanken gemacht, wohingegen **Herr A** die Existenz der „Parallelwelt“ nicht hinterfragte. Im Gegensatz zu Herrn A muss sich **Herr B** zumindest anfangs nicht gegen starke Angriffe der Stimmen behaupten. Dennoch versucht er zunächst, sein bestehendes Weltbild zu behaupten, indem er sich viele Gedanken über das Auftauchen der Stimmen macht. Schließlich muss er sich ebenso wie **Herr A** gegen die Übermacht der Gefühle behaupten, die er nicht mehr alleine steuern kann.

Frau C erzählt, dass das erste Auftauchen einer Stimme im Jahre 1970 ihr „keine Angst“ gemacht habe und für sie „nicht belastend“ gewesen sei. Sie habe ihrem Vater „im Traum gesehen“ und mit ihm „kommuniziert“. „Es sind viele vergangene Situationen angesprochen worden“ (Z. 48 f.). Frau C sei damals „noch nicht soweit“ gewesen, der Stimme zu vertrauen, da sie die „religiöse Sichtweise“ akzeptiert habe. Als Frau C dem Geräusch einer sich öffnenden Tür in das Zimmer ihrer Tochter nachgegangen ist, fand sie das Hören einer Stimme „unheimlich“, da „keiner da war“. Oft fühlte sie auch die Anwesenheit von etwas und wusste, es „IST etwas da“. Die Stimmen nahm Frau C damals noch „verschwommen“ wahr. Sie habe das Erlebte damals „als Freude empfunden“ und das Gefühl gehabt, „umsorgt“ zu sein, sie sei dadurch „nicht ganz alleine“ gewesen. Aufgrund des positiven Erlebens, teilte Frau C ihren Freunden und der Familie ihre Erfahrungen mit. Es sei „etwas Besonderes“ gewesen, mit dem „das Umfeld“ jedoch „nicht umgehen“ konnte (siehe unten zentrale Kategorie P). Kurz vor dem erneuten Auftauchen der Stimme und der Einlieferung ins Krankenhaus (siehe Konstrukt 1), nahm Frau C in der Kirche während eines „Entschlafenengottesdienstes“ einige Lichtgestalten wahr. Sie habe sich in dem Moment „den Verstorbenen so nah“ (Z. 628) gefühlt. Später sieht sie um den Kopf ihres Mannes, der als Priester den Gottesdienst abhielt, eine „Aura“. „Das war so schön, so goldig“ (Z. 635 f.). Bei anderen Priestern nahm sie später ebenfalls die „Aura“ wahr und stellte fest, dass diese jeweils unterschiedlich waren. Frau C berichtet nicht von einem späteren Wiederauftreten optischer Wahrnehmungen im Zusammenhang mit der Stimme. Als diese dann nach fast 30 Jahren wieder auftauchte, dachte Frau C zunächst, es handele sich um „die Gottesstimme“, da sie mit „so viel Sanftheit“ sprach. Sie sei sich in dem Moment sicher gewesen, „Gott ist bei mir“ (Z. 312). Dementsprechend sei sie „UNGLAUBLICH ruhig“ gewesen und sofort nach Hause gefahren, wie ihr die Stimme im Krankenhaus (siehe Konstrukt 1) geraten hatte.

Zunächst habe sie „gar nicht weiter über die Stimme nachgedacht“ (Z. 277), sondern war sich einfach sicher, dass sie „nichts falsch machen“ würde. „Aus einem Gefühl heraus“ (Z. 291) habe sie sich dann „Meditationskassetten gekauft“ und gedacht, sie müsse „Entspannung machen, was auch immer passiert“ (Z. 292 f.). In den folgenden Wochen habe sie sich „behütet“ gefühlt und konnte sich so ganz der Genesung hingeben (siehe unten Kategorie L), zu der die Stimme(n) nach Frau C auch einen wesentlichen Teil beigetragen haben (siehe Konstrukt 3: Selbstfindung).

Im Gegensatz zu **Herrn A** und **Herrn B** hat **Frau C** weder Angst vor ihrer Stimme, noch erlebt sie diese als anstrengend. Im Gegenteil wird ihr ein Gefühl der Ruhe vermittelt. Dennoch spürt sie die Anwesenheit ihrer Stimme genau wie **Herr B** bei einigen Stimmen. Da das Hören ihres Vaters für **Frau C** in direktem Zusammenhang mit seinem Tod steht, ist für sie der Ursprung der Stimme eindeutig. Beim späteren Auftauchen bringt sie die Stimme jedoch nicht sofort mit ihrem Vater in Zusammenhang, fühlt sich aber dennoch aufgrund der „Sanftheit“ der Stimme geschützt und nimmt aufgrund ihrer religiösen Prägung zunächst an, dass Gott mit ihr spreche. **Herr B** hört zunächst auch bekannte Stimmen, jedoch handelt es sich bei diesen Personen nicht um Verstorbene, so dass sich seine Erklärung zunächst im Reiche der Gedankenübertragung ansiedelt. Später handelt es sich dann um fremde Stimmen bzw. Personen, die Herr B wahrnimmt. Für **Herrn A** stellen die Stimmen von Anfang an Fremde dar, die ihm eine ganz eigene Welt vor Augen führen. **Frau C** muss sich aufgrund der beschriebenen Begebenheiten lediglich gegenüber ihrer Umwelt selbst behaupten, da sie die Stimme als Unterstützung erlebt. Indem ihr die Stimme sagt, sie solle ihr Leben selbst in die Hand nehmen, fordert diese sie sogar dazu auf, sich gegen die Umwelt, aber auch gegen ihre Krankheiten (siehe unten Kategorie N) zu behaupten.

Frau D hat auf den ersten Satz, den sie 1982 unter der Dusche hörte, zunächst reagiert, indem sie fragte: „Wo bist du, wenn du nicht bei mir bist?“ (Z. 240) Da sie das Phänomen nicht einordnen konnte, erzählte sie ihrer Mutter davon, die auch nicht „viel Ahnung gehabt“ habe. Frau D stellte damals fest, dass „seine Stimme mir oft näher war als meine Gedanken“ (Z. 246). Da sie „von dem Phänomen an sich keine Ahnung hatte, sondern eben nur dieses automatische Schreiben kennengelernt“ (Z. 251 f.) hatte, habe sie die Sache „nicht weiter verfolgt“. Dennoch sei sie „fröhlich und erfreut“ gewesen, „da plötzlich Kontakt zu haben“ (Z. 453). Als sie zu einem späteren Zeitpunkt nach dem „automatischen Schreiben“ anfing, Stimmen zu hören, die sie nicht mehr „auseinanderhalten“ konnte, setzte sich Frau D zunächst Kopfhörer auf und „wollte das weghaben“. Sie habe dann auch einen

„Nervenzusammenbruch“ bekommen, da sie von der Situation insgesamt (siehe auch Konstrukt 1) „überfordert“ gewesen sei. Sie habe zudem „verschiedentlich komische Dinge“ gemacht, wie z. B. ihren „Autoschlüssel weggeworfen“ oder ihren Ehering „in den Kübel“ geworfen. Frau D beschreibt, sie habe „verworrene Vorstellungen“ gehabt, dass jemand „selber Schuld“ sei, wenn er ihr Auto „unrechtmäßig“ in Besitz nehme. Ihre Mutter habe schließlich die „Rettung“ angerufen (siehe unten Kategorie P), jedoch sei sie nach einigen Stunden wieder nach Hause gekommen. Dort habe sie beim Kartenspielen mit ihrem „Mann“, ihrer Mutter und einem Sohn das Gefühl gehabt, sie spielt „mit dem Teufel“. Als Frau D nach einer zweijährigen Pause während der Behandlung mit Haldol (siehe Kategorie N) das Medikament absetzt, fängt sie wieder an, gelegentlich „Einzelsätze“ zu hören. „Nach dieser Zeit dann dürfte ich psychotische Prozesse durchgemacht haben“ (Z. 341 f.). Als Beispiel führt sie an, dass sie auf ein „Reinigungsmittel“ in der Werbung „hineingefallen“ sei, woraufhin sie an eine „staatliche Stelle“ geschrieben habe, um sich zu beschweren. Beim Hören des Satzes „komm nicht ins Chaos“ (Z. 393) habe sie sich bemüht, dass sie „ihren Umzug auf’s Land ordnungsgemäß vollziehe“ (Z. 415 f.). Es sei für sie „nichts Bedrohliches“ und „nichts Böses“, sondern „ein sehr vernünftiger Satz“ gewesen. Sie habe vielleicht angenommen, den Satz „irgendwo gelesen“ zu haben und dass er dann bei ihr „erschieden“ sei. Als sie erneut im Urlaub einen Satz vernimmt, identifiziert sie diesen als einen Satz aus der Bibel, „wo Jesus diese Stimme hört ‚du bist mein geliebter Sohn, an dir hab ich mein Wohlgefallen‘“ (Z. 425 f.). Sie erzählt jedoch „niemandem was“ davon und schenkt dem keine große Beachtung.

Im Vergleich zu **Herrn B** fällt eine Gemeinsamkeit dahingehend auf, dass beide von „Psychose“ (Herr B) bzw. „psychotischen Prozessen“ (Frau D) reden. Es bleibt unklar, ob diese Beschreibung sich lediglich auf das Empfinden der Stimmen und ihrer Äußerungen bezieht oder ob sie sich auf eine medizinische Definition der Psychose meinen. **Herr B** äußert jedoch, er wisse nicht, ob er den Begriff „medizinisch richtig“ definiert. Auch **Herr A** spricht mehrfach von „Psychosen“, die er mit dem Auftreten der Stimmen gleichsetzt. Im Gegensatz hierzu spricht **Frau C** dieses Thema überhaupt nicht an. Die drei anderen scheinen sich auf mit den Stimmen verbundene Gedanken und das Empfinden von irrealen Welten oder Wesen zu beziehen, während Frau C einige ihrer Erlebnisse, wie beispielsweise die „geistige Heilung“ durch die Stimmen (siehe auch Konstrukt 3) nicht dahingehend interpretiert. Genau wie Frau C empfindet **Frau D** die Stimmen nicht als bedrohlich, auch wenn sie einen „Nervenzusammenbruch“ beschreibt. Der Umgang ähnelt sich zunächst auch insofern, als beide den Stimmen nicht viel Beachtung schenken und sie erstmal als solche annehmen. Bei

Herrn B fängt das Hören von Stimmen ebenfalls mit gelegentlichen Sätzen an, die er jedoch anders interpretiert als Frau D. Durch das gelegentliche Wahrnehmen und den Inhalt der Stimmen sind bei **Frau D** allerdings andere Anfangsvoraussetzungen gegeben, als bei **Herrn A** und **Herrn B**. Auch **Frau C** hat nur im „Wachtraum“ Kontakt zu ihrer Stimme und macht ansonsten nur recht kurz die Erfahrung mit Geräuschen oder optischen Eindrücken. **Frau D** muss sich insofern auch noch nicht gegen die Stimmen behaupten, als sie „nichts Bedrohliches“ für ihre Person darstellen.

Es bleibt zu vermuten, inwiefern die Stimmen selber bei allen Interviewpartnern als Ausdruck der Selbstbehauptung gegen eine schwierige Lebenssituation gesehen werden können.

In den zentralen **Kategorien G, H und I** geht es um die Beschreibung von Veränderungen, welche die interviewten Personen in Bezug auf ihren Umgang mit den Stimmen bzw. die Beziehung zu ihnen, das Erleben oder die Annahmen beschreiben. Da sich auch in den oben beschriebenen Kategorien schon Änderungen vollzogen haben und es sich grundsätzlich beim Stimmenhören um einen Prozess handelt, ist diese Trennung künstlich. Es sollen hierdurch diejenigen Aussagen betont werden, welche sich auf eine grundlegende Veränderung beziehen, die für die Betroffenen von besonderer Bedeutung ist. Diesen Veränderungen kann eine Änderung der Stimmen vorhergehen oder auch folgen.

Herr A spricht von einem „Knackpunkt“, nach dem er sich aus seinem Leiden befreien konnte. Auslöser sei gewesen, dass die Stimmen, wie oben beschrieben (Konstrukt 1) „andere Menschen bedroht“ haben und es für Herrn A „absolut nicht mehr weiter“ (Z. 1040) ging. Er habe gedacht: „JETZT musst du umlenken“ (Z. 928 f.) und daraufhin erstmal „zu Gott gebetet“. Da er dennoch „furchtbare Angst“ hatte, habe er versucht, „die Ängste wegzudrücken“. Eines nachts sei er dann herumgelaufen, „schnipste mit den Fingern und sagte: ‚Und jetzt, meine lieben Stimmen, seid ihr meine Untertanen (...) jetzt bestimme ich, was Sache ist!‘“ (Z. 1052 ff). Davor habe er immer „wie das Kaninchen auf die Schlange“ (Z. 1078 f.) geschaut, nun sagte er sich: „Und jetzt bist du selber die Schlange“ (Z. 1079). Von diesem Moment an habe Herr A sich gegen die Stimmen zur Wehr setzen können und ihnen, wenn sie etwas wollten, gesagt: „Halt, Freunde so nicht, wir machen es genau umgekehrt“ (Z. 1059 f.). Plötzlich sei „alles, was so aufgestaut war, in Fluss“ (Z. 1071) gekommen. Obwohl die Stimmen „gar nicht reagiert“ haben, hatte Herr A seine „Stellung zu den Stimmen geändert“ (Z. 1114). „Es WAR plötzlich anders“ (Z. 1126 f.). Er sei den Stimmen „mit erhobenem Haupt“ entgegengetreten. Plötzlich merkte er auch, „sie versprachen viel und

gehalten haben sie nücht“ (Z. 1136 f.). Er machte also die Erfahrung, dass er sich wehren kann, „OHNE dass was passiert“ (Z. 1145 f.). Es habe sich nach Herrn A um einen „Umdenkungsprozess“ gehandelt, in dem er sich „selber verändern musste“. Auf die Frage, wie es zu diesem plötzlichen Wandel gekommen sei, antwortet Herr A, „dass es nicht mehr möglich war, so weiterzumachen“ (Z. 1089), er wäre „kaputt gegangen“. Es wäre daher vonnöten gewesen, zunächst durch ein „GAAANZ tiefes Loch“ zu gehen, da er „vorher keine Chance“ gehabt habe, zu erkennen, dass er „ein ganz anderer neuer Mensch werden musste“ (Z. 1528 f.) (siehe Konstrukt 3: Selbstfindung). Er trat nun „wieder SELBSTSICHER auf“. Im Anschluss habe er dann „den Stimmen verziehen“, was sie ihm angetan haben. Herr A merkte dann, dass auch Menschen ihm „Schreckliches angetan haben“ und verzieh auch diesen. Bald wurde ihm bewusst: „ICH habe Menschen verletzt, ICH habe Stimmen verletzt und ICH muss die Stimmen und andere Menschen um Verzeihung bitten“ (Z. 1244 f.). Herr A hatte die vielen Beschimpfungen und sein Verhalten „zu verantworten“. Diese Praxis des Verzeihens sei „der einzige Weg“, um „diesen Teufelskreis zu durchbrechen, Auge um Auge und Zahn um Zahn“ (Z. 1264 f.). Zunächst habe er es „unehrlich gemacht“, woraufhin „gar nichts passiert“ sei. Als er jedoch das „ganze Gefühl dahinter“ stellte und das Verzeihen als „ständigen Prozess“ begriff, sei dies der „Auslöser“ dafür gewesen, dass die Stimmen „Freunde wurden“. Es sei auch der „Schlüssel“ dafür gewesen, dass er zu seiner Umwelt wieder ein besseres Verhältnis aufbauen konnte (siehe unten Konstrukt 3: Selbstfindung). Der Prozess des Verzeihens habe ihm somit ein „normales Leben wiedergegeben“. Schließlich haben auch die Stimmen reagiert und sind „leiser geworden“. Der Inhalt der Stimmen ist gleich geblieben, nur hat sich Herr A nicht mehr davon beeindrucken lassen: „Macht mal euer Ding alleine“ (Z. 1350). Dennoch fing er im Laufe dieses Veränderungsprozesses seiner Person (siehe Konstrukt 3: Selbstfindung) an, über die Inhalte der Stimmen nachzudenken. So habe er erkannt, dass die Stimmen „nicht das Schlechteste“ von ihm wollen, sondern ihn lediglich „ändern“ möchten. Da die Stimmen dies nicht direkt gesagt haben, musste Herr A „den Kern herausfinden“. So ließ er aus den Aussagen der Stimmen, er hätte seine Mutter verraten und sie werde nun von den Teufeln gefangen genommen: „Du musst das Verhältnis zu deiner Mutter klären!“ (Z. 304 f.) „Sie haben meistens das Gegenteil von dem behauptet, was ich machen sollte“ (Z. 285 f.). So habe Herr A herausfinden können, dass „bestimmte sexuelle Praktiken ganz normal sind“ (Z. 329 f.) oder dass er ihm „die Menschlichkeit“ „gegenüber anderen“ abhanden gekommen war und er wieder versuchen müsse, „Mensch zu sein“. Das reden der Stimmen in „Fäkalsprache“ deutete Herr A dahingehend, dass er „auch mal in Fäkalsprache denken“ (Z. 265) könne, was er sich „sonst immer“ versagt habe. Seine

Beziehung zu den Stimmen habe sich daraufhin „grundsätzlich geändert“. Es sei „ein sehr freundschaftliches, sehr liebes Verhältnis“ (Z. 61 f.) entstanden, so dass ihm die Stimme „überhaupt nicht mehr böse vorkam“ (Z. 69). „Die Stimme konnte alles sagen, sie war frei in ihren Äußerungen und ich war frei in meinen“ (Z. 144 f.); „wir haben uns also gegenseitig akzeptiert“ (Z. 149). Herr A habe schließlich keine Angst mehr und auch „keine negativen Gedanken“ gegenüber den Stimmen gehabt, die er nun als „Freunde“ und nicht mehr als „Feinde“ betrachtete. Eine wichtige Voraussetzung hierfür sei gewesen, „angstfrei“ zu werden. „Wenn die Ängste verschwunden sind, kann man dann auch eine freundschaftliche Beziehung aufbauen“ (Z. 547 f.). Das Ziel der Stimmen sei es also gewesen, Herrn A darauf „aufmerksam“ zu machen, dass seine „Entwicklung“ „nicht passend“ für ihn gewesen sei und er sich „anders verhalten“ solle. „Ich habe dann also festgestellt, die Stimmen kennen meine Schwachpunkte ganze genau, besser als ich selber“ (Z. 211 ff). Die Stimmen wollen demnach bewirken, die „EIGENTLICHE Rolle, die man gekriegt hat im Leben, anzunehmen“ (Z. 1438) (siehe Konstrukt 3: Selbstfindung) und nicht „jemand anders“ zu sein. Mit der Zeit habe Herr A „herausgefunden, dass es eigentlich mein persönliches Ich ist, was sich da mit mir unterhält“ (Z. 167 f.). Aber vielleicht handele es sich auch um ein „kollektives Bewusstsein, was da mitwirkt, wo dann der liebe Gott oder (...) irgend eine höhere Gewalt mich darauf aufmerksam macht, diese Entwicklung (...) ist nicht passend für dich“ (Z. 172 ff). Auf Nachfrage betont Herr A, dass er an beide Möglichkeiten glaube. Später betont er, dass sehr viel „Weisheit der Natur“ hinter dem Phänomen stehe, die zu „ganz exzentrischen Dingen greift, um die Menschen wieder in eine menschliche Bahn zu bringen“ (Z. 887 f.). Auch heute gehe Herr A noch davon aus, dass es die von ihm erlebte Parallelwelt „durchaus geben“ kann. Da die „theoretischen Grundlagen“ zum Phänomen Stimmenhören jedoch bisher „rar“ seien, gebe es „noch viel, viel zu tun“ (Z. 482). Mit der Zeit verschwanden die Stimmen wie oben beschrieben (Konstrukt 1) und es blieb lediglich eine Stimme, die Herr A in der Meditation „rufen“ konnte. So konnte er „selbst bestimmen, wann die Stimmen kommen und wann sie nicht da sein sollen“ (Z. 402). Er habe sie dennoch „fast täglich“ gerufen, um sie zu fragen, was er „noch in Angriff nehmen“ (Z. 409) müsse. Wenn sie daraufhin sagten, er werde in einer halben Stunde sterben, war dies für ihn ein Zeichen, dass „das Problem mit dem Leben und Tod und mit dem Sterben noch nicht ganz bearbeitet“ (Z. 416 f.) sei.

Herr A beschreibt also, wie er sich zunächst gegen die Stimmen auflehnen und behaupten musste, um eine Änderung seiner Situation zu bewirken. Er stellt sich für kurze Zeit über sie, um daraufhin eine gleichberechtigte Beziehung zu ihnen aufzubauen, die von Akzeptanz,

Freundschaft und Liebe geprägt war. Im folgenden geht es für Herrn A darum, sich mit Hilfe der Stimmen gegen seine vorherigen Charaktereigenschaften zu behaupten und sich selbst zu finden (siehe Konstrukt 3).

Herr B beschreibt keinen eindeutigen Wendepunkt, doch auch bei ihm haben sich wesentliche Veränderungen vollzogen. Mit den „hohen Qualitäten“ habe Herr B es schließlich geschafft, „Verabredungen zu treffen“. So habe er ihnen auch oft gesagt: „Ich WILL das nicht mehr, hört doch einfach auf damit!“ (Z. 1005 f.) „Ihr könnt gerne im Traum (...) machen, was ihr wollt, aber tagsüber würde ich dann doch gerne mein eigenes Leben führen“ (Z. 1033 f.). Daraufhin seien diese „tatsächlich weg“ gewesen und eine hat sich sogar im Traum „hochhoffiziell verabschiedet“, so dass Herr B „zum ersten Mal“ einen „optischen Einblick“ erlangte. Daraufhin tauchten die sogenannten „Quälgeister“ auf, die gar nicht mehr auf ihn reagiert hätten. Herr B erzählt, dass er irgendwann „Techniken“ entwickelt habe, mit den Stimmen umzugehen. „Es ist doch nach wie vor so ähnlich wie eine Begegnung mit Menschen und da kann man auch Techniken entwickeln“ (Z. 1188 f.). Er habe also zunächst versucht, sich abzugrenzen und „als Person ganz und beisammen zu halten“ (Z. 1186). Wenn eine Stimme sagte „du bist Scheiße“, versuchte er, sich nicht davon beeinträchtigen zu lassen und hielt *seine* „Wahrheiten“ dagegen: „Der kennt dich nicht, das ist so und so nicht real“ (Z. 1184 f.). Weiterhin habe er eine „Beruhigungstaktik“ angewandt, die das „ausformulierte Denken“ verbietet. Damit meinte Herr B ein „Selbstgespräch in Gedanken“, in dem er für sich „ausformuliere, aber nicht spreche“ (Z. 1201). Er stellte irgendwann fest, dass er sich bestimmte Probleme, die er auch mit den Stimmen hatte, „in Gedanken formuliert“ fragte. Da dies auch eine Stimme war, jedoch in diesem Fall seine „eigene“, versuchte er diese zu „unterbinden“. „Ich habe (...) NICHT versucht, Stimmen zum Schweigen zu bringen, sondern MICH, weil ich das KANN“ (Z. 1237 ff.). Er habe versucht, „Schweigen im Koppe“ zu provozieren, was „total anstrengend“ und „völlig stupide“ sei, aber „HILFT“. Die „brennenden Fragen“, die in ihm rotierten, hielten ihn vor allem davon ab, zur Ruhe zu kommen, „es läuft und läuft und läuft“ (Z. 1227). Mit Reduzierung seiner „Gedankenaktivität“ habe er auch „weniger Stimmen“ gehabt. „Wenn ich aufgeregt viel denke, dann habe ich auch viel Stimmenaktivität; wenn ich an gar nichts denke, habe ich auch keine Stimmen“ (Z. 1242 f.). Ebenso stellte Herr B einen Zusammenhang von Stimmen und Emotionen fest. Wenn er „emotional in Bewegung“ sei, so seien auch „viele Stimmen“ da. Daher habe er versucht, „eine unterbewusste Emotionsbremse“ zu installieren. Er ist davon überzeugt, dass eine „GANZ enge Verbindung“ zu den Emotionen bestehe und man nicht

Emotionen haben könne „UND Stimmen sedieren“. So glaubt Herr B, dass er seine alte „Lebensqualität“ nur „mit den Stimmen“ haben könne. Obwohl er immer „Emotionen genossen“ habe, unterband er diese, um auch die Stimmen loszuwerden, da sie „so falsch waren und so unzuverlässig und weil man sich nicht richtig mit ihnen austauschen konnte“ (Z. 1384 f.). Herr B beschreibt, dass er versucht habe, die „emotionale Bindung“ zu den Stimmen „zu lösen“ und sich von ihnen zu „emanzipieren“. Er habe sich gefragt: „Wieso kannst du nicht einfach sagen: ‚Sabbel doch‘?“ (Z. 572 f.). Wenn jemand anderes zu ihm dieselben Dinge sagen würde, würde ihn das „gar nicht interessieren“. „Das eigene Interesse muss ja auch als erstes aufhören, dann erst kann man sagen: ‚Lass sie sabbeln‘“ (Z. 1287 f.). Dann „brabbelt es einfach nur noch, DAS ist schon gar nicht mehr schlimm, ne, im Bus brabbelts ja auch, na und?“ (Z. 1290 f.) Nach Gebrauch dieser Techniken seien die Stimmen leiser und schließlich „immer weniger geworden“ bis sie ganz aufhörten. Herr B erzählt, es sei notwendig gewesen, die Bindung zu den Stimmen zu lösen, „damit man wieder man selbst wird“ (Z. 580). „Wenn man (...) einigermaßen sich ähnlich bleiben will, muss man damit umgehen lernen“ (Z. 1274 f.). Die Annahmen bezüglich der Herkunft bzw. Entstehung der Stimmen haben sich bei Herrn B stetig gewandelt. So habe er einige neue Ideen im Vergleich zu den oben beschriebenen entwickelt, jedoch halte er „nach wie vor alles für möglich“ (Z. 1522) und sei auf der Suche nach einer „guten Idee“. Eine Überlegung von Herrn B ist, dass ein „RIESEN-Anteil eigenmotiviert“ ist und aus dem „eigenen Gedächtnis kommt“. Der Mensch habe ein „sehr viel höheres Erinnerungsvermögen, als das, was wir so täglich benutzen“ (Z. 1529 f.). Es handele sich somit um eine „Projektion“, die in engem Zusammenhang zu dem „Traum-Phänomen“ zu sehen sei. Der Mensch habe ein „Riesen-Potential an surrealer Wahrnehmung, also an surrealer Erlebnisfähigkeit und die schwappt dann eben ins Realleben“ (Z. 1532 ff). Obwohl die Erfahrung mit den Stimmen „ganz anders ist als die eigene Traumqualität“ (Z. 259), habe ihm der „Ansatz“ geholfen, „dass das in der Ecke zu suchen ist“ (Z. 294 f.). Zwischen Stimmenhören und Träumen sei „viel verwandt“, wie z. B. „dass man von Sachen überzeugt ist, obwohl man gar nicht weiß, woher man die weiß“ (Z. 279 f.). Es bestehe einfach eine „Gewissheit“ und ein „RIESEN-Wissen, was aus dem Nichts kommt, das hat man einfach und ist davon auch tausendprozentig überzeugt“ (Z. 401 ff). Weiterhin bestünde im Traum die Möglichkeit, dass man „den Grund, warum man aufwacht, vorher schon geträumt“ (Z. 424) habe, z. B. wisse man manchmal schon vorher, dass eine „Alarmglocke im Traum“ losgehe, bevor man diese dann im Traum hört und gleichzeitig von einem anderen Geräusch geweckt werde. Ähnliches könne auch bei Stimmen der Fall sein, das heißt, dass man die Stimme „nach hinten projiziert“, so dass „QUASI

Vorhersagen möglich“ seien. Sage eine Stimme „Vorsicht“, „wenn was runterfällt“, so habe sie dies unter Umständen „nicht vorher gesagt, sondern das Hirn denkt, sie hat es vorher gesagt“ (Z. 439 f.), da man davon ausgehe, „mein komischer Schutzengel hätte was sagen müssen“ (Z. 445). Diese Überlegungen erklären für Herrn B, „wie das alles aus einem selber kommen kann“ (Z. 457 f.). „Was ist denn eigentlich, wenn einfach diese Schwelle weg ist, also wenn man einfach gleichzeitig träumt und wach ist, was passiert denn dann?“ (Z. 288 ff) Herr B betont, dass der Traum die „einzige surreale Ecke“ sei, „mit der jeder Mensch schon früh umgehen lernt“ (Z. 283). Ein Auslöser für das Hören von Stimmen könne sein, dass das „Weltbild“, welches man sich bis dahin aufgebaut habe, „nicht mehr aufrecht zu erhalten geht“ (Z. 1556) und die „Realität komplett auseinander“ breche. Hierbei hänge es zum Großteil „mit Erziehung zusammen“, was man als „Wahrheit“ betrachte. So sei er durch die Drogenberatung (siehe unten Kategorie N) auf den Gedanken gekommen, dass „wir unbewusst immerzu filtern, wir blenden immerzu Sachen aus“ (Z. 1577 f.). Herr B schildert, dass er sich auch beim Stimmenhören „völlig filterlos“ gefühlt habe. Dadurch, dass er „tatsächlich MEHR“ wahrnehme, strecke sein Psyche „ABSURDESTE Tentakeln“ aus, um eine „Struktur zu bauen, die irgendwie wieder passt und dazu wird dann eben gesagt: ‚Blätterrascheln, der Schutzengel existiert!‘“ (Z. 1584 f.). Diese Ideen müssen „einem schonmal begegnet“ sein bzw. können unter Umständen auch durch einen „telepathischen Abgleich“ entstehen. Dies hänge davon ab, was Erinnerung oder Gedanken eigentlich seien und ob diese „unabhängig von anderen Leuten“ (Z. 1621) gesehen werden können.

Die Entwicklung von „Techniken“ wird von Herrn B als Notwendigkeit gesehen, um sich selbst gegen die Stimmen zu behaupten. Es sei die einzige Möglichkeit, „sich ähnlich“ zu bleiben. Die unterschiedlichen Annahmen, die er im Laufe der Zeit entwickelt hat, haben einerseits dazu geführt, dass Herr B sein Weltbild geändert hat (siehe Konstrukt 3: Selbstfindung), und andererseits haben sie ihm die Möglichkeit gegeben, das Erlebte verständlich zu machen und einordnen zu können. Demnach liegt auch in diesem Prozeß eine Form der Selbstbehauptung, da das Erleben so nicht mehr bedrohlich erscheint. Auch **Herr A** behauptet sein Selbstverständnis und das Verständnis der ihn umgebenden Welt insofern, als er den Stimmen einen Sinn verleiht. Ebenso wie Herr B geht er zumindest teilweise davon aus, dass die Stimmen aus ihm selber kommen. Im Gegensatz zu Herrn A sieht **Herr B** die Inhalte der Stimmen jedoch nicht als sinnvolle Botschaften an, aus denen er etwas lernen könnte. Da **Herr A** den Grund für sein Stimmenhören darin sieht, dass sie ihn verändern wollen, möchte er seine Stimmen auch nicht loswerden, sondern sieht sie als eine Art Hilfestellung (siehe auch Konstrukt 3: Selbstfindung). Im Laufe dieser Änderung, findet er

auch einen neuen Umgang mit den Stimmen. **Herrn B** geht es hingegen in erster Linie darum, einen Umgang mit den Stimmen zu finden, der sein Leben erträglich macht. Den Grund für das Auftauchen der Stimmen sieht er allgemein im Zusammenhang mit dem Zusammenbrechen des Weltbildes, jedoch bezieht er diesen nicht direkt auf sich. Dennoch sieht er einen Zusammenhang zu seiner stressigen Arbeitssituation. Beim erneuten Auftreten der Stimmen nach seinem Rückfall seien diese jedoch „plötzlich“ aufgetreten, obwohl „überhaupt nichts los“ gewesen sei. Durch die Veränderung in der Beziehung und dem Umgang mit den Stimmen haben sowohl **Herr A** als auch **Herr B** ihre emotionale Abhängigkeit von den Stimmen verloren und sich so gegen diese behauptet.

Frau C erzählt, dass eine Änderung in ihrer Annahme, dass Gott mit ihr kommuniziere, eingetreten sei, als die Stimme sich als ihr Vater vorstellte. Sie habe diese Erklärung auch für sich annehmen können, jedoch habe ihre „Großfamilie“, das heißt ihre Geschwister, dies nicht akzeptieren wollen (siehe Kategorie P). Dadurch sei sie eines Tages von einer „ganz tiefen Traurigkeit“ befallen gewesen und habe „auch sterben“ wollen. Sie habe daraufhin eine sehr lange Zeit in einem „meditativen Zustand“ verbracht und auf den Tod gewartet. Dabei sei sie „SO ruhig“ gewesen und habe „kein Schuldgefühl“ ihrer Familie gegenüber gehabt. Wie oben beschrieben (Konstrukt 1) ist die Stimme zunächst darauf eingegangen, habe sie jedoch schließlich dazu aufgefordert aufzustehen und ihr bei einem Spaziergang erklärt, warum sie die Stimme ihres Vaters hören könne. Als die Stimme ihr sagte, sie sei ihr „Papa“, „liefen die Tränen, weil das mit einer Bestimmtheit, mit einer Liebe war“ (Z. 419 f.). Frau C erzählt, sie habe „sich selbst sprechen gehört“ (Z. 421), es habe sich jedoch um ein „geistiges Sprechen“ gehandelt. Es sei ihr danach „besser“ gegangen und sie habe „Schritt für Schritt“ immer „mehr Erfahrung“ mit dem Stimmenhören sammeln können. Ihr Vater sei in die „Familiengeschichte reingegangen“ und so habe Frau C auch „Beweise bei seinen Geschwistern geholt“ (Z. 538). Die Stimme empfinde sie „im Gegensatz zu damals realer“ (Z. 106). So habe sie sich „bei dem Gedanken oder auch bei diesen Empfindungen um das Erlebte“ sicher gefühlt. Dennoch traten zwischendurch „Zweifel“ auf, als sie plötzlich anfing, „mehrere Stimmen“, „heftige Stimmen“ zu hören (siehe oben Konstrukt 1). Sie befand sich zu dieser Zeit bei ihrer Schwester und ihrem Schwager, welcher sie daraufhin in die Psychiatrie einweisen lassen wollte (siehe unten Kategorie P). Sie habe ein „Chaos“ im Kopf empfunden und sich gefragt: „Wo ist Papa, was war das gewesen? Bin ich jetzt falsch informiert worden?“ (Z. 438 f.). Als ihr Sohn sie in Schutz nimmt (siehe Kategorie P) und daraufhin mit ihr nach Hause fährt, sei Frau C „ERSTAUNLICH ruhig“ gewesen. Die „Zweifel“, dass „die

ändern doch recht haben“ (Z. 485 f.) könnten, waren nur von kurzer Dauer, da Frau C letztlich ihren Gefühlen und ihrem Erleben mehr Vertrauen schenkte und dieses auch mit der Zeit „natürlich gewachsen“ sei. Als ihr die Stimme im Anschluss riet, den Leiter ihrer Krankenkasse anzurufen, befolgte sie diesen Rat und nahm in der Folge „Kontakt mit Gleichgesinnten“ auf (siehe Konstrukt 3: Selbstfindung). Diese haben sie auch in ihrem Glauben bestätigt, dass es sich bei den Stimmen um Verstorbene handelt, die in einen „anderen Körper“ „wieder geboren“ werden. „Die Verstorbenen dürfen nicht bei uns sein, sie müssen weg sein, sie müssen Ruhe und Frieden haben. Wo haben sie Ruhe und Frieden, wo sollte der Ort denn sein?“ (Z. 498 ff) Sowohl ihre Annahmen als auch das Hören von Stimmen seien jedoch „nicht NACHWEISLICH“. Aber „ich merke ja, wie ich mich fühle, wie kreativ ich bin, ich hab angefangen zu schreiben, ich hab angefangen zu malen“ (Z. 502 f.). „Die Ideen kommen oft von seiner Seite, auf geistiger Ebene“ (Z. 513), da ihr Vater „seine Empfindungen, seine Kreativität selbst damals nicht ausleben“ (Z. 508 f.) konnte. Die Beziehung zu ihrer Stimme sei so „stimmig“, dass sie niemals sagen könnte: „Nee, das will ich jetzt nicht“ (Z. 514 f.). Sowohl hinsichtlich der „Gedankengänge“, als auch auf der „Gefühlsebene“ sei es zwischen ihnen „harmonisch“. „Ich kenne meinen Vater jetzt besser nach seinem Tod als vor seinem Tod, intensiver, anders“ (Z. 747 f.). Da es sich um eine „seelische Verbindung“ handele, übertragen sich seine Gefühle „komplett“. Sie spüre das „Weiche, das Sanfte“ ihres Vaters, „das, was wirklich in ihm WAR“ (Z. 752), jedoch auch manchmal „Enttäuschung“, wenn er von anderen nicht ernst genommen werde. Ihr Vater habe sich auch seit seinem Tode „auf geistiger Ebene“ weiterentwickelt und sei „reich an Erfahrung“ geworden. Die Kommunikation verlaufe in einem „ganz normalen Dialog, als wenn er neben mir steht“ (Z. 591). Frau C spreche über alle Erlebnisse, wie z. B. „Auslandsreisen“ oder „Feiern“, mit ihrem Vater, da er diese „auf geistiger Ebene“ miterlebt habe. Das Hören der Stimme habe Frau C inzwischen als „Normalität“ angenommen. Den Grund dafür, sie „stimmenhörig zu machen“, sieht sie darin, die „Hintergründe“ seines früheren Verhaltens und seines Todes „aufzuklären“. Dies habe sie auch ihrer Familie mitgeteilt, aber diese „profitiert nicht davon“. Aufgrund ihrer Erfahrungen könne Frau C ihre Stimme als „göttlich bezeichnen“, als „etwas Liebevolltes, Harmonisches“. Für Menschen, die keine Stimmen hören, sei die Stimme äquivalent zum „Bauchgefühl“ bzw. dem „Unterbewusstsein“.

Im Vergleich zu **Herrn A** und **Herrn B** haben sich bei **Frau C** keine großen Änderungen im Umgang ergeben, da sie von Anfang an gut mit ihrer Stimme zurecht kam. Eine Veränderung hat es lediglich dahingehend gegeben, dass sie mit der Stimme schließlich in einen Dialog

getreten ist. Anfangs hatte die Stimme zwar eine beruhigende Wirkung, aber sie hat nicht mit ihr interagiert. Dennoch schildert Frau C eine Szene, in der Zweifel bei ihr aufgekommen sind und ihre Annahmen ins Wanken gerieten. Hier galt es, sich gegen ihre Umwelt zu behaupten (siehe Kategorie P) und auf ihr eigenes Empfinden zu vertrauen. Ihre Annahmen haben sich durch „Beweise“, welche die Stimme erbracht hat, geändert. Im Gegensatz hierzu haben **Herr A** und **Herr B** ihre Annahmen letztlich unabhängig von den Stimmen entwickelt und gefestigt. Im Erleben kam bei **Frau C** nur in der kurzen Phase des Zweifelns ein „belastendes Gefühl“ auf, was anschließend wieder verschwand, als sie sich entschloss, ihrer Stimme zu vertrauen. Im Gegensatz zu **Herrn A** und **Herrn B** sieht **Frau C** ihre Stimme als von außen kommend an, das heißt nicht als Teil ihrer selbst. Dennoch spricht sie von „innerer Stimme“ oder auch dem „Bauchgefühl“ im Zusammenhang mit anderen Personen.

Frau D schildert, dass sie der Aufforderung von einem nach dem Tod ihrer Mutter auftretenden „gedanklichen Impuls“ (siehe Konstrukt 1) nachgekommen sei und angefangen habe, „überdimensional viel einzukaufen“. Da sie kaufen sollte, was sie wolle und nur „ein Motiv haben“ müsse, habe sie sich für ihre Einkäufe ein „Motiv“ überlegt. Beispielsweise kaufte sie alle Ansichtskarten, da sie habe anfangen wollen zu malen. Den zweiten Satz: „Die beiden Damen will der Himmel belohnen“ (Z. 467 f.) nahm Frau D ebenfalls wörtlich und habe „weiter eingekauft“, da sie auf „Seiten des Himmels“ stehen wollte. Erst als die Stimme ihr mitteilte, sie könne „langsam aufhören“, kaufte sie nichts weiter ein. Zum ersten Mal hat Frau D also nach den Inhalten einer Stimme tatsächlich gehandelt. Zunächst habe sie nicht an den „Spiritismus in dem Sinn gedacht“ (Z. 541 f.), sondern „einfach fröhlich weitergelebt“. Die Erfahrung habe ihr „keine Angst“ gemacht, sondern sie habe sich „voll auf das Phänomen eingelassen“ (Z. 544 f.). Da sie auch sonst „voll beim Geldausgeben“ gewesen sei, haben ihre Söhne sich Sorgen gemacht und in der Folge ein Entmündigungsverfahren begonnen (siehe unten Kategorie L). Während dieser Zeit tauchte eines Morgens eine Stimme (siehe Konstrukt 1) auf, die Frau D nun im Gegensatz zu vorher als „von außen kommend“ empfand. Jedoch habe sich ihr Verhalten gegenüber dieser Stimme derart verändert, dass sie von Anfang an „die Inhalte hinterfragt“ habe. Wenn er gesagt habe, er sei Gott und sie Jesus, habe sie das nicht sehr ernst genommen und geantwortet: „Es freut mich, wenn ich wirklich reinkarnationsmäßig Jesus wäre, aber jetzt bin ich trotzdem Martina“ (Z. 139 f.). Zudem sei es „hochmütig, anzunehmen, dass Gott mit mir persönlich ins Gespräch kommt“ (Z. 147 f.). Frau D habe die Stimme auf ihren Wunsch hin „Adonis“ genannt. Später erfuhr sie von der Existenz des hebräischen Wortes „Adonei“, was „HERR“ bedeutet. Sie vermutet, dass er

„angebetet werden wollte“, da er sagte, „er wäre Gott“. Frau D habe die Vorschläge der Stimme, woher sie komme nie akzeptiert, sondern ihre eigenen Ansätze gehabt. Er habe ihre Ansätze dahingehend, dass er „ein Toter“ sei oder „eine Welle“ bzw. „irgendeine feinstoffliche Form“, die „unser Sprachzentrum treffen“, schließlich übernommen. Später habe sie sich dann um das „WOHER nicht mehr gekümmert“ (Z. 90 f.). Frau D habe „aus seinen Regungen oder aus seinen Worten geschlossen, dass er GEFÜHLE hat“ (Z. 91 f.) und nicht nur in ihnen lebe. Denn oft sei er „zornig“ gewesen, ohne dass sie „irgendeinen Anlass gehabt hätte, unflätig zu sein“ (Z. 95). Auch seine Beschimpfungen haben Frau D nicht erregt: „Das war mir völlig egal, ob er jetzt sagt, ich bin eine dumme Sau oder nicht, ich weiß, ich bin keine dumme Sau“ (Z. 103 f.). Sie sei darüber „erhaben“ gewesen und habe die Inhalte nicht „persönlich genommen“. Es sei „geschickter, ruhig zu bleiben“ (Z. 120), wenn die Stimme einen z. B. nachts nicht schlafen lasse, denn „wenn du verärgert bist über etwas, dann schläfst du sicher nicht ein“ (Z. 119 f.). Da sie nicht arbeiten müsse, sei es für sie auch kein Problem am „Vormittag oder Nachmittag“ zu schlafen. Wenn sie einen Termin habe, gehe sie früher ins Bett, damit sie „auf JEDEN Fall ein paar Stunden Schlaf“ (Z. 858) bekomme. Sie vermutet, dass er eventuell einen „vernünftigen Umgang mit dem Schlaf“ (Z. 860 f.) bei ihr fördern wolle. Auch wenn er in „Filme hineingesprochen hat“, habe sie sich gesagt, „das ist alles wiederholbar, das führt zu nichts“ (Z. 117). Als er eines Tages versuchte, sie dazu zu bewegen aufzuräumen, „wie ER sich das vorstellt“ (Z. 635 f.), habe sich Frau D hingekümmert und gesagt: „Dann musst du mich erst einmal bewegen können, also wie machst du das jetzt? Ich setz mich daher und du beweg mich“ (Z. 637 f.). „Das konnte er dann nicht“ (Z. 640). Frau D habe mit der Stimme „fröhlich weitergelebt“ und sei „auch mit dem Adonis einkaufen gegangen und herummarschiert“ (Z. 620 f.). Adonis sei für sie „wie ein Ehemann“ oder ein „Freund“, „der auch manchmal unangenehm sein kann“ (Z. 48 f.). Sie führe mit ihm eine „partnerschaftliche Beziehung“. „Es ist wie der normale Alltag zwischen Menschen eben abläuft“ (Z. 50). Anfangs haben sie „über Gott und die Welt gesprochen“ (Z. 56 f.) und Frau D sei so darauf gekommen, dass er aus ihren „Weltanschauungen schöpft“. Er sei für sie ein richtiger „Diskussionspartner“ geworden. Besonders am Anfang habe sie Adonis, obwohl er sie auch „angestrengt“ habe, „als Bereicherung empfunden“, da sie „so VÖLLIG allein“ gewesen sei. Es sei schön gewesen, „jemand an der Seite zu haben, der zumindest mit einem spricht“ (Z. 645 f.). Von der Familie sei sie in dieser Zeit aufgrund des Gerichtsverfahrens (siehe unten Kategorie L) „verlassen“ gewesen. Sie habe „zu zweit mehr Mut gehabt als ALLEIN“ (Z. 702 f.). Auch in der Psychiatrie sei Adonis da gewesen und sie habe, wenn sie nicht schlafen konnte, mit ihm „in den Park hinausgeschaut“ (Z. 807). Das Gefühl, ein

„außerordentliches Phänomen“ zu erleben, habe ihr ebenfalls „Mut gegeben“. „Ich hab ja gewusst, dass ich normal BIN“ (Z. 705). Frau D sei immer klar gewesen, dass sie „nicht krank“ und auch „nicht verrückt“ sei und es sich bei ihren Erfahrungen nicht um „Einbildung“ handele. Im Nachhinein vermutet Frau D, dass es damals „schon der Adonis“ gewesen sei, den sie vereinzelt gehört habe. So habe er sie damals im Urlaub, als sie den Satz aus der Bibel hörte (siehe oben Konstrukt 1) schon „darauf einstimmen“ wollen, dass sie die „Reinkarnation von Jesus“ sei. Auch der „gedankliche Impuls“ sei von Adonis gekommen, dem ihre „Kaufwut“ schließlich „Angst“ gemacht habe, so dass er sie „eingebremst“ habe. Sie sei immer davon ausgegangen, dass Adonis „ein Toter“ sei, der jetzt bei ihr lebe. Später habe sie in einem „Buch über Exorzismus“ gelesen, „dass es so etwas wie Umsessenheit gibt (...) das heißt, dass die Geister eben UM einen herum sind und erst wenn der Mensch seinen Willen aufgibt, könnte es sein, dass ein Geistwesen von ihm Besitz ergreift“ (Z. 603 ff). So sei sie aufgrund ihrer Erfahrungen mit Adonis davon ausgegangen, „umsessen“ zu sein, da er sie sonst hätte „bewegen können“. Dennoch sei sie auf „manchen seiner abenteuerlichen Wünsche eingegangen“ (Z. 666 f.), da sie „nach fast 57 Jahren eine brave Tochter und Frau und Mutter zu sein, einfach wirklich ein bisschen abenteuerlustig war“ (Z. 667 f.). So sei sie mitten in der Nacht „spazieren“ gegangen und habe Prostituierte danach gefragt, „wie man zu diesem Beruf kommt“ (Z. 663 f.). Jedoch hat sie ihm auf die Aufforderung, sie solle sich umbringen; geantwortet: „Wenn mir der liebe Gott sagt, bring dich um (...) DANN vielleicht“ (Z. 723 f.), wobei ihr klar gewesen sei, dass Gott „sowas niemandem sagen“ würde. Später interpretierte Frau D diese Aufforderung im Lichte ihres Entmündigungsverfahrens. Er habe sagen wollen, „was ist das Leben überhaupt noch wert“ (Z. 721) oder „bring das um, was dich hindert, freier zu sein“ (Z. 934 f.), „überwinde“ „deine Bindungen“. So könne man diese Art von „Bemerkungen“ auch „geistig verstehen“. „Bring deine Mutter um“ (Z. 936) könne demnach heißen, sie solle sich „von den Bindungen“ an ihre Mutter lösen und „erwachsen“ werden. So habe Frau D mit der Zeit gelernt, „auch gute Motive gelten zu lassen“ (Z. 864 f.). Ebenso habe sie es mit der Zeit sein lassen, „IHN zu beschimpfen“, da sie erkannt habe, dass es nur möglich sei, „den anderen zu verändern, wenn man sich selbst verändert“ (Z. 961 f.). Ideen über eventuelle Ziele ihrer Stimme habe Frau D „eigentlich nicht“. Als Möglichkeit zieht sie jedoch seine Aussage in Erwägung, dass er sich an sie „anhängen“ möchte, wenn sie stirbt, um „auch in den Himmel kommen“ (Z. 1001) zu können. Dennoch teilte sie ihm mit, dass er sich auch irren könne, denn „wir wissen alle nicht, was nach dem Tod passiert“ (Z. 1003). „Hervorgerufen“ habe sie die Stimme jedoch durch „Tischrücken und automatisches Schreiben, weil man eben da diese Wesenheiten anzieht“ (Z. 234 f.).

Eines Tages habe Frau D ein „Maskottchen“ auf der Straße gefunden und zu Adonis gesagt: „Das ist jetzt unser Sohn, wir nennen ihn Adomo“ (Z. 21 f.). Es handelte sich demnach um eine Zusammensetzung aus beiden Namen. So werde Frau D auch wenn Adonis eines Tages seine „Freiheit“ finden sollte, ihn „nicht vergessen“. So sei eine „zweite Stimme“ „enstanden“. Einige Zeit später kam eine weitere hinzu (siehe Konstrukt 1), die Frau D als „Gewissensstimme“ von Adonis bezeichnet. Sie vermute, „dass er Selbstgespräche führt“ (Z. 31 f.). Ebenso könne es sein, dass er über die Stimme des „Adomo“ „sein inneres Kind“ ausdrücke. Dieser Zuwachs habe ihr große „Freude“ bereitet, da sie dadurch „einen Familienersatz“ habe. Zudem habe sie es als „angenehm empfunden, dass die zweite Stimme mit ihm gesprochen hat“ (Z. 874 f.) und sie dem ganzen wie einer „Radiosendung“ zuhören konnte. Sie habe sich dadurch „nicht gestört“ gefühlt und konnte in Ruhe ihren Beschäftigungen nachgehen.

Wie beschrieben haben sich bei Frau D große Änderungen im Umgang ergeben, als die Stimme ihr permanenter Begleiter wurde. Sie musste sich nun ganz anders als vorher mit ihr auseinandersetzen und trat zunächst in einen gegenseitigen Dialog mit ihr ein. Im Gegensatz zu **Frau C** muss sich **Frau D** gelegentlich gegen ihre Stimme behaupten, die sie zu bestimmten Dingen überreden will. So schildert sie recht eindringlich eine Szene, in der sie sich demonstrativ hinsetzt und so der Stimme zeigt, dass sie keine Macht über sie habe. Für Frau D ist dies ein Zeichen dafür gewesen, dass sie nicht „besessen“ ist. An anderer Stelle ist ihr die Stimme eine große Hilfe (siehe Konstrukt 3: Selbstfindung), sich gegen ihre Umwelt zu behaupten (siehe unten Kategorie P und L). Ansonsten sei der Umgang wie „zwischen Menschen“. Hier besteht eine Gemeinsamkeit zu **Herrn B**, der ebenfalls diese Parallele betont, jedoch die Stimmen in seinem Fall mit „Scheiß-Arbeitskollegen“ gleichsetzt. Auch **Frau C** betont eine „Normalität“ im Umgang, so als ob ihr Vater als Person bei ihr wäre. Auch bei **Frau D** hat sich das Leben mit ihren Stimmen dahingehend normalisiert, dass sie froh darüber ist, diese zu haben und sie nicht wie **Herr B** loswerden wollte. Auch **Herr A** war froh über den Kontakt mit den Stimmen, über den er jedoch zuletzt bestimmen konnte. Wie **Frau C** sieht **Frau D** ihre Stimmen später als „von außen kommend“ an. Beide gehen davon aus, dass es sich bei ihnen um Verstorbene handelt, wobei Frau D im Gegensatz zu Frau C die Person, die sie hört, vorher nicht kannte. Dennoch hat sie es geschafft, eine „partnerschaftliche Beziehung“ zu ihrer Stimme aufzubauen. Auch **Herr A** spricht von „Freundschaft“ bzw. „Liebe“, jedoch scheint diese vor allem auf einer Dankbarkeit hinsichtlich der erfolgreichen Bemühungen der Stimmen, ihn auf die „richtige Bahn“ zu lenken, zu beruhen. Sowohl **Herr A** als auch **Frau D** betonen die Wichtigkeit, den

„Teufelskreis“ (Herr A) zu durchbrechen, indem man „sich selbst verändert“ (Frau D). Auch **Herr B** beschreibt, wie ihm seine „Techniken“ geholfen haben, sich von den Stimmen zu distanzieren und sich nicht von ihnen provozieren zu lassen. **Frau D** möchte durch ihren Umgang mit der Stimme eine Änderung dieser erreichen. Das Auftauchen einer neuen Kinderstimme habe sie bereits dadurch bewirkt, dass sie ein „Maskottchen“ gefunden hat und dieses als ihren und Adonis „Sohn“ bezeichnet. **Frau C** hat lediglich einen neuen Umgang mit ihrer Umwelt lernen müssen, da ihre Stimme von Anfang an eine Hilfe für sie war. Dennoch habe sie ihre eigenen Erfahrungen mit der Stimme akzeptieren müssen, um diesen guten Umgang beibehalten zu können. Auch für **Frau D** stellte die Umwelt eine große Herausforderung dar, gegen die sie sich behaupten musste. Hierbei ging es darum, ihre Stimme, jedoch diesmal ihre eigene, in einem Entmündigungsverfahren zu behaupten (siehe unten Kategorie L).

Die zentralen **Kategorien O und P** haben sowohl Beschreibungen über das Leben mit den Stimmen zum Inhalt als auch Berichte über die Reaktionen der Umwelt auf dieses Verhalten bzw. auf Erzählungen über die Stimmen selbst.

Herr A beschreibt, wie er auf Befehl der Stimmen „ohne mit der Wimper zu zucken“ (Z. 623) eine ganze Nacht im Bett gelegen habe, ohne zu schlafen. Er habe durch diese „Aufgaben“ auch oft „das Essen und das Trinken vergessen“ (Z. 629), so dass seine Frau gedacht habe, er „verdurstete und verhungere“. Er habe „streckenweise nur noch im Bett gelegen“ (Z. 631), bis er in „die Klinik gekommen“ sei. Nähere Aussagen über die Reaktionen seiner Umwelt macht Herr A nur im Zusammenhang mit der Psychiatrie (siehe Kategorie N).

Herr B erzählt, dass ihm seine Arbeitskollegen gesagt hätten, dass er „merkwürdig“ geworden sei. Dadurch, dass er die Stimmen für Äußerungen von ihnen gehalten habe, sei es zu „sozialen Verwirrungen“ und „Reibungspunkten“ gekommen. Auf seine spätere Bitte, ihm zu erzählen, „was da los war“ (Z. 1100 f.), seien sie nicht eingegangen. Auch Jahre danach haben „sich alle geweigert, mit mir zu sprechen“ (Z. 1094). Dieses Verhalten habe Herrn B ein „Stück mit reingerissen“. Als sich dann die Umgebung „von einem Schlag auf den anderen total verändert“ (Z. 181) habe, sei er plötzlich „rausgelöst“ worden aus „dieser komischen Straßenfamilie“. Da sich jedoch seine Ängste, man wolle ihn umbringen nun auch auf die restliche Umgebung ausdehnte, rief er schließlich seine Eltern an, mit der Bitte ihn abzuholen. „Wenn man ein dreiviertel Jahr sich bei keinem mehr meldet, kann man von

niemandem erwarten, dass er einen irgendwie 600 Kilometer irgendwo durch die Gegend kajohlt, nur weil man total durchgedreht ist“ (Z. 679 ff). Die Eltern von Herr B dachten zunächst, er sei mit „Verbrechern in Kontakt“ geraten, haben ihn jedoch abgeholt und für ein paar Tage bei sich aufgenommen. Über ihre Reaktionen macht Herr B weiter keine Aussagen. Da er es dort nicht ausgehalten habe und bei ihm zu Hause noch seine Ex-Freundin wohnte, die selten da war, sei er dann „erstmal vierzehn Tage“ zu einem „Kumpel“, von dem er wusste, dass er bei ihm „unterkriechen“ kann, „ohne dass der mir irgend eine blöde Frage stellt“ (Z. 703 f.). Da Herr B „nun Geld“ hatte, da er „viel gearbeitet“ hatte, musste er in der Folgezeit „nicht arbeiten“. So habe er lediglich „sporadisch im Studio“ gearbeitet und ansonsten seine „Stimmen erforscht“. Später habe er erfahren, dass seine Arbeit „grenzwertig“ gewesen sei und man ihn „nicht wirklich mit Kunden in Zusammenhang bringen“ (Z. 768) konnte. „Die haben da sehr zu mir gehalten, das muss ich eigentlich denen heute sehr hoch anrechnen, dass die mich da so hochgehalten haben und mich nicht einfach nach Hause geschickt haben“ (Z. 769 ff). Schwierigkeiten habe Herr B bei der Arbeit vor allem aufgrund von „Begleiteffekten“ gehabt, das heißt „Konzentrationsstörungen“. Er habe „irgendwann überhaupt nicht mehr Kopfrechnen“ (Z. 776) können, was ihn „WAHNSINNIG gemacht“ habe. Zudem habe Herr B es „mit der Angst zu tun gekriegt“ (Z. 786 f.), da er nicht als „sabbernder Kloß“ enden wollte und merkte, „dass man geistige Qualität so rapide verliert und da hab ich gedacht, jetzt musste mal wirklich zum Arzt, weil vielleicht haste ja auch einfach ´n Pickel im Hirn“ (Z. 790 f.). Als die Ärzte keinen Tumor feststellten (siehe unten Kategorie N), gab er schließlich den Job auf, da er nicht mehr „additionslos leben wollte“.

Genau wie bei **Herrn A** hat das Leben mit den Stimmen **Herrn B** in Schwierigkeiten gebracht. Herr B beschreibt einerseits eine sehr rücksichtsvolle Umwelt, die ihm ermöglicht, seine Erfahrungen „auszuleben“ und andererseits Menschen, die nie wieder mit ihm sprechen wollten. **Herr A** konnte seine Erfahrungen ebenfalls ausleben, wurde jedoch, wenn es besonders schlimm war und er nur noch „im Bett gelegen“ habe, in die Psychiatrie gebracht. **Herr B** muss sich aus seiner Sicht vor allem gegen aufkommende Ängste behaupten, man wolle ihn umbringen, und andererseits gegen die immer schlimmer werdenden Konzentrationsschwierigkeiten. **Herr A** hat in dieser Zeit vielmehr mit den Stimmen selbst zu kämpfen, so dass die Umwelt für ihn eher unbedeutend wird und er sogar das Essen vergisst.

Frau C beschreibt, dass ihr „Umfeld“ mit ihrer Erfahrung „nicht umgehen“ konnte, da diese nicht in die „Norm der Religion passte“ (Z. 371). Ihre Geschwister seien daher „gegen“ sie gewesen. Als plötzlich „heftige Stimmen“ (siehe oben Konstrukt 1) auftauchten, die sie sehr

„irritiert“ haben, habe ihr Schwager mit Unverständnis reagiert und gefordert: „Die muss in die Psychiatrie, die ist schizophran!“ (Z. 440). Man habe daraufhin ihren Mann und ihren Sohn gerufen. Ihr Mann sei „auch verunsichert“ gewesen, jedoch habe sich ihr Sohn „ganz breit“ hingestellt und gesagt: „Meine Mutter kommt nicht in die Psychiatrie, meine Mutter braucht keine Psychiatrie, wenn einer in die Psychiatrie kommt, da gehörst du hin“ (Z. 442 ff). Ihr Sohn sei schon „vorgewappnet“ gewesen, da er „das Stimmenhören mitbekommen hat und wir viel Freude mit hatten“ (Z. 451). Ihr Sohn sei daraufhin mit ihr nach Hause gefahren und habe ihr gesagt: „Mami, bleib ganz ruhig, es kommt alles in Ordnung“ (Z. 453). So seien „Zweifel“ immer aus ihrem „Umfeld heraus“ gekommen, was sie im Nachhinein als „Test“ bezeichnet. Die anderen „hatten Angst“, da sie „in den Medien“ etwas über „Teufel, Dämonen und Erdgeister“ (Z. 481 f.) erfahren hätten. Allerdings sei ihre Familie überrascht gewesen, dass sie plötzlich angefangen habe zu schreiben und zu malen, und sich fragten, wo ihre Begabung herkomme, da es nicht „in der Familie“ liege. Dennoch seien sie nicht „offen“ für ihre Erfahrungen, da „das Geistige“ ihnen „Angst macht“. Da sie „intern im Freundeskreis“ in dieser Zeit viel über „Entschlafene“ gesprochen haben und ihre Bekannten auch wussten, dass sie „hellhörig“ war, sei sie auch oft von Menschen mit ähnlichen Erfahrungen angesprochen worden. So kam es, dass auch die „neuapostolische“ Kirche, die seit ihrer Kindheit eine wichtige Rolle in ihrem Leben einnahm (siehe oben Konstrukt 1), von ihrer Entwicklung erfuhr. Schon als sie das erste Mal 1970 eine Stimme vernahm, hieß es, die Verstorbenen „müssen ins Jenseits geschickt werden, es muss dafür gebetet werden“ (Z. 56). Damals befolgte Frau C den Rat der Kirche. Schließlich habe sie sich jedoch gegen die Kirche gewandt, da sie ihr nahelegte, sich von „fernöstlichen Heilkunden“ „fernzuhalten“, obwohl sie gemerkt habe, dass „diese Richtung“ ihr „gutgetan“ hat. Als sie „am 5. Dezember“ vor dem Gottesdienst ins „Ämterzimmer“ gebeten wird, legt der „Vorsteher“ ihr nahe, die „Geschwister in Ruh“ zu lassen, da der Weg, den sie gegangen sei, „nicht ins kirchliche Regime passt“ (Z. 659 f.). Ansonsten werde er „die Geschwister“ „vom Altar aus“ warnen. Frau C sei sich „überhaupt keiner Schuld bewusst“ (Z. 661) gewesen und habe gefragt, was ihr vorgeworfen werde. Als man ihr sagte, dies sei ein „Amtsgeheimnis“ und darüber darf nicht gesprochen werden, sei Frau C rausgegangen und habe „wie unter einem Schock“ (Z. 671) gestanden. Ihre Stimme habe daraufhin das Geschehen kommentiert und ihr verdeutlicht, dass es letztlich um „MACHT“ gehe und die Kirche ihre Familie damals schon zerstört habe. Seitdem ist Frau C nie wieder in die Kirche gegangen. Dennoch macht Frau C auch positive Erfahrungen mit ihrer Umwelt, als sie von dem Leiter ihrer Krankenkasse gesagt bekommt,

sie sei „ganz normal“, so normal wie er auch, es sei nur „etwas Besonderes“ mit ihr geschehen.

Auch Frau C gerät durch die Stimme, die sie hört, in Schwierigkeiten. Im Gegensatz zu **Herrn A** und **Herrn B** geht es bei **Frau C** jedoch vielmehr um weltanschauliche Differenzen mit ihrer Umwelt als um Schwierigkeiten, ihren Alltag zu bewältigen. So behauptet sie sich schließlich gegenüber den „religiösen Dogmen“ der Kirche und folgt ihren eigenen Anschauungen (siehe Konstrukt 3: Selbstfindung). Obwohl sie von ihrer „Großfamilie“ nicht in ihrem Denken unterstützt wird, halten dennoch ihr Sohn und ihr Mann zu ihr, so dass sie nicht ganz alleine dasteht. Im Gegensatz zu **Herrn A** kann sich **Frau C** auch mit Hilfe ihres Sohnes dagegen behaupten, in die Psychiatrie gebracht zu werden. Bei ihren alltäglichen Verrichtungen wird Frau C durch die Stimme im Gegensatz zu **Herrn A** und **Herrn B** in keiner Weise beeinträchtigt.

Frau D erzählt, dass sie schon beim ersten Auftauchen der Stimmen „verschiedentlich komische Dinge“ gemacht habe (siehe oben Kategorien C, D und E) und es „ziemlich wild zugegangen“ sei. Diese Handlungen, wie z. B. das Wegwerfen ihres Eherings nach der Scheidung, seien „Reaktionen auf diese ganzen unverarbeiteten Geschichten“ (Z. 274) gewesen. Als sie schließlich anfing, Stimmen zu hören, die nicht mehr verschwanden, ging sie mit ihrer Mutter zu einer Freundin, die dazu riet, „einen Exorzisten“ zu holen, da es sich um „Dämonen“ handeln müsse. Ihre Mutter habe jedoch statt dessen „die Rettung“ angerufen, so dass sie „kurz“ ins Krankenhaus gekommen sei. Als sie wieder zu Hause ankam, haben ihre Mutter, ihre Söhne und ihr Ex-Mann Karten gespielt und „nicht viel Aufhebens gemacht um meinen Gang in die Psychiatrie, sondern sie haben halt gesagt, ich soll mich dazusetzen“ (Z. 281 f.). Da Frau D „alleinverantwortlich“ für ihre Kinder war und ihre Mutter von der Ärztin gewarnt wurde, dass die „Fürsorge“ einschreiten könnte, habe sich ihr Mann „bemüht, einen Arzt zu finden“ (Z. 293 f.). Sie verbrachte die folgenden zwei Jahre unter Medikamenten stehend im Bett, bis sich ihre Mutter gegen den behandelnden Arzt wandte (siehe unten Kategorie N). Als sie schließlich das Haldol absetzte, habe Frau D „psychotische Prozesse durchgemacht“, „von denen im Außen nicht unbedingt jemand was bemerkt haben muss“ (Z. 342 f.). In dieser Zeit fing sie auch wieder an, „Einzelsätze“ zu hören. Wie oben beschrieben (siehe Konstrukt 1) starb die Mutter von Frau D Ende des Jahres 1998 an Krebs und auch sie wollte nach einer eigenen erfolgreich behandelten Krebserkrankung ein eigenes Leben beginnen. Da sie eine größere Summe geerbt habe, sei sie „voll beim Geldausgeben“ gewesen, auch schon bevor sie am 1. April ein „gedanklicher Impuls“ dazu aufforderte. So

habe sie Leuten, die nett zu ihr waren, „ein Blumenbukett gekauft“, da sie es als „angenehm und schön“ empfunden habe, dass sie „wer MAG“. Als ihr Sohn ihr eines Tages erzählte, dass es in einem Papierwarenladen Klarsichthüllen gäbe, „die scheinbar schwer zu kriegen sind“ (Z. 443), sei Frau D sofort dorthin gefahren, um ihm „mehr dieser Klarsichthüllen zu beschaffen“ (Z. 445). Auf einmal habe sie dann den oben beschriebenen Impuls (siehe Konstrukt 1) verspürt und „die ganzen Klarsichthüllen gekauft, ALLE die dort waren“ (Z. 455 f.). Weiterhin habe sie „Büroordner“ und sämtliche „Wien Ansichtskarten“ gekauft, da sie habe anfangen wollen zu malen. Erst als sie den Satz vernimmt, sie könne nun aufhören, kauft sie nichts weiter ein. Am Ende habe die Rechnung „53.000 Schilling und ein bisserl was“ ausgemacht. Frau D betont allerdings, dass sie genau diese Summe „VERFÜGBAR am Konto“ hatte und sie somit „keine Schulden gemacht“ habe. Trotzdem seien ihre Söhne „besorgt“ gewesen und haben ihre Erklärung damals als „diffus“ und „nicht nachvollziehbar“ empfunden, wie sie ihr Jahre später bei einer Aussprache erzählten. Sie haben demnach Angst gehabt, „dass ich mich verausgabe und letztendlich als Obdachlose irgendwo lande“ (Z. 567 f.). Daher seien sie letztlich zusammen mit ihrem Ex-Mann „zum Sachwalterverein gegangen“ und haben sie „einem Entmündigungsverfahren zugeführt“. Sie sei dadurch „zum Trottel“ gemacht worden „oder zum Kleinkind herabgewürdigt, das überhaupt keine Stimme mehr hat“ (Z. 674 f.). In dieser Zeit sei Adonis eines morgens aufgetaucht und habe sie dabei unterstützt, „gegen Gerichte“ zu kämpfen und „gegen den Strom zu schwimmen“ (Z. 677). Aufgrund ihrer Wut sei sie „gegen alles, was in der Gesellschaft vielleicht schief läuft“ (Z. 676) empört gewesen. Da sich ihr Sohn bei einem gemeinsamen Telefonat am Muttertag nicht bereit zeigte, die Angelegenheit „familiär“ zu regeln, sagte Frau D „im ZORN“ zu ihrem Sohn: „Es könnte sein, dass mir der liebe Gott sagt, fahr zum Semmerring und stürz dich dort mit deinem Auto hinunter“ (Z. 740 f.) Daraufhin habe sie „den Hörer hingeklescht“ und gehofft, „dass mein Sohn zu mir kommt und mich in die Arme nimmt und sagt: ‚Du Mama, wir werden das schon gemeinschaftlich regeln‘, dem war aber nicht so“ (Z. 746 ff.). Ihr Sohn habe daraufhin jedoch die Polizei alarmiert, die sie von zu Hause abholt und in die Psychiatrie zwangseingewiesen habe (siehe unten Kategorie N). Schließlich sei Frau D „dem Sachwalterverfahren dann auf den Grund gegangen“ (Z. 898 f.) und ist „dann da herausgekommen“. Sie habe das „gegen den Strom Schwimmen nur insoweit beibehalten“ (Z. 901 f.), als sie es „für notwendig gehalten“ habe und habe dann „auch wieder in die Gesellschaft hineingefunden“ (Z. 902 f.). Auch mit ihren Söhnen steht Frau D heute „wieder in Kontakt“. „Die Zusammenarbeit im Internet ist wunderschön und bestätigt mir auch, dass

die Familie heute mein Stimmenhören akzeptiert und ich kann auch (...) irgendwelche Dinge erzählen, die der Adonis gerade sagt“ (Z. 908 ff).

Obwohl sie ebenso wie **Herr A** und **Herr B** zunächst einige Schwierigkeiten im Alltag hat, macht **Frau D** doch hauptsächlich das Entmündigungsverfahren zu schaffen, in dem sie ihrer Stimme beraubt wird. So muss sie sich gegen ihre eigenen Söhne behaupten und dafür kämpfen, ihre Stimme zurückzubekommen. In dieser Zeit, in der sie „VÖLLIG allein“ ist, taucht die Stimme von Adonis auf, um ihr in ihrem Kampf zur Seite zu stehen. Schließlich kommt sie auch aus dem Verfahren raus und kann sich so mit ihrer Stimme wieder in die Gesellschaft eingliedern. Eine ähnliche Erfahrung hat **Frau C** gemacht, jedoch war bei ihr die Phase, in der sie sich aktiv zu behaupten hatte, kürzer. Erst als sich **Frau D** erfolgreich gegen ihre Umwelt behauptet hatte, wurden ihre Erfahrungen auch von der Familie akzeptiert. Der Sohn von **Frau C** stand hingegen von Anfang an hinter ihr. Bei **Herrn A** und **Herrn B** liegen keine detaillierten Beschreibungen dahingehend vor, jedoch beschreibt Herr B, dass sein Verhalten zumindest von Freunden und Bekannten toleriert wurde.

Die zentralen **Kategorien L und N** beinhalten Erzählungen darüber, wie die interviewten Personen Hilfe von außen empfunden haben oder ob sie sich selber besser helfen konnten. Hierzu gehören auch die Erfahrungen mit professionellen Helfern bzw. der Psychiatrie.

Herr A betont, dass er auf den Rat einer anderen Person, er müsse sein „ganzes Leben umstellen“, nicht gehört hätte. Er habe selber „reagieren“, sich „an die Hand nehmen“ (Z. 1535) und auf sich „selber EINWIRKEN“ müssen. Leben zu „WOLLEN“ habe ihn eine „Urkraft“ spüren lassen, an der er sich „festgehalten habe“. Es sei wichtig, den „Willen“ zu haben, sich selbst zu helfen. Die Ärzte „konnten noch so gut sein, sie haben mir nicht geholfen, weil ich mir nicht selber helfen wollte“ (Z. 1483 f.). Wenn man also das „Gefühl dafür entwickelt, was notwendig ist, um gesund zu werden, dann setzt dieser Gesundungsprozess auch ein“ (Z. 1496 ff). Man müsse den Schritt zu „mehr Autonomie“ und „mehr Lebensfreude“ wagen. Bevor Herr A dies erkannte, habe er „auf die Ärzte vertraut“ (Z. 1482). Er sei „sechs bis sieben mal“ (Z. 633) in der Psychiatrie gewesen, wo man ihm „Haldol gegeben“ habe. Danach seien die Stimmen zunächst weggegangen, nach einigen „Monaten kamen sie aber genauso wieder“ (Z. 642). „Alles, was die ärztliche Kunst hergab, hatten sie an mir ausprobiert und es wurde nicht besser“ (Z. 677 f.). Später sei Herr A nur noch in „ambulanter Behandlung“ gewesen, da er das Gefühl gehabt habe, „das kriegste alleine durch“ (Z. 1205). „Die von der Klinik wollten mich auch nicht mehr haben, ich hab´

dann immer die Medikamente nicht genommen“ (Z. 1209 f.). Er sei damals aus Sicht der Ärzte „fast austherapiert“ gewesen. Diese Form der Behandlung von Stimmen sei rückblickend für Herrn A „kein gangbarer Weg“.

Herr A beschreibt, wie er sich gegen die Behandlungsmethoden der Psychiatrie gewandt und schließlich seinen eigenen Weg gefunden hat. Es sei demnach wichtig, sich selber helfen zu wollen, das heißt selber aktiv zu werden, anstatt passiv Hilfe von anderen zu erwarten. Herr A konnte sich also sowohl gegen die Methoden der Medizin, als auch gegen die Stimmen und die Situation, in die sie ihn gebracht hatten, selbst behaupten.

Herr B schildert, dass sein erster Arztbesuch „in keiner Weise eine Hilfe oder Lösung“ (Z. 842) für ihn gewesen sei. Er habe eine Neurologin aufgesucht, um mögliche Ursachen für seine Konzentrationsschwierigkeiten herausfinden zu lassen. Diese habe „dann einfach eine Psychose diagnostiziert, sich mein EEG angeguckt und gesagt: ‚Schlafen Sie sich mal richtig aus‘“ (Z. 834 ff). „Sonst sei aber alles gut und es ist mit Sicherheit kein Tumor“ (Z. 836 f.). Schließlich habe ihm eine „ganz alte Bekannte“ weiterhelfen können, „die nach dem dritten Entzug irgendwie plötzlich vor meiner Tür stand“ (Z. 850 f.). Der habe er „einfach so erzählen“ können, was er erlebe und sie nach Substanzen gefragt, die seine Symptome auslösen könnten. Sie konnte diese jedoch auch „nicht richtig zuordnen“, „ABER hat dann gesagt, ich solle mit dieser Story einfach mal zur Drogenberatung gehen“ (Z. 882 f.). Herr B ist diesem Rat gefolgt und empfand die Beratung als „ABSOLUTE Offenbarung“, da er zum ersten Mal etwas über Psychosen erfuhr und nicht mehr „allein mit dieser Erfahrung“ (Z. 902) war. Bis dahin sei es ihm immer so vorgekommen, als ob er „einzigartig“ sei und ihm „sowieso niemand helfen“ könne. „Wenn man dann mit Leuten redet, denen ist das natürlich völlig böhmisch, die haben da noch nie was von gehört“ (Z. 903 f.). Im Gegensatz hierzu habe die Beraterin „immerzu nur wissend genickt“ (Z. 913) und gesagt „kenn ich alles“, da „gibt’s Tausende von“. „Das war SENSATIONELL, das war toll, weil das war totaaaal erleichternd“ (Z. 914 f.). Herrn B wurde von der Drogenberaterin ein weiterer Neurologe empfohlen, bei dem er „dann so’n bisschen ausgepackt“ (Z. 939) habe. Obwohl dieser Neurologe ihm ein bisschen „aus seiner Praxis“ erzählt und Interesse „an dem Phänomen an sich“ (Z. 944) geweckt habe, habe er ihm „überhaupt nicht geholfen“. Er habe „keine erleichternden Erfahrungen“ gemacht und auch „nichts verschrieben bekommen“, da er „völlig ab von irgendwie Chemie“ (Z. 952) gewesen sei. Herr B habe „nie was genommen“, da er vermutete, dass seine Symptome „durch irgend eine Chemie ausgelöst“ (Z. 953 f.) seien und er somit „Panik davor hatte“. Er habe den Kontakt zum Neurologen nach einiger Zeit abgebrochen, da

es ihm „nichts nutzte“ und „Geld gekostet hat“. Der Neurologe habe ihn „im Grunde auf die Couch gelegt“ (Z. 978), obwohl Herr B gerne „mehr erfahren hätte“. Letztlich geht Herr B davon aus, dass sich ein Stimmenhörer selber fragen müsse: „Kann das wahr sein?“ und das kann er nur selber, er ist da mit sich allein, da können hundert Leute kommen und sagen ‚Stimmt gar nicht, brauchst dich gar nicht aufregen‘, das hilft dem nicht“ (Z. 1644 ff). Andere können höchstens „in der physischen Not dastehen und sagen ‚also, ich kann dir nicht folgen, aber wenn was ist, kannst du kommen““ (Z. 1647 ff). Die Hilfe der anderen liege demnach darin, den Stimmenhörer davor zu bewahren, „Scheiß zu bauen“. So habe er beispielsweise bei seinem „Kumpel“ „unterkriechen“ können, ohne dass er ihm eine „blöde Frage“ gestellt habe. Rückblickend betrachtet, sieht Herr B Parallelen zwischen seiner Technik, Gedanken „zum Schweigen“ zu bringen und der Art und Weise „wie die Chemie wirkt“ (Z. 1244 f.). Er lehne diese daher „nicht grundsätzlich ab, das kann eine gute Maßnahme sein (...) genauso wie man Leute künstlich ins Koma legt (...) an einer frühen Stelle, wenn man da die Leute stilllegt, kann es sich vielleicht beruhigen“ (Z. 1270 ff). Jedoch sei die Einnahme niemals „gegen seinen Willen“ möglich gewesen. Herr B betont bezüglich der Erstellung einer Diagnose, dass es wichtig sei, „ganzheitlich“ zu denken. Da es sich bei allen Menschen immer um die „selben Symptome“ handele, bedeute dies, dass „das einfach eine Facette des Menschen ist, eine Art des Ausbruchs der Psyche, die überhaupt nicht zu katalogisieren ist“ (Z. 1627 f.). „Da denkt irgendeiner sowas wie ‚ja, das sind Instinkte und Motive (...)‘, der nächste sagt ‚das ist hier Dopamin‘, also der geht dann auf die chemische Schiene, das ist doch scheißegal“ (Z. 1630 ff). Letztlich komme es darauf an, „was ich erlebe“ und „das IST abgrundtief real in Führungszeichen, so real wie ein Traum sein kann“ (Z. 1635 f.). Da „diese Mechanismen“ „in jedem Menschen“ existieren, gebe es auch „dieses Krankheitsbild gar nicht“ (Z. 1683).

Im Gegensatz zu **Herrn A** macht **Herr B** weder Erfahrungen mit Medikamenten, noch mit der Psychiatrie. Jedoch sucht er von sich aus einige professionelle Helfer auf, die ihm genau wie Herrn A nicht weiterhelfen. Beide sind sich daher auch darin einig, dass die einzige Möglichkeit, mit den Stimmen zurecht zu kommen, darin besteht, sich selbst zu helfen. Dennoch beschreibt **Herr B**, wie wichtig es für ihn gewesen ist zu erfahren, dass es noch andere Menschen gibt, die ähnliche Erfahrungen machen. Durch diese Erkenntnis hat sich das Phänomen für ihn ein Stück weit normalisiert und er hat so angefangen, anders darüber nachzudenken.

Frau C beschreibt eine lange Krankheitsphase, die auf den Tod ihres Vaters folgte. Sie habe direkt „nach der Beerdigung für eine Woche krank im Bett gelegen“ (Z. 115) und die „gleichen Symptome gehabt“ wie ihr Vater. Auch nach dem Verschwinden der Stimme folgte „eine Erkrankung nach der anderen“ (Z. 127 f.). Frau C habe unter anderem unter „Atemnot“, „chronischen Halsschmerzen“, „Magenschmerzen“, „chronischen Wirbelsäulenblockaden“ und „Muskelrheuma“ gelitten. Es habe zudem ein „Verdacht auf MS“, „Parkinson“ und „Osteoporose“ bestanden. „Asthma“ wurde diagnostiziert, obwohl „auf keinem Röntgenbild etwas zu sehen“ (Z. 135) gewesen sei. So habe Frau C mehrere Operationen über sich ergehen lassen, ein „dickes Korsett getragen“ und ist mit „Halskrause umhergelaufen“. „Vieles spiegelte sich wieder, was mein Vater hatte, aber es konnte nie richtig schulmedizinisch DIAGNOSTIZIERT werden“ (Z. 159 ff). Es haben immer nur „Verdachtsmomente“ vorgelegen. Ein „Facharzt für Osteoporose“ habe ihr schließlich einmal gesagt, dass ihre Probleme einen „seelischen Ursprung“ haben. Zunächst habe sie sich gewundert, da sie dachte, es sei „alles in Ordnung“, jedoch habe sie sich mit der Zeit „weiterentwickeln können“. Als die „Schulmedizin sagt: ‚Wir können Ihnen nicht mehr weiterhelfen, sie werden eines Tages im Rollstuhl sitzen‘“ (Z. 152 f.), habe Frau C angefangen, sich mit „alternativen Methoden“ wie „Entspannung“, „Massage“ oder „Shiatsu“ zu beschäftigen. Sie habe „viele Heiler kennengelernt“ und selber schließlich „mit Energiearbeit angefangen“. Hierdurch sei sie „immer mehr wachgerüttelt“ worden und habe gelernt, „die Seele“ mit einzubeziehen. Besonders nachdem ihr die Stimme im Krankenhaus sagte, sie solle ihr Leben selbst in die Hand nehmen, habe sie „viel Entspannung gemacht“ und den ganzen Urlaub in „einem meditativen Zustand“ verbracht, der „sehr heilsam“ für sie gewesen sei. Auch erzählt Frau C von einem Erlebnis, bei dem sie durch ihre Stimme zu einer Meditation angeleitet wurde, in der alle Schmerzen, die sie bis dahin hatte, nacheinander auftraten. So sei sie mit Hilfe der Stimme von allen Schmerzen befreit worden (siehe auch Konstrukt 3). Zu dieser Form der Hilfe bzw. Selbsthilfe hat Frau C auch Unterstützung von anderen Menschen erhalten. So habe sie zum einen ihr Sohn, wie oben schon beschrieben (siehe Kategorie P), in Schutz genommen und zum anderen habe ihr der „Chef der Krankenkasse“ sehr geholfen, indem er ihr die Adresse vom Netzwerk Stimmenhören gegeben habe und ihr beteuerte, dass sie „ganz normal“ sei und lediglich eine „hohe Sensibilisierung“ habe. Der Kontakt zu anderen Stimmenhörern habe ihr „immer mehr Beweise“ gebracht und ihr ebenfalls sehr geholfen, das Phänomen zu verstehen (siehe auch Konstrukt 3: Selbstfindung).

Im Gegensatz zu **Herrn A** und **Herrn B** wird bei **Frau C** eine Phase des Leidens durch das Auftauchen der Stimme abgelöst. Diese fordert sie erst dazu auf, sich selbst zu behaupten.

Allerdings macht auch sie einen ähnlichen Prozess wie die beiden anderen Interviewpartner durch, indem sie letztlich lernt, sich selbst zu helfen. Hierbei erfährt sie eine große Unterstützung durch ihre Stimme, die den anderen beiden nicht vergönnt ist. Alle drei haben von professioneller Seite keine Hilfe erfahren. Genau wie für **Herrn B** war es für **Frau C** sehr wichtig zu erfahren, dass sie nicht alleine mit ihrer Erfahrung ist. **Herr A** macht diesbezüglich keine Aussage.

Frau D beschreibt ebenfalls Erfahrungen mit Ärzten und der Psychiatrie. Als sie zum ersten Mal ins Krankenhaus kam, nachdem ihre Mutter „die Rettung“ angerufen hatte, habe sie die Ärztin nach einer Stunde wieder „nach Hause geschickt“. Schließlich habe ihr Mann „einen Psychiater gefunden“, der sie weiter behandelte. „Dieser Doktor war ein Militärarzt, der hat meine Erzählung über ein Buch (...) über den Spiritismus (...) mit einer Handbewegung beiseite gewischt, obwohl er daraus vielleicht Verschiedenes hätte erfahren können“ (Z. 295 ff). Von diesem Moment an habe Frau D „nie wieder ein Wort mit ihm gesprochen“ (Z. 302). Der Arzt habe ihr „Unmengen Haldol“ verschrieben, so dass sie unfähig gewesen sei, ihren „Alltag zu leben“ und zwei Jahre „nur herumgelegen“ habe wie „ein lebender Toter“. Ein anderer Arzt habe dazu nur gesagt: „Diese Dosis Haldol für so eine junge Frau ist ein Verbrechen“ (Z. 305 f.). Schließlich wendete sich die Mutter von Frau D gegen ihren Arzt, als dieser behauptete, dass „die Mütter schuld“ seien am Befinden ihrer Kinder und sie ihre Tochter „in Ruhe“ lassen solle. Sie lernte schließlich einen anderen Arzt kennen, der Frau D „SEIN Produkt“ gegeben habe, welches sie aus ihrem „zombiehaften Zustand“ befreit habe. Es handelte sich hierbei um ein „Nahrungsergänzungsmittel“, welches inzwischen ein „amerikanisches Patent“ geworden ist. Erst einige Jahre später macht sie erneut die Erfahrung mit Ärzten, als es am Muttertag nach einem Gespräch mit ihrem Sohn, in dem sie droht, sich umzubringen (siehe oben Kategorien O und P), zu einer „Zwangsanhaltung“ kommt. Sie sei dann in der Psychiatrie „schon bockig von der Vorgehensweise vom Sohn, von der Polizei und von diesem ganzen Getue“ (Z. 774 f.) gewesen, so dass sie auf die Frage der Ärzte, ob sie jetzt aus dem Fenster springen würde, antwortete: „Jaaa, wenn’s mir der liebe Gott sagt“ (Z. 776 f.). „Das war dann natürlich für die Ärzte eine Denkstörung und sie mussten mich dann beschützen und ruhig stellen“ (Z. 777 ff). Sie habe diese Reaktion auch „im Nachhinein eingesehen“, dennoch habe sie nie vorgehabt, sich umzubringen, sie sei nur „ZORNIG“ gewesen. Frau D habe „zwölf Tage“ auf der Station verbracht und sei in dieser Zeit von Adonis unterstützt worden (siehe oben Konstrukt 1). Schließlich habe man ihr „ein paar Tabletten in ein Sackerl gegeben“ (Z. 819) und sie entlassen. Hinsichtlich einer Diagnose

habe man ihr lediglich gesagt, dass „schizophrene Aspekte in Betracht gezogen werden sollten oder so irgendwas, aber sie haben sich auch nicht klar ausdrücken können, was da eigentlich los ist“ (Z. 822 ff). Frau D äußert, dass sie in dieser Zeit froh über ihre Stimme gewesen sei, „dass jemand DA war in dieser Situation, wo man gegen Gerichte kämpft und von der Familie sozusagen verlassen ist“ (Z. 643). Obwohl sie so allein war, habe sie ihr „Glauben, dass da eine Kraft über uns waltet, die uns immer hilft“ (Z. 647 f.), unterstützt.

Auch Frau D macht demnach die Erfahrung, dass sie sich letztlich selber helfen muss, vor allem da sie sich nach dem Entmündigungsverfahren von ihrer Familie verlassen und vollkommen alleine fühlt. In dieser Zeit stellt die Stimme eine große Hilfe (siehe Konstrukt 3) dabei dar, sich gegen ihre Umwelt zu behaupten. Hier zeigen sich Ähnlichkeiten zu **Frau C**, die ebenfalls von ihrer Stimme darin unterstützt wird, sich zu selbst zu behaupten. Im Gegensatz zu Frau D erfährt sie jedoch zusätzlich die Unterstützung ihrer Familie, die **Frau D** erst nach einigen Jahren zuteil wird. Genau wie **Herr A** nimmt **Frau D** Medikamente, die sie jedoch in einen „zombiehaften Zustand“ versetzen. Allerdings verschwinden in dieser Zeit auch die Stimmen und tauchen genau wie bei Herrn A nach dem Absetzen der Medikamente wieder auf. Beide mussten demnach lernen, auch ohne die Hilfe der Psychiatrie mit den Stimmen umzugehen. Sowohl **Herr B** als auch **Frau C** haben nie Medikamente eingenommen, um die Stimmen loszuwerden. **Herr A** nimmt als einziger bis heute eine geringe Dosis Haldol, unter der er jedoch bis vor kurzem dennoch seine Stimme wahrnahm.

Letztlich haben es alle interviewten Personen geschafft, sich selbst zu behaupten, indem sie sowohl zu ihren Stimmen, als auch zur Umwelt eine funktionierende Beziehung aufgebaut haben bzw. gelernt haben, sich abzugrenzen. Im Laufe dieses Prozesses ist es auch zu Veränderungen der Personen selbst und ihrer Weltanschauungen gekommen, auf die im Folgenden näher eingegangen wird.

(3) Konstrukt 3: Selbstfindung

Schwierige Lebensumstände stellten bei allen vier Interviewpartnern eine Herausforderung dar, gegen die sie sich zu behaupten hatten. Einhergehend mit diesen Veränderungen im Leben der Personen beschreiben sie ebenfalls Änderungen des bis dahin bestehenden Weltbildes und ihrer Persönlichkeit. Oftmals wird hierbei Bezug genommen auf ein „ureigenstes Inneres“ (Herr A) oder es werden Begriffe wie „ich selbst“ (Frau C) in diesem Zusammenhang benutzt. Drei der Personen schildern eine Entwicklung, in der sie im Laufe der Zeit mit den Stimmen wieder zu sich selbst gefunden bzw. sich zum Positiven verändert haben. Eine Person (Herr B) schildert diese Veränderungen unter anderem im Sinne einer

Entfernung von seiner ursprünglichen Persönlichkeit, die er jedoch teilweise ebenfalls als sehr positiv ansieht. Bei dieser Entwicklung können die Stimmen hilfreich bzw. unter Umständen auch richtungsweisend sein. Schließlich ergibt sich durch die Festigung der Persönlichkeit ein selbstbewusster Umgang mit dem Phänomen des Stimmenhörens, welcher sich auch im Interview selbst an verschiedenen Stellen zeigt. Aus dieser neuen Perspektive werden dann auch die teilweise viele Jahre zurückliegenden Ereignisse geschildert und bewertet. Auch die Berichte anderer Stimmenhörer erscheinen im Lichte der eigenen Erfahrungen nun verständlich und es lassen sich allgemeine Strategien und Ratschläge für den Umgang mit Stimmen ableiten. Auch in diesem Kapitel werden wieder mehrere Kategorien zusammengefasst, um sie in einer thematischen Einheit darstellen zu können.

Die zentralen **Kategorien J, K und M** umfassen Erzählungen über die Veränderung der eigenen Person und des Weltbildes im Vergleich zu der Zeit vor den Stimmen und Aussagen darüber, inwieweit die Stimmen zu diesen Veränderungen beigetragen haben.

Herr A schildert, wie er zunächst aufgrund seiner aussichtslosen Lage anfang, sein Leben selbst die Hand zu nehmen (siehe oben Konstrukt 2: Selbstbehauptung). Es habe sich um einen „Umdenkungsprozess“ gehandelt, in dem er sich „selber verändern musste“. Er habe den Stimmen gegenüber „sämtliche Angst verloren“ und sei „wieder SELBSTSICHER“ aufgetreten. So habe er langsam wieder zu einer „EIGENEN, zu einer ganz eigenständigen Persönlichkeit“ (Z. 1187) gefunden. Schließlich habe er erkannt, dass die Stimmen seine „Schwächen ganz genau“ kannten. „Sie kannten mich ja viel besser als ich mich selber“ (Z. 431 f.). So haben die Stimmen Herrn A „gezwungen, darüber nachzudenken“ und „mein Denken, mein Fühlen und mein Handeln in bestimmten Dingen zu ändern“ (Z. 225 f.). Bei ihm habe es „ganz harter Bandagen“ bedurft, damit ihm die Notwendigkeit einer Änderung bewusst werden konnte. „Und diese harten Bandagen stellten eben die Stimmen dar“ (Z. 820). Die Stimmen haben Herrn A auf „prinzipielle Dinge“ „aufmerksam gemacht“, die er „noch zu bearbeiten hatte“ (Z. 23 f.). Hier nennt Herr A die „Dialektik zwischen Leben und Tod“ (Z. 40 f.), „Fragen der Sexualität“ und „Menschlichkeit“. „Wie menschlich hatte ich mich gegenüber anderen verhalten? Ich hatte mich da manchmal wie ein Schwein benommen“ (Z. 334 ff). So brachten ihm die Stimmen auf „subtile Art und Weise“ (Z. 221) auch bei, dass „bestimmte sexuelle Praktiken ganz normal sind“ (Z. 329 f.). Er erkannte, dass er ein „neuer Mensch werden musste“ (Z. 1529) bzw. „wieder der werden, der ich gewesen bin oder für den ich bestimmt bin“ (Z. 1552 f.). „Nach meinem Charakter LEBEN, das ist wahrscheinlich sehr

wichtig“ (Z. 1557 f.). Er habe lange Zeit versucht, „jemand anders zu sein“ (Z. 1443), anstatt das zu „leisten, was man kann“ (Z. 1448). „Man soll vor allem Spaß haben im Leben (...) das ist das Wesentliche, was dazugehört, denn sonst hat man’s ja vertan“ (Z. 1449 ff). „Man sollte auch versuchen, alles zu denken und alles zu fühlen, weil das für’s menschliche Leben sehr wichtig ist und ich hatte mir das früher eben verboten“ (Z. 269 f.). Nach Ansicht von Herrn A sei die Art und Weise der Stimmen, mit ihm umzugehen, aus heutiger Sicht „der beste Erziehungsprozess“ gewesen. Die Veränderung von Herrn A hat sich nicht nur positiv auf die Beziehung zu den Stimmen ausgewirkt (siehe oben Konstrukt 2), sondern auch auf die Beziehung zu anderen Menschen. Diese „kamen wieder freudig auf mich zu, was ich vorher nie gekannt habe“ (Z. 1317 f.). Es handele sich also um einen „allgemeinen Prozess“ „hin zu mehr Liebe“ (Z. 1672), durch den Herr A auch „wieder offener für alle anderen“ (Z. 1322) geworden sei. Eine weitere Veränderung, die Herr A bezüglich seiner Weltanschauung beschreibt, ist die Hinwendung zur Religion. Da er von der Existenz einer „ganz realen Parallelwelt“ mit Himmel und Hölle ausging, sei er „im Zuge dieses Stimmenhörens auch religiös geworden“ (Z. 942). Obwohl Herr A „vorher totaler Atheist“ gewesen sei, suche er sich nun „das Schönste aus allen Religionen heraus“ (Z. 964 f.). Der Sichtweise eines Buchautors folgend, geht er davon aus, dass „Gott in allem“ sei. Diese Anschauung entspreche seinem „ureigensten Innern“.

Herr A beschreibt die letzte Phase des Stimmenhörens, welche seiner anfänglichen Auflehnung gegen sie folgt, als einen Prozess der Selbstfindung. Um die beschriebenen Änderungen an sich vornehmen zu können, habe es der „harten Bandagen“ der Stimmen bedurft. Demnach sind die Stimmen ein notwendiges Mittel gewesen, um zu sich selbst zu finden.

Herr B erzählt, dass er sich durch das Stimmenhören „charakterlich und auch sonst“ (Z. 40) „totaal“ verändert habe. Die in dieser Zeit aufgetauchten Konzentrationsschwächen seien immer noch vorhanden und sein „Kurzzeitgedächtnis ist extrem schlecht“ (Z. 43 f.), so dass er sich „deutlich eingeschränkt“ fühle. Beispielsweise habe er Schwierigkeiten gehabt, eine Drogenkontrolle der Polizei zu bestehen, bei der er „mit geschlossenen Augen auf einer Linie gehen“ und dabei die Anzahl der Schritte zählen sollte. Viele Dinge, die er früher konnte, wie z. B. „kompliziertere Sachen im Kopf rechnen“ (Z. 73 f.) oder Dinge „im Hinterkopf“ behalten, seien für ihn „schwierig geworden, das geht eigentlich gar nicht, aber vielleicht werde ich auch einfach alt“ (Z. 76 f.). „Ich habe während meines Stimmenhörens massive Einschränkungen erfahren und ich meine, dass ich da nie wieder ganz rausgekommen bin“ (Z.

82 ff). Andererseits sei das Stimmenhören für Herrn B auch „eine gute Schule“ gewesen und er habe „ganz andere Qualitäten“ dazugelernt, „von denen ich auch sicher bin, dass ich sie im Leben nicht ohne die Stimmen entwickeln hätte können“ (Z. 1396 f.). Er sei „jetzt stabiler als jemals zuvor, weil ich einfach mit enormen Realitätsschwankungen umzugehen weiß“ (Z. 1138 ff) Zudem sei er „VIEL bewusster mit allem“ (Z. 1405) und könne „Sachen viel emotionsloser sehen“ (Z. 1406). Herr B stelle seine und die Emotionen von anderen „in Frage“ und könne so Missverständnisse vermeiden (siehe auch unten Kategorie S). Außerdem fühle er sich „sicherer als vorher“, weil ihm inzwischen egal sei, was jemand anderes über ihn denkt, „weil der ist frei zu denken, was er will, und was nun für mich interessant ist, was MACHT der, was sagt der zu mir und was will der von mir“ (Z. 1474 ff).

Die Erfahrungen mit den Stimmen haben Herrn B im Laufe der Zeit zu vielen philosophischen Überlegungen dahingehend geführt, „was das eigentliche Erleben“ (Z. 1442) ist. So sei ihm klar geworden, dass man „die Welt auf ganz verschiedene Arten sehen“ (Z. 1448 f.) könne und es sich letztlich immer um eine „Filterung von dem, was man sieht“ (Z. 1443) handele, da wir „unbewusst immerzu filtern, wir blenden immer Sachen aus“ (Z. 1577). „Wir lernen ja auch, was schön ist, das lernen wir ja als Kind“ (Z. 1608). Somit sei unsere „Realität so real wie ein Traum sein kann, weil auch der gefiltert und bewertet ist, ohne dass wir es wissen“ (Z. 1637 f.). Auch das Stimmenhören müsse daher als „reales Erleben“ angesehen werden (siehe oben Konstrukt 2). So müsse man sich auch ab und zu fragen: „Kann das wirklich alles wahr sein?“ (Z. 1643 f.). Im Zuge dieser Überlegungen stellt sich Herr B auch die Frage, „wie kann das alles aus mir rauskommen, diese völlige Fremdheit und diese ganzen Ideen?“ (Z. 458 f.).

Obwohl Herr B durch das Stimmenhören Nachteile hatte, die ihm heute noch Probleme bereiten, beschreibt er dennoch positive Veränderungen seiner Person. Insbesondere die Frage nach der Entstehung des Phänomens hat ihn dazu veranlasst, näher über die Natur des Menschen allgemein, aber auch über sich selbst nachzudenken. Dennoch hat er sich gegen die Stimmen behauptet und sich vor allem emotional von ihnen gelöst (siehe Konstrukt 2), „damit man wieder man selbst wird“ (Z. 580). Im Gegensatz zu **Herrn A** beschreibt **Herr B** den Prozess des Stimmenhörens also eher als einen der Veränderung der ursprünglichen Persönlichkeit, zu der es wieder zurückzufinden gilt. Während Herr A durch die Stimmen gelernt hat, „alles zu fühlen“, ist **Herr B** aufgrund seiner „Techniken“ „emotionslos“ geworden. Dennoch hat er durch die Stimmen Seiten an sich entdeckt, die er ohne sie nicht entdeckt hätte. Daher bezeichnet er die Stimmen auch nicht explizit als Hilfe, wie dies bei

Herrn A der Fall ist. Beide haben jedoch im Laufe der Zeit ihre Weltbilder vollkommen verändert.

Frau C schildert, wie sie durch die Beschäftigung mit alternativen Heilmethoden „wachgerüttelt“ wurde. Sie habe gelernt „bewusst wahrzunehmen“ und für sich „selbst da zu sein“ (Z. 157 f.). „Ich wurde ein ganz anderer Mensch plötzlich, weil ich für mich selbst da war, für meinen eigenen Körper, für meine Empfindungen“ (Z. 194 f.). So habe sie erkennen können, dass „bei Problematiken IMMER die Seele mit (...) eingebunden ist und dass die Körpersprache eine Seelensprache ist“ (Z. 520 ff). Daher sei es wichtig „ACHTSAM“ mit seinem Körper umzugehen und auf diese Sprache zu hören. Wenn „Körper, Seele, Geist“ „in Einheit“ sind, „ist man glücklich und zufrieden“ (Z. 542). Mit „Geist“ meint Frau C in dem Fall die „innere Stimme“ bzw. „das Bauchgefühl“ bei Menschen, die keine Stimme hören. Durch diese Entwicklung sei sie dahinter gekommen, dass Erkrankungen „mit einem Ursprungsphänomen zu tun“ (Z. 159) haben und nicht „nur die Oberfläche“ behandelt werden dürfe. „Gib mir ein Medikament, Herr Doktor, und hier haste mich, mach mich gesund, nein, so läuft das nicht“ (Z. 528 f.). Hier sei es auch wichtig, „in die Ahnenforschung selbst persönlich reinzugehen (...) wo spiegelt sich was wieder“ (Z. 563 f.). Frau C erzählt, dass sie viele Krankheiten gehabt habe, die ihr Vater auch hatte. So habe ihr die Stimme ihres Vaters geholfen, die „Familiengeschichte aufzuarbeiten“, um wieder „Harmonie in den Körper“ (Z. 540) zu bringen. „Ich brauchte keinen Therapeuten, weil dafür war die Kommunikation mit meiner inneren Stimme SO klar und eindeutig“ (Z. 580 f.). Ihr Vater erzähle „aus seiner Vergangenheit“ und sie reden gemeinsam über „familiäre Sorgen“. Auch in anderen Dingen stelle die Stimme eine große Unterstützung für Frau C dar. Seitdem er „nicht mehr unter den Lebenden ist“ (Z. 814) trage sie „die Manneskraft“ in sich und verrichte „sämtliche Arbeit, die normalerweise Männer machen“ (Z. 798). Auch sei sie durch die Unterstützung ihres Vaters „kreativ“ geworden, habe „angefangen zu schreiben“, „zu malen“ (siehe auch oben Konstrukt 2). Neben diesen Hilfestellungen schildert Frau C ein besonders Ereignis mit ihrer Stimme, als diese sie eines Tages dazu anleitet, in die Meditation zu gehen. Sie habe sich „wie weggetreten“ gefühlt und eine „wohlige Ruhe“ in sich gespürt, als plötzlich „Schmerzen im ganzen Körper“ „hintereinander wechselweise auftraten“ und sie ihre vorhergehenden Operationen „quasi bei vollem Bewusstsein nochmal miterlebt“ (Z. 328 f.) habe. Ihr Mann erzählte ihr später, dass sie „sechs Stunden“ auf einer Massageliege gelegen und „wie ein Schreien“ von sich gegeben habe. Frau C habe es so empfunden, als ob ihre „ganzen Ahnen, die Verstorbenen“ (Z. 337) durch sie gesprochen haben. So habe sie „ALLE Stimmlagen“ aus

sich herauskommen gehört, während sie mit geschlossenen Augen dalag. Schließlich sei sie wieder aufgestanden und „alle Schmerzen waren weg“ (Z. 352). Ihre „innere Stimme“ habe ihr daraufhin gesagt, dass sie eine „geistige Heilung“ erlebt habe. Frau C berichtet, dass von diesem Moment an sämtliche „chronische Schmerzen“ der letzten Jahrzehnte nicht mehr aufgetaucht seien.

Ebenso wie **Herr A** schildert **Frau C** einen Prozess der Selbstfindung, in dem sie von ihrer „inneren Stimme“ unterstützt wurde. Nach einer langen Phase der Krankheit lernt sie, ihr Leben in die eigenen Hände zu nehmen und „für sich selbst“ dazusein, worin sie die Stimme ausnahmslos unterstützt. Im Gegensatz hierzu erzählt **Herr A**, dass die Stimmen selbst zunächst ein Leidensgrund für ihn darstellten, bis er gelernt hat, diese als hilfreich im Prozess der Selbstfindung anzusehen. Beide haben ebenso wie **Herr B** während des Stimmenhörens ihr Weltbild gewandelt. **Frau C** sieht in ihrem Fall die langjährigen Krankheiten als Botschaft, bestimmte Dinge zu ändern und aufzuarbeiten, während **Herr A** die Stimmen selbst als Botschaft betrachtet. **Herr B** sieht die Stimmen dagegen eher als „Ausbruch der Psyche“ bei Überforderung oder Zusammenbrechen des Weltbildes an, der mit Träumen gleichzusetzen ist. Er macht jedoch keine Äußerungen hinsichtlich einer Interpretation bezüglich des eigenen Lebens.

Frau D ist ihrer Stimme in vielerlei Hinsicht „sehr verbunden“. Zum einen habe sie Adonis in ihrer „einsamen Situation“ als „Bereicherung“ empfunden (siehe Konstrukt 2: Selbstbehauptung), zum anderen sei sie froh darüber, dass er sie auf „das Phänomen Stimmenhören aufmerksam gemacht“ (Z. 63 f.) habe. Durch seine „Versuche, mich zu irgendwelchen nicht GANZ normalen Handlungen zu bringen, so gesellschaftlich normalen Handlungen zu bringen, hat er meinen Mut gefördert, irgendwie aufzufallen und keine Angst davor zu haben AUFZUFALLEN“ (Z. 690 ff). So habe Frau D insgesamt gelernt, „zu dem, was ich denke und meine zu stehen oder überhaupt einmal zu unterscheiden, was will ich wirklich und nicht aus irgendwelchen falschen Gefühlen von Liebe oder Anhänglichkeit an jemanden mit meiner Meinung zurückzuhalten“ (Z. 957 ff). Auch hat sie erkannt, dass es nur möglich ist, jemand anderes zu verändern, wenn sie sich selbst ändert (siehe Konstrukt 2). Ihre Stimme habe folglich ihr „heutiges öffentliches Auftreten gefördert“ (Z. 682), so dass Frau D heute unter anderem eine eigene Webseite im Internet hat, auf der sie über ihre Erfahrungen mit dem Stimmenhören berichtet (siehe Kontextprotokoll).

Im Gegensatz zu den anderen Interviewpartnern geht Frau D nur kurz auf Veränderungen der eigenen Person ein. Jedoch schildert sie im Zusammenhang mit dem Umgang und dem

Erleben der Stimme (siehe Konstrukt 2), dass sie die Stimme als große Unterstützung erlebt hat und „zu zweit“ mehr Mut hatte als alleine. Auch ist Frau D durch die Stimme „abenteuerlustig“ geworden, was ihr zuvor durch ihre Rolle als „brave“ Hausfrau und Mutter versagt gewesen ist. Somit schildert auch Frau D einen Änderungsprozess der eigenen Person im Laufe des Stimmenhörens, genau wie **Herr A**, **Herr B** und **Frau C**. Im Gegensatz zu **Herrn B** dienen die Stimmen **Herrn A**, **Frau C** und **Frau D** als Ratgeber bei diesem Prozess. **Frau D** beschreibt, dass sie herausfinden musste, was sie „wirklich“ will und Aussagen ihrer Stimme dahingehend interpretiert hat, dass sie ihre „Bindungen“ „lösen“ und „erwachsen“ werden müsse. In dieser Aussage liegt ein Streben danach, sich nach jahrelanger Abhängigkeit „freier zu sein“ und zu sich selbst zu finden. Genau wie **Herr A** und **Herr B** erkennt **Frau D**, dass sie sich zunächst selber ändern muss, um bei anderen, das heißt auch den Stimmen, Veränderungen hervorzurufen.

Die zentralen **Kategorien R, S und T** beinhalten zum einen Aussagen bezüglich anderer Stimmenhörer und zum anderen Ansichten über den idealen Umgang mit Stimmen bzw. den Bedingungen für ihr Verschwinden. Schließlich wird auf ein Gesamturteil zum Thema Stimmen Bezug genommen und die individuelle Art und Weise der Kommunikation über das Phänomen betrachtet.

Herr A möchte vermitteln, „dass man die Stimmen wirklich zu Freunden machen muss und sie möglichst sogar noch lieben sollte“ (Z. 1374 ff). Ebenso sei es sehr wichtig, die Stimmen „akzeptieren“ zu „lernen“, hierbei handele es sich um die „Grundlage der Liebe“. Erst wenn man sich „die Zeit lasse“, die Stimmen zu „akzeptieren“, sie „anzuhören“, „Freundschaften aufzubauen“, um schließlich „in Liebe mit den Stimmen übereinzukommen“ (Z. 1590), sei es möglich, Probleme zu lösen. „So wie das die anderen Stimmenhörer machen, die eben mit ihren Schutzengeln (...) kommunizieren“ (Z. 1606 ff). „Man sollte gerade von diesen Stimmenhörenden mal lernen“ (Z. 1622). „Der Erfolg“ bestätige, dass Herr A auf dem „richtigen Weg“ gewesen sei, „zumindest erstmal für mich, wie das zu verallgemeinern ist, weiß ich nicht“ (Z. 468 f.). Dennoch schlägt er vor, dass andere Stimmenhörer „versuchen sollten herauszufinden, was dahinter steckt, was die Stimmen eigentlich wirklich wollen“ (Z. 443 f.). So sehe er auch bei anderen Stimmenhörern, „wo die Defizite liegen“ (Z. 868 f.). Trotz guter Ratschläge, wollen die Leute „das natürlich nicht eins zu eins übernehmen“ (Z. 875). „Man sollte das den anderen Stimmenhörern auch mit beibringen, dass das ein

Erziehungsprozess ist, den sie durchmachen“ (Z. 894 ff). Da Herr A „selber beraten“ habe, wisse er, „wie schwer das ist, jemandem das darzulegen“ (Z. 900 f.).

Im Gespräch mit Herrn A fiel unter anderem auf, dass ihm das Wort „Geschichte“ nicht einfiel, obwohl die Stimmen während seines Geschichtsstudiums zum ersten Mal auftraten. Zudem kam er immer wieder auf seine Erkenntnis zurück, dass man die Stimmen lieben müsse. Zu anderen Themenbereichen wollte er sich dafür nicht näher äußern.

Insgesamt ist Herr A sehr gefestigt in seinen Ansichten und hat ein klares Konzept vor Augen, wie am besten mit Stimmen umzugehen ist. Hierin sieht er sich durch seinen „Erfolg“ bestätigt.

Herr B hat lange Zeit nach dem Verstummen der Stimmen, seiner alten „Lebensqualität“ hinterhergetrauert (siehe Konstrukt 2). Bis heute habe er noch „nicht die Qualität gefunden, wo ich sage, na, es hat ja auch sein Gutes gehabt“ (Z. 1393 f.). Trotz der „anderen Qualitäten“, die er habe entwickeln können (siehe oben Kategorie J), hätte er insgesamt gerne auf die Erfahrung verzichtet. Auch wenn Herr B lange die „emotionale Qualität“ vermisst habe, so sehe er diese nun auch als „Bremse“ an, „weil sie den Blick einengt“ (Z. 1407). So passieren ihm heute nur noch wenige „Missverständnisse“, die sonst dadurch entstehen, dass man Dinge „in vorgelenkten Bahnen“ sehe bzw. Menschen „das sehen, was sie erwarten“ (Z. 1410). Dass er inzwischen Emotionen generell „in Frage“ stelle, komme ihm in vielerlei Hinsicht zugute und „erleichtert viel“. Diese Herangehensweise bedeute jedoch nicht, „dass der Mensch mir Wurst ist (...) DAS ist nicht so wichtig, weil der ist mehr als das, was er fühlt“ (Z. 1480 f.). „Ich fühl mich sehr sicher in meiner Welt, weil ich so oft bestätigt werde“ (Z. 1482 f.). So ist Herr B auch insgesamt selbstsicherer geworden (siehe auch Kategorie J). Er sei „immer OUT“ gewesen und habe „sehr darunter gelitten“. „Und nun bin ich out und darf das sein, das find ich gut“ (Z. 1504 f.). Da er in der Zeit mit den Stimmen „ja auch älter geworden“ (Z. 1506) sei, zieht Herr B ebenfalls die Möglichkeit in Betracht, dass es sich um einen Reifungsprozess handelt. Dennoch habe er einen „tieferen Einblick in menschliche Strukturen“ (Z. 1513) erlangt, durch den er andere Menschen anders anschau. Kontakt zu anderen Stimmenhörern hat Herr B erst über das Forum Stimmenhören im Internet bekommen. Hier habe er auch von anderen gehört, dass seine „Technik“, sich die eigenen Gedanken zu verbieten, funktioniere.

Das Interview zeichnete sich durch viel Humor und lustige Sprüche von Herrn B aus. Oftmals kam er bei sehr ausführlichen Antworten vom Thema ab und vergaß so die ursprüngliche

Frage. Trotz seiner Konzentrationsschwierigkeiten fand er jedoch meistens wieder zum eigentlichen Thema zurück.

Genau wie **Herr A** hat **Herr B** sehr reflektiert und selbstsicher über das Thema Stimmen gesprochen. Im Gegensatz zu diesem ist Herr B weniger strikt in seinen Ansichten und immer noch auf der Suche nach einer „guten Idee“, die sich auch überprüfen lässt. Die von „Erfolg“ gekennzeichnete Geschichte von Herrn A steht im Gegensatz zu der Erfahrung von Herrn B, auf die er „gern verzichtet“ hätte. Dennoch ist auch er froh über einige Veränderungen seiner Person, die ihm das Leben erleichtern.

Frau C sei es „noch nie so gut gegangen“ (Z. 24) wie es ihr nun als Stimmenhörerin gehe. „Es sind natürlich Höhen und Tiefen da, die auch mit seelischen Empfindungen zu tun haben, die mit dem Umfeld zu tun haben, NICHT jetzt mit der Stimme“ (Z. 24 ff). Diese sei „nach wie vor ein Ratgeber“ (Z. 26) und habe für sie eine „stützende Funktion“, wofür sie ihr „sehr dankbar“ sei. Oftmals bereite ihr der Umgang mit ihrem Umfeld Schwierigkeiten, da sie durch ihre Stimme vieles „anders“ bzw. „intensiver wahrnehme“, sie dieses jedoch „nicht so äußern“ könne. Dennoch habe die Stimme „von Anfang an eine Bereicherung“ (Z. 44) für sie dargestellt. „Jetzt bin ich acht Jahre Stimmenhörerin und bin überglücklich und möchte keine Minute missen“ (Z. 473 f.). Frau C betont, sie sei in dieser Zeit „reich an Erfahrung“ geworden. Auch durch den Kontakt zu anderen Stimmenhörern habe sie mit der Zeit „immer mehr Beweise“ für ihre Annahmen über die Stimmen erhalten, dass es sich um Personen handle, die in einen anderen Körper „wieder geboren“ werden. Es stimme sie „sehr traurig“, dass manche Menschen „böse Stimmen“ hören. Hier rate sie dazu, die „Familiengeschichte“ zu berücksichtigen, jedoch seien die Betroffenen oftmals „nicht offen“ für diese Erklärung. Aus „jahrelanger eigener Erfahrung“ wisse Frau C aus Gesprächen mit Stimmenhörern, dass ihre Probleme „meist zurück bis zu den Urgroßeltern“ (Z. 559 f.) zurückverfolgt werden können. So könne es passieren, dass plötzlich die Stimmen der „Urgroßeltern“, die man „nie gekannt“ habe, für die Betroffenen zu hören seien.

Kurz vor Ende des Interviews sagte Frau C, dass ihr Vater zu der Frage, wie es sich für ihn anfühle, mit ihr verbunden zu sein, „einige Worte sagen“ wolle. Sie sagte mit geschlossenen Augen und in etwas monotonem Tonfall, dass es sich um einen „wunderbaren Zustand“ handle, es jedoch zunächst schwierig gewesen sei, sich in „einem weiblichen Körper“ zurechtzufinden. Es folgt ein kurzer Ausschnitt aus dem Gesagten: „Ich fühle mich wohl, so wie es jetzt ist, natürlich ist es schöner, wenn man im eigenen Körper ist, aber der Tod ist nun einmal etwas Grausames und ICH habe mein Leben mit 46 Jahren beendet. Was natürlich

überraschend für mich war, wo ich mich wiedergefunden habe, durch welche Augen ich geschaut habe. Wie ich mein Leben weiterführen sollte, in diesem Zustand, war im ersten Moment noch unklar, darum war es so, dass Christin ein Woche nach meinem Ableben krank wurde und ich mich erstmal damit abfinden musste“ (Z. 899 ff). „Ich sehe und höre, arbeite, fühle, weine, lache alles im gleichen Augenblick wie Christin auch, es ist bei uns keine Spaltung mehr da, es ist eine Einheit“ (Z. 908 ff). Weiterhin spricht die Stimme viele Themen an, auf die Frau C im Interview ebenfalls eingegangen ist. So zum Beispiel, dass es sich bei Krankheiten um eine „geistige Botschaft“ handele, die dazu diene, ihr den „tieferen Ursprung“ deutlich zu machen. Ebenfalls geht sie darauf ein, dass sie gemeinsam die „Lebensgeschichte aufgearbeitet“ haben, ohne die Hilfe eines Therapeuten, da dieser nicht fühle, „wie ich mich fühle, wie Christin sich fühlt“ (Z. 918). „Wenn die innere Stimme mit dem Menschenkind im Reinen ist, alles aufarbeiten kann, entsteht auch eine gewisse Harmonie“ (Z. 919 f.). Es bestehe die „Bitte von ANDEREN geistigen Helfern (...) die sich in UNSEREM Fall (...) sehr oft als Ahnen vorgestellt haben (...) dass die Menschen sich doch mit dem Tod auseinandersetzen sollen (...) um für die Zukunft so einen Schicksalsschlag zu vermeiden“ (Z. 926 ff). Es sei zwecklos, „das Menschenkind ruhig zu stellen“ (Z. 933), indem „Medikamente eingesetzt werden“, man müsse statt dessen „mit der inneren Stimme zusammen arbeiten“ (Z. 934). Die Stimme sagt auch noch einmal, dass es sie „ganz traurig“ stimme, „Missbrauch aufzuarbeiten“. „Das nimmt mir die Luft zum Atmen“ (Z. 937 f.). Schließlich erwähnt die Stimme, dass sie „KEINE Probleme“ untereinander haben, es sie jedoch „traurig“ mache, in der „eigenen Großfamilie“ nicht „als geistiger Vater“ akzeptiert zu werden. „Aber nie gebe ich die Hoffnung auf“ (Z. 945).

Auffällig ist, dass die Stimme von Frau C fast alle Themen aufgreift, die sie zuvor angesprochen hat und sogar teilweise dieselben Ausdrücke benutzt. Insofern sind beide im Interview „stimmig“, wie es Frau C ausdrückt. Genau wie **Herr A** sieht **Frau C** die Stimme als „Ratgeber“ und ist froh über ihre eigene Entwicklung. Sich mit dem Tod auseinanderzusetzen ist ein wichtiger Punkt bei Herrn A, den die Stimme von Frau C ebenfalls im Interview nennt. Eine weitere Gemeinsamkeit besteht darin, dass auch Frau C sehr klare Vorstellungen hat, woher die Stimmen anderer stammen und wie mit diesen umzugehen ist. Ihr selbstbewusster Umgang mit dem Thema zeigt sich unter anderem daran, dass sie das von der Stimme Gesagte laut ausspricht und so anderen direkt zugänglich macht. Im Gegensatz zu **Herrn A** und **Herrn B** hört sie ihre Stimme immer noch und möchte diese auch gar nicht loswerden. **Herr A** bedauert es allerdings sehr, dass er seine Stimme nicht mehr hört, er hätte gerne „immer einen Gesprächspartner“ bei sich. Da es bei **Herrn B** nie zu

einem „Austausch“ in dieser Form kam, ist dieser im Gegensatz hierzu froh, die Stimmen nicht mehr zu hören.

Frau D erzählt, dass sie mit der Zeit immer mehr über das Stimmenhören erfahren habe, da sie dem Phänomen „nachgegangen“ sei. So habe sie auch den Kontakt zu anderen Stimmenhörern gesucht und unter anderem an „trialogischen Veranstaltungen“ teilgenommen. Wenn ihr heute jemand erzähle, er habe den Satz „Wirf dein Kind an die Wand“ (Z. 396 f.) gehört, „dann werde ich hellhörig und weiß, aha, das ist nicht natürlich der Gedanke von dieser jungen Frau, sondern das ist irgendein Fremdwesen, das da diesen Satz einbringt“ (Z. 397 ff). Die Botschaften der Stimmen seien „so gehalten, dass also ein einfacherer Mensch, der sich vielleicht nicht mit Psychologie befasst und der vielleicht wirklich gerade einen Zorn auf irgendeinen Mitmenschen hat (...) dass der dann vielleicht wirklich ausrastet und seinen Gefühlen nachgibt“ (Z. 943 ff). Da das Stimmenhören demnach oftmals „unberechenbar“ (Z. 952) sei, bestehe in der Gesellschaft eine „berechtigte Angst“ vor diesem Phänomen.

Insgesamt ist Frau D ihrer Stimme „für das ganze Erleben seiner Person sehr verbunden“ (Z. 62 f.). Das Vorhandensein der Stimme ist für sie selbstverständlich geworden, so dass sie auch im Gespräch einige Male auf seine Bemerkungen zu sprechen kommt. Bei der Frage, warum Adonis gerade zu ihr gekommen sei, antwortet er „das weiß ich nicht“ (Z. 917). Ansonsten habe er „nichts hinzuzufügen, er ist im Grunde zufrieden mit dem, was ich erzählt habe“ (Z. 921 f.). Ansonsten zeichnet sich das Interview mit Frau D durch treffende Vergleiche bzw. Metaphern, wie z. B. „die eine Partei schimpft, die andere schimpft zurück“ (Z. 965) aus.

Genau wie **Herr A** und **Frau C** ist auch **Frau D** in ihren Ansichten über das Stimmenhören sehr gefestigt. Dies wird auch in den Aussagen über andere Stimmenhörer deutlich. Sie hat einen natürlichen Umgang mit dem Phänomen entwickelt, der sich unter anderem in ihren Auftritten in der Öffentlichkeit bemerkbar macht (siehe oben Kategorie M). Genau wie bei **Frau C** äußert sich die Stimme von **Frau D** im Interview und stimmt mit dem bisher gesagten überein. Dennoch hat **Frau C** hier einen anderen Umgang gefunden, indem sie die Aussagen der Stimme direkt ausspricht.

Insgesamt lässt sich bei allen vier Personen ein selbstbewusster Umgang mit dem Phänomen des Stimmenhörens feststellen. Alle beschreiben trotz einiger negativer Erfahrungen auch Vorteile und positive persönliche Entwicklungen, die sie durch die Stimmen erlebt haben. So machen die interviewten Personen ebenfalls Aussagen dahingehend, dass sich ihre

Persönlichkeit im Laufe dieses Prozesses gefestigt habe. Während einige dies eher als ein Finden der ursprünglichen Persönlichkeit beschreiben (Herr A, Frau C, Frau D), kann dies auch als eine generelle Veränderung mit Vor- bzw. Nachteilen gesehen werden (Herr B).

(4) Zusammenfassung und Integration

Die im Laufe des Auswertungsprozesses entwickelten Konstrukte konnten durch die Aussagen der interviewten Personen mit Inhalt gefüllt und differenziert werden. Beim ersten Konstrukt zeigte sich, dass das Hören von Stimmen mit **Herausforderungen** verschiedenster Art in Zusammenhang gebracht wurde. So haben die Interviewpartner zum einen schwierige Lebenssituationen vor Erscheinen der Stimmen beschrieben, zum anderen stellten die Stimmen teilweise eine Herausforderung dar. Auch während der Zeit mit den Stimmen, ergaben sich schwierige Situationen im Zusammenhang mit der Umwelt, welche die Betroffenen zu bewältigen hatten. So waren die Interviews vor allem geprägt von Berichten über eine **Selbstbehauptung**, welche in unterschiedlichem Maße auf die vorhergehenden Provokationen folgte. Beispielsweise ist der Wille zu einer Behauptung gegen die Stimmen bei **Herrn A** und **Herrn B** aus verschiedenen Gründen erst einige Jahre nach Auftauchen der Stimmen entstanden, während bei **Frau C** und **Frau D** mit Auftauchen der Stimmen eine Notwendigkeit entstand, sich gegen ihre Umwelt zu behaupten. Alle vier Interviewpartner schildern Situationen, die schon vor dem Hören der Stimmen in gewisser Weise eine Umstellung ihres Lebens bedeuteten und somit ebenso wie das Auftauchen der Stimmen eine Neuorientierung erforderten. Bei **Herrn A** kam es nach einigen Jahren des Leidens durch die Stimmen zu einer Veränderung seiner Einstellung und des Umgangs mit den Stimmen, wodurch diese schließlich verstummten. **Herr B** fasste eines Tages den Entschluss, die Stimmen zu bekämpfen und entwickelte daher Techniken, um diese loszuwerden. **Frau C** änderte ihre anfängliche Annahme aufgrund von Aussagen der Stimme und fühlte sich sicher im Umgang mit dieser, nachdem sie sich von ihrer Umwelt abgrenzen gelernt hatte. **Frau D** ließ sich in ihren Annahmen nicht durch die Stimme irritieren und versuchte lediglich durch ihren Umgang, die Stimme in ihrer Äußerungsform zu verändern. Alle vier machen Aussagen darüber, wie sich im Laufe dieses Prozesses ihre vorherige Persönlichkeit bzw. ihr Weltbild verändert hat und sie dazu gezwungen waren, sich als Personen neu zu definieren. Diese Entwicklung beschreibt das dritte Konstrukt der **Selbstfindung**, welche nicht unbedingt als abgeschlossene Einheit zu verstehen ist, sondern ebenfalls als Prozess beschrieben wird, der sich im Laufe des Stimmenhörens bzw. in der Zeit danach Schritt für Schritt vollzieht. So sind alle drei Konstrukte nicht im Sinne von Phasen zu verstehen, welche aufeinander folgen,

sondern als ein sich wiederholender Kreislauf der einzelnen Prozesse, die sich dabei auch überlappen bzw. parallel stattfinden können. Im folgenden Schaubild soll dieser Zusammenhang der drei Konstrukte verdeutlicht werden.

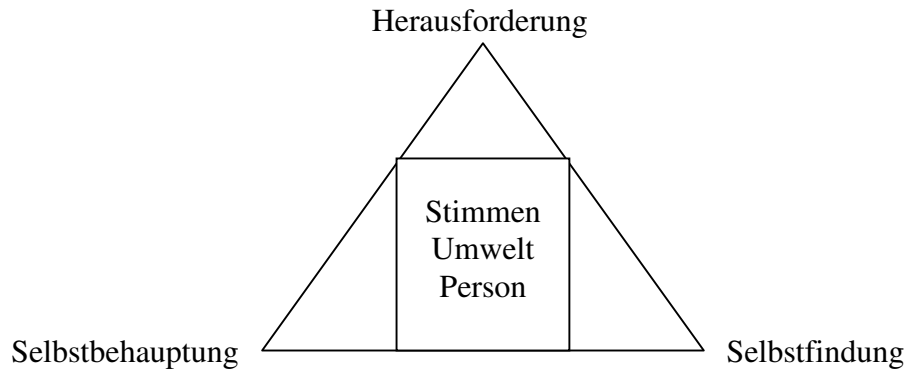


Abbildung 3

Das Schaubild soll zeigen, dass im Laufe des Lebens mit den Stimmen aufgrund verschiedener Faktoren, welche mit den in der Mitte aufgeführten Punkten zusammenhängen, immer wieder Herausforderungen auftreten, gegen die sich die Stimmenhörer schließlich behaupten. Damit einher geht eine Veränderung der eigenen Person, die von der Mehrzahl der befragten Personen als Selbstfindungsprozess beschrieben wird. Mit Veränderung und Festigung der Persönlichkeit können Ereignisse, die zuvor als Herausforderung beschrieben wurden, nicht mehr als solche erscheinen. So beschreibt Herr B beispielsweise, dass er bei seinem „Rückfall“ keine Schwierigkeiten mehr mit den Stimmen hatte, da er bereits gelernt hatte, mit ihnen umzugehen. Dennoch stellte sich für ihn nach Verschwinden der Stimmen eine neue Herausforderung, die darin bestand, mit seiner veränderten Lebenssituation umzugehen.

VI. Diskussion und Ausblick

Im Zentrum der vorliegenden Arbeit stand die Frage danach, wie Menschen es schaffen, ihr Leben mit den Stimmen so zu gestalten, dass sie nicht unter diesen Leiden. Es wurden Personen befragt, die mindestens einige Jahre Stimmen gehört haben bzw. diese zum Zeitpunkt der Untersuchung noch hörten. Mit Hilfe eines Interviewleitfadens wurde versucht, der Forschungsfrage **„Wie beschreiben erfahrene stimmenhörende Menschen die Integration der Stimmen in ihr Leben und welche Faktoren sehen sie hierbei als wesentlich an?“** nachzugehen. Besondere Berücksichtigung fanden die Faktoren Äußerungsform, Erleben, Annahmen, Umgang und ihre gegenseitige Interaktion (siehe Abbildung 1 in Kapitel II. 11).

Herr A beschreibt, wie er sich nach einer langen Leidenszeit gegen die Stimmen auflehnt und sich nicht mehr von ihnen beherrschen lässt. In seiner Erzählung wird deutlich, dass er seine Einstellung gegenüber den Stimmen insofern geändert hat, als er sich nicht mehr von ihnen beherrschen lassen will und an seine eigene Stärke glaubt, sich gegen diese behaupten zu können. Als ihm dies bewusst wird, ändert er auch den Umgang mit den Stimmen und lernt, sich emotional von ihnen abzugrenzen. In der Folgezeit erkennt Herr A einen Zusammenhang zwischen den Stimmen und notwendigen Veränderungen seiner eigenen Person. Indem er also den Stimmen einen Sinn in seinem Leben zuschreibt, gelingt es ihm, diesen „freundschaftliche“ bzw. „liebvolle“ Gefühle entgegenzubringen. Die Stimmen selbst ändern sich durch diesen neuen Ansatz inhaltlich nicht, jedoch verstummen sie schließlich. Als wesentlich in diesem Prozess bezeichnet Herr A die Erkenntnis, sich selbst ändern zu müssen.

Herr B fängt gleich zu Beginn seiner Zeit mit den Stimmen an, nach Ursachen zu forschen, allerdings haben diese Bemühungen keinen Einfluss auf das Erleben der Stimmen. Er empfindet sie lange Zeit als „spannend“ und bezeichnet das intensive Erleben als „Sucht“. Seiner emotionalen Bindung und anderen Beeinträchtigungen durch die Stimmen kann er erst durch das Entwickeln von „Techniken“ entgehen. Indem er sich seine eigenen Gedanken verbietet, lassen schließlich auch die Stimmen nach. Anstatt wie Herr A eine andersartige Beziehung zu den Stimmen aufzubauen, möchte Herr B diese vollständig lösen. Er behandelt die Stimmen folglich wie unliebsame Arbeitskollegen, denen er nicht einfach aus dem Weg gehen kann. Emotional grenzt er sich schließlich vollkommen ab, so dass es ihm leicht fällt, die Stimmen zu ignorieren. Im Gegensatz zu Herrn A schreibt Herr B den Stimmen keinen Sinn in seinem Leben zu, sondern versucht, sich soweit mit ihnen zu arrangieren, dass sie ihn nicht mehr beeinträchtigen. Als besonders hilfreich beschreibt Herr B hierbei die von ihm

entwickelten Techniken und die Erkenntnis, dass es sich beim Stimmenhören um ein recht verbreitetes Phänomen handelt.

Frau C empfindet ihre Stimme von Anfang an als Bereicherung, jedoch lösen die Reaktionen der Umwelt an einem Punkt in ihrem Leben Zweifel bei ihr aus. Diese kommen auch in der Veränderung ihrer Stimme zum Ausdruck, die ihr erstmals droht und Angst macht. Dennoch fasst sie den Entschluss, zu ihren eigenen Annahmen zu stehen, wodurch auch ihre gewohnte Stimme wieder auftaucht. Frau C vertraut vollkommen auf den Inhalt der Stimme und braucht ihn im Gegensatz zu Herrn A nicht zu interpretieren. So geht sie auch davon aus, dass es sich bei der Stimme um ihren verstorbenen Vater handelt, den sie zu Lebzeiten sehr geliebt hat. Dementsprechend führen beide eine harmonische Beziehung, die von gegenseitiger Rücksichtnahme und Unterstützung geprägt ist. Genau wie Herr A macht das Erscheinen der Stimme im Leben von Frau C einen Sinn, da es für sie viele Ereignisse unter anderem aus ihrer Kindheit erklärbar werden lässt. So erlebt sie ihre „innere Stimme“ als große Hilfe, die ihr in vielen schwierigen Situationen zur Seite steht. Bei der Überwindung ihrer kurzen Krise hebt sie aber auch die Unterstützung ihres Sohnes hervor, der eine Einlieferung in die Psychiatrie verhindern konnte.

Frau D hat nach einer intensiven Beschäftigung mit dem Spiritismus vereinzelte Erlebnisse mit Stimmen, die sie zunächst nicht einzuordnen weiß. Durch den Einsatz von Medikamenten verschwinden diese, tauchen jedoch anschließend erneut auf. Als Frau D an einen Punkt in ihrem Leben kommt, an dem sie zum ersten Mal auf sich alleine gestellt ist und um den Erhalt ihres Stimmrechts kämpfen muss, tritt eine Stimme in ihr Leben, die von nun an zu einem ständigen Begleiter wird. Sie hinterfragt die Inhalte der Stimme von Beginn an und vermutet, dass es sich um einen Verstorbenen handelt, der zu ihr spricht. Obwohl die Stimme sie oft anstrengt, ist Frau D froh darüber, nicht alleine zu sein. Daher empfindet sie die Beziehung so, als hätte sie einen „Ehemann“ an ihrer Seite, der eben auch manchmal schwierig ist. Durch ihren Umgang mit der Stimme versucht sie, ihr als positives Vorbild zu dienen und sie dazu zu bringen, sich ebenfalls zu verändern. So wie Herr A und Frau C erfüllt die Stimme von Frau D eine Funktion in ihrem Leben. Das Phänomen ist für Frau D durch ihre intensive Beschäftigung mit dem Spiritismus erklärbar und somit leicht in ihr Leben zu integrieren. Im Laufe der Zeit hat sie ebenso wie Herr A angefangen, einige Inhalte in Bezug auf ihre Lebenssituation zu interpretieren. Hilfe hat Frau D unter anderem von anderen Stimmenhörern erfahren, jedoch vor allem durch die Unterstützung der Stimme selbst.

Während es drei Personen gelungen ist, die Stimmen als sinnvollen Teil ihres Lebens zu betrachten und eine Form von emotionaler Beziehung zu ihnen aufzubauen, beschreibt Herr B lediglich ein sich Abfinden mit dem Vorhandensein der Stimmen und eine Lösung der vorhandenen Bindung, die für ihn eine Belastung darstellte. Bei allen Interviewteilnehmern spielen jedoch die Annahmen eine wichtige Rolle. Sie erleichtern es einerseits, den Stimmen einen bestimmten Platz im eigenen Leben zuzuweisen und führen so zu einer Form des Umgangs, die ein gemeinschaftliches Leben mit den Stimmen möglich macht. Das Erleben der Stimmen scheint nur teilweise von diesen Annahmen abzuhängen. Beispielsweise beschreibt Herr B, dass er „ohne Grund“ eine sehr enge emotionale Bindung zu den Stimmen hatte, die unabhängig von seiner gerade aktuellen Annahme über ihre Herkunft zu sein schien. Jedoch beschreibt Herr A, wie sich seine Ängste in Folge einer veränderten Einstellung wandelten und er so schließlich zu einem freundschaftlichen Umgang gelangte. Frau C und Frau D entwickelten aufgrund ihrer Annahmen keine Ängste gegenüber den Stimmen. So konzentrierten sie sich gleich auf den Aufbau einer Beziehung zu ihnen. In allen vier Fällen scheint der Umgang mit den Stimmen eine wichtige Rolle auch hinsichtlich einer Veränderung ihrer Äußerungsform zu spielen. Sowohl bei Herrn A als auch bei Herrn B verschwanden die Stimmen schließlich ganz, nachdem sie ihren Umgang mit diesen veränderten. Auch Frau C und Frau D berichten davon, wie das Verhalten ihrer Stimme und deren Aussagen von ihrem eigenen Verhalten, aber auch von alltäglichen Verrichtungen, beeinflusst werden.

Insgesamt ist bei der Auswertung der Ergebnisse aufgefallen, dass sich die einzelnen Faktoren schwer voneinander trennen lassen und oft wechselweise interagieren. Es lässt sich zum Beispiel schwer feststellen, ob zunächst ein anderer Umgang ausprobiert wurde und sich daraufhin die Annahmen veränderten oder ob diese sich zuvor verändert haben. Dennoch wurde versucht, die Aussagen der interviewten Personen hinsichtlich einer Reihenfolge der Veränderungen sinngetreu zu übernehmen.

Es stellt sich nun die Frage, inwiefern die im Laufe der Auswertung entwickelten Konstrukte (siehe V. 3. c Verdichtung und V. 3. d Komparative Paraphrasierung) der Beantwortung der vorliegenden Fragestellung dienen können.

Durch den Interviewleitfaden wird eine Erzählung der Befragten über den Beginn des Stimmenhörens, die erste Zeit mit den Stimmen, eventuelle Veränderungen und die Beziehung zu den Stimmen angeregt. Hierdurch entstehen Geschichten, welche retrospektiv aus der aktuellen Lebenssituation heraus erzählt werden. Aufgrund einer dahingehenden

Auswahl der Teilnehmer erzählen alle Beteiligten ihre Geschichten aus der Perspektive eines letztendlich erfolgreich verlaufenen Umgangs mit den Stimmen. In der Auswertung der Interviews stellten sich schließlich drei immer wieder in verschiedener Form genannte Komponenten als bedeutend für die Teilnehmer heraus. So gingen die befragten Personen alle auf verschiedene Formen von **Herausforderungen** ein, die sie jedoch letztendlich überwinden konnten. Diese Überwindung besteht in den Geschichten in einer **Selbstbehauptung** gegen diese unterschiedlichen Anforderungen. Ebenso wird der Punkt der **Selbstfindung** immer wieder als ein im Laufe des Stimmenhörens beginnender Prozess angesprochen.

Betrachtet man nun im Hinblick auf diese Konstrukte die Forschungsfrage, so fällt auf, dass Herr B, welcher als einziger keine Beziehung liebevoller Art zu den Stimmen aufgebaut hat, den Aspekt der Selbstfindung eher im Sinne einer Stabilisierung der veränderten Persönlichkeit versteht. Die drei anderen sprechen dagegen eine Veränderung im positiven Sinne und ein Herausfinden der eigenen Stärken und Möglichkeiten an, bei denen sie die Stimmen unterstützt haben. Es könnte folglich ein Zusammenhang zwischen dem Erleben der Stimmen als Berater und Unterstützer in der persönlichen Entwicklung der Person und der Qualität der Beziehung zwischen ihnen bestehen. So empfindet Herr B seine Stimmen als „Scheiß-Arbeitskollegen“ anstatt als „Freund“ (Herr A), „geistiger Vater“ (Frau C) bzw. „Ehemann“ (Frau D).

In der aktuellen Forschung (siehe Kapitel II. Theoretische Grundlagen) wird davon ausgegangen, dass der Aufbau einer gleichberechtigten Beziehung zu den Stimmen sowohl eine Integration der Stimmen in das eigene Leben als auch einen adäquaten Umgang mit ihnen ermöglicht (vgl. Romme & Escher, 1997, S. 253). Dies wird durch die vorliegende Untersuchung insofern bestätigt, als es allen Personen gelungen ist, eine mindestens gleichberechtigte Beziehung aufzubauen. Obwohl Herr B nicht explizit auf die Art der Beziehung zu seinen Stimmen eingeht, kann aus seinen Schilderungen geschlossen werden, dass er den Stimmen, wie einem Arbeitskollegen auch, ein bestimmtes Verhalten zugesteht. Dies bedeutet jedoch noch nicht, dass er daran Gefallen findet. Die Ergebnisse der Untersuchung verweisen allerdings auf die Möglichkeit, dass eine Beziehung freundschaftlicher oder liebevoller Art nicht nur einen angemessenen Umgang mit den Stimmen ermöglicht, sondern als Möglichkeit der persönlichen Weiterentwicklung gesehen werden kann. An dieser Stelle sei auch an die oben (II. 5. a Erklärungen von Stimmenhörern) dargestellte Untersuchung von Myrtle Heery (1997) erinnert, in der die befragten Personen

ebenfalls zum Teil angaben, durch die Stimmen zu „persönlicher Reife“ (2. Gruppe) oder einem „höheren Ich“ (3. Gruppe) angeleitet worden zu sein.

Romme und Escher (1989) gehen weiterhin von drei Phasen des Umgangs aus, die in Kapitel II. 8. (Umgang mit Stimmen) ausführlich behandelt wurden. Diese sollen nun im Hinblick auf die in dieser Untersuchung berichteten Erfahrungen betrachtet werden. Sie beschreiben zunächst die **Schockphase**, in welcher der plötzliche Beginn des Stimmenhörens Verwirrung und Angst auslösen. Obwohl diese Erfahrungen von Herrn A und Herrn B geteilt werden, so schildert Frau C das Erscheinen ihrer Stimme als einen Moment der Ruhe und Klarheit. Auch Frau D ist erfreut über den „Kontakt“ zu einem Verstorbenen. Bei Frau C setzt der Moment der Verwirrung erst einige Zeit nach dem Auftauchen der Stimme durch Reaktionen ihrer Umwelt ein. Die Autoren postulieren eine sich möglicherweise hieran anschließende **Organisationsphase**, in der sich die Betroffenen nach Überwindung der Angst auf einen Aufbau der Beziehung zu den Stimmen konzentrieren können. Alle interviewten Personen berichten von einer intensiven Auseinandersetzung mit den Stimmen und der Entwicklung von Strategien des Umgangs. In der **Stabilisierungsphase** geht es schließlich um die Herstellung eines Gleichgewichts im Umgang mit den Stimmen und der Umwelt. Frau C und Frau D, welche zum Zeitpunkt des Interviews noch Stimmen hörten, berichten von einer solchen Stabilisierung. Herr A erzählt ebenfalls von einer Stabilisierung seiner Persönlichkeit und den Beziehungen zu seinen Stimmen und seiner Umwelt noch während des Stimmenhörens. Herr B beschreibt eine große Krise nach dem Verstummen der Stimmen und eine Stabilisierung seiner Person in den letzten Jahren. Aus seinen Aussagen ist jedoch ebenfalls zu entnehmen, dass er schon während des Stimmenhörens eine stabile Form des Umgangs mit seinen Stimmen und der Umwelt entwickelt hat.

Insgesamt lässt sich festhalten, dass die von Romme und Escher (1989) beschriebenen Phasen zum Großteil auch bei den Interviewpartnern dieser Untersuchung Anwendung finden. Dennoch zeigt sich eine gewisse Starrheit dieses Phasenkonzepts darin, dass es von der Aufeinanderfolge der einzelnen Phasen ausgeht. Diese lässt sich bei Frau C nicht eindeutig zuordnen, da sie erst einige Zeit nach Aufbau einer Beziehung zu ihrer Stimme eine Periode der Verwirrung erlebt. Hier bieten die aus den Aussagen der Betroffenen entwickelten Konstrukte (siehe oben) eine Möglichkeit, diese Entwicklungen nicht als abgeschlossene Phasen, sondern als sich wiederholende oder parallel ablaufende Prozesse zu sehen. So muss das erste Auftreten der Stimmen nicht unbedingt als Schock empfunden werden, jedoch stellt es zumindest im Hinblick auf die Reaktionen der Umwelt, aber oft auch hinsichtlich des eigenen Umgangs mit den Stimmen zunächst eine **Herausforderung** dar. Herausforderungen

dieser Art müssen aber nicht nur zu Anfang auftreten, sondern werden im Laufe der Zeit mit den Stimmen immer wieder beschrieben. Auch ergeben sich auf den ersten Blick Ähnlichkeiten zwischen der Phase der Organisation und dem Konstrukt der **Selbstbehauptung**. Letzteres ist jedoch breiter gefasst, da es nicht nur den Umgang mit den Stimmen, sondern ebenfalls die Beziehungen zur Außenwelt erfasst. Das Konstrukt der **Selbstfindung** weist einige Ähnlichkeiten zu der von Romme und Escher (1989) beschriebenen Stabilisierungsphase auf, geht jedoch ebenfalls darüber hinaus. Die interviewten Personen haben nicht nur einen selbstbewussten Umgang mit dem Phänomen des Stimmenhörens erlernt, sondern beschreiben zudem eine Weiterentwicklung der eigenen Persönlichkeit, bei der sie die Stimmen unterstützt haben.

Wie Marius Romme an anderer Stelle betont, kann das Unvermögen, sich mit den Stimmen auseinanderzusetzen, zu Krankheiten führen (siehe auch II. 3. Krankheit und Stimmen) (vgl. ebd., 2005, S. 14). Dies wird bei Herrn A deutlich, der sich in den ersten Jahren seines Stimmenhörens nicht gegen die Stimmen zur Wehr setzen konnte und in der Folge über längere Zeit bettlägerig war. Auch Herr B beschreibt, dass ihn die Stimmen teilweise so sehr in Anspruch genommen haben, dass er kein eigenes Leben mehr führen konnte. Schließlich schaffen es beide jedoch, in Auseinandersetzung mit den Stimmen einen neuen Umgang zu finden. Als „toxische“ Faktoren (vgl. Romme, 2005, S. 15) lassen sich bei Herrn A die Angst und Schwäche gegenüber den Stimmen ausmachen, bei Herrn B die emotionale Abhängigkeit und bei Frau D das Umfeld. Keiner der vier Interviewteilnehmer betrachtet das Stimmenhören als Krankheit, sondern vielmehr als Erlebnis besonderer Art (Frau C und Frau D), als „Weisheit der Natur“ (Herr B) oder als „Facette des Menschen“ (Herr B).

Die Ergebnisse der vorliegenden Befragung stehen im Widerspruch zu Forschungsbefunden, die zeigen, dass Stimmen, welche als hilfreich und stärkend empfunden werden, eher als Teil des eigenen Ich angesehen werden (vgl. Romme & Escher, 1997, S. 21). Sowohl Frau C als auch Frau D sehen ihre Stimmen eindeutig als von außen kommend an. Herr A und Herr B ziehen dagegen die Möglichkeit in Betracht, dass die Stimmen von ihnen selbst erzeugt werden. Dennoch legen sie sich in dieser Ansicht nicht fest und gehen ebenso von der Existenz einer „höheren Gewalt“ (Herr A) bzw. einer Art kollektivem Gedächtnis (Herr B) aus. Hier liegt die Vermutung nahe, dass es den befragten Personen dennoch gelungen ist, den Stimmen einen bestimmten Platz im Kontext ihres Lebens zuzuweisen (vgl. Romme & Escher, 1997, S. 205). So sieht Herr A das Auftauchen der Stimmen im Zusammenhang mit seiner Lebenssituation und spricht ihnen die Funktion zu, ihn wieder auf die „richtige Bahn“ zu lenken. Herr B sieht die Stimmen mit der Zeit als traumähnliches Phänomen an, welches

viele Ereignisse verstehbar werden lässt (siehe auch II. 7. Träume und Stimmen). Sowohl Frau C als auch Frau D verstehen das Auftauchen ihrer Stimme im Sinne des Spiritismus. Frau C hat im Gegensatz zu Frau D sogar den Vorteil, einen direkten Bezug zu der Stimme ihres Vaters zu haben. Sie erklärt sein Auftauchen damit, dass er verschiedene Dinge, die in Zusammenhang mit seinem frühen Tod stehen, erklärbar machen wollte (siehe auch II. 5. d Spirituelle Erklärungsansätze). Je eher dem Erleben Verständnis und Sinn zugeschrieben werden kann, desto schneller scheint sich auch der Umgang zu stabilisieren.

Ein weiterer Befund von Romme & Escher (1996), die in einer Vergleichsstudie herausfanden, dass negative Stimmen von Nicht-Patienten anders empfunden werden als von Patienten, ließ sich auch in dieser Untersuchung zeigen. Sowohl die Stimmen von Herr A, als auch die Stimme von Frau C zeichnen sich durch Beschimpfungen oder zum Teil Morddrohungen aus, welche von beiden wohlwollend uminterpretiert werden. Birchwood & Chadwick (1997) fanden, dass Annahmen über Stimmen nur in einem Viertel der Fälle direkt auf den Inhalt der Stimmen zurückzuführen waren. In der vorliegenden Untersuchung kann ebenfalls nur bei Frau C von einem solchen Zusammenhang gesprochen werden.

Andere Merkmale, die Romme und Escher (1997) als entscheidend für die Entwicklung eines positiven Umgangs mit den Stimmen nennen, sind: das Hören positiver Stimmen (Frau C), selektives Zuhören (Frau D), das Entwickeln von Ablenkungsmechanismen (Herr B) und das Gefühl von Stärke gegenüber den Stimmen (Herr A). Unterstützung aus dem sozialen Umfeld nennt keiner der befragten Personen als wesentlich im Erlernen des Umgangs mit den Stimmen. Lediglich Frau C nennt eine Unterstützung von Seiten ihres Sohnes und Herr B erwähnt, dass er seine Arbeitsstelle trotz Schwierigkeiten beibehalten konnte. Aktuell berichten jedoch zumindest Herr A, Frau C und Frau D von einer Akzeptanz seitens der Familie.

Andere von Stimmenhörern selbst erarbeitete Strategien bzw. Leitsätze, auf die bereits im Theorieteil eingegangen wurde (siehe II. 8. Umgang mit Stimmen) zeigten sich auch in dieser Untersuchung. So ist der Umgang mit den Stimmen bei allen Befragten so selbstverständlich wie der „Umgang mit einem Nachbarn“ geworden. Auch der Grundsatz, „Herr bzw. Frau im eigenen Haus“ zu werden, konnte von Herrn A, Herrn B und Frau C verwirklicht werden. Bei Frau D bestand hingegen keine Notwendigkeit, sich gegen ihre Stimme zu behaupten. Auch das Betrachten der Stimmen als „Spiegel der eigenen Befindlichkeit“ wurde von Herrn A beschrieben, der diese zum Anlass nahm, bestimmte „Themen“ aufzuarbeiten. Auch Herr B erkennt Zusammenhänge zwischen eigener Erregung und Stimmenaktivität. Während Frau C davon berichtet, dass sie mit ihrer Stimme emotional „verbunden“ sei, geht Frau D davon aus,

dass ihre Stimme „eigene Gefühle“ hat. Die Entschlüsselung von „Botschaften“ wird sowohl von Herrn A als auch von Frau D berichtet.

Die Befunde von Birchwood & Chadwick (1994), dass die im Zusammenhang mit den Stimmen erlebten Emotionen und der Umgang von den Annahmen über diese abhängen, konnten zum Großteil bestätigt werden. Herr A schafft es nach einer Veränderung seiner Einstellung zu den Stimmen und Infragestellung ihrer Macht, seine Ängste zu überwinden und einen neuen Umgang zu erlernen (siehe oben). Bei Herrn B ändert sich ebenfalls die Einstellung, indem er seine emotionale Bindung anzweifelt und sich dazu entschließt, sich gegen die Stimmen zu behaupten. Dennoch spricht er auch davon, dass er unabhängig von seinen Annahmen stets sofort eine Art Abhängigkeit empfunden hat, die er schließlich erst mit Hilfe seiner „Techniken“ überwinden konnte. Bei Frau C zeigt sich dieser Zusammenhang, als sie anfängt, an den Inhalten der Stimme zu zweifeln und in Folge dessen Ängste erlebt. Frau D hat die Macht ihrer Stimme früh auf die Probe gestellt und ist so zu der Einsicht gelangt, dass sie keinen Einfluss auf ihre Handlungen ausüben kann.

In der von Birchwood & Chadwick (1997) vorgeschlagenen Therapieform (siehe II. 9. Therapeutische Ansätze) sollen die Betroffenen davon überzeugt werden, dass die Stimmen von ihnen selbst erzeugt werden. Wie oben bereits erläutert wurde, konnte zumindest in den vorliegenden Fällen kein Zusammenhang zwischen internaler Attribution und der Integration der Stimmen in das eigene Leben festgestellt werden. Somit ist fraglich, ob diese Vorgehensweise dem Finden einer eigenständigen Erklärung im Rahmen der Lebensgeschichte vorzuziehen ist. Andere therapeutische Methoden, wie zum Beispiel eine Durchbrechung des Teufelskreises der Angst, wie sie Morrison (2001) vorschlägt, wurden jedoch beispielsweise von Herrn A aus eigenem Antrieb heraus angewandt. Auch die Zuschreibung einer Funktion im Leben der Betroffenen wird sowohl von Herrn A als auch von Frau C und Frau D beschrieben. Allerdings beschreiben alle interviewten Personen eine selbständige Auseinandersetzung mit ihren Stimmen ohne therapeutische Hilfe.

Insgesamt lassen sich aus den dargestellten Ergebnissen weitere Implikationen für die Therapie von Stimmenhörern ableiten, welche es bisher nicht geschafft haben, einen Umgang mit ihren Stimmen zu finden. So kann beispielsweise das „Sich-Erzählen“, wie es im Zuge der vorliegenden Untersuchung geschehen ist als wichtiger Bestandteil des therapeutischen Prozesses gesehen werden. In den Geschichten dieser Arbeit wurden die Themen Herausforderung, Selbstbehauptung und Selbstfindung in die Erzählung eines erfolgreichen Umgangs mit den Stimmen integriert. Betroffene können somit im Laufe des therapeutischen Prozesses lernen, ihre Erlebnisse in Form einer „Erfolgsgeschichte“ zu erzählen. So kann es

zu Umdeutungen ihrer bisher als negativ interpretierten Erfahrungen mit den Stimmen kommen und unerkannte Vorteile können als solche erkannt werden. Hierbei könnten die Themen Herausforderung, Selbstbehauptung und Selbstfindung als mögliche Entwürfe vorgeschlagen und mit Inhalt gefüllt werden. Keinesfalls sollte es jedoch darum gehen, den Personen bestimmte Erklärungen für die Stimmen aufzudrängen. Eine Hilfestellung kann lediglich darin bestehen, die Stimmenhörer zu alternativen Denk- und Erklärungsmodellen anzuregen, welche sich sinnvoll in ihr eigenes Leben integrieren lassen. Die funktionelle Analyse bietet ein positives Beispiel dafür, wie von therapeutischer Seite dazu angeregt werden kann, nach Funktionen der Stimmen im eigenen Leben zu suchen.

Letztlich erzählen alle vier Interviewpartner, dass ihnen von außerhalb keine Hilfe zuteil wurde und sie sich selber helfen mussten. So sollte auch von Seiten der professionellen Helfer darauf geachtet werden, die Betroffenen zunächst darin zu unterstützen, sich selbst zu helfen und alle dafür notwendigen Schritte zu unternehmen, ohne ihnen Erklärungsansätze aufzudrängen. Es sollte ebenso wie in dieser Arbeit der Schwerpunkt auf dem Verständnis der subjektiven Erfahrung des Phänomens Stimmenhören liegen. Wenn dieser Schritt vollzogen ist, können Stimmen auch leicht als reale Personen in einem den Stimmenhörer umgebenden sozialen Gefüge betrachtet und in die Therapie miteinbezogen werden. Wie sich bei den beiden Interviewteilnehmerinnen gezeigt hat, haben die Stimmen selbst oft auch das Bedürfnis, sich zu aktuellen Situationen zu äußern.

Die vorliegende Arbeit stellt lediglich einen ersten Schritt in Richtung einer vergleichenden Erfassung von Erzählungen eines erfolgreichen Umgangs mit Stimmen dar. Im Sinne eines theoretischen Samplings müssten in Folgeuntersuchungen weitere Personen, die sich intensiv mit diesem Thema auseinandergesetzt haben, befragt werden, um die Gesamtheit aller möglichen Fälle bzw. „Erfolgsgeschichten“ in unserem Kulturkreis zu erfassen.

Auch sollte der Vermutung weiter nachgegangen werden, dass stimmenhörende Menschen um so mehr von ihren Stimmen profitieren bzw. lernen und sich selbst weiterentwickeln, je positiver sie die Beziehung zu den Stimmen beurteilen. Wie sich in den Erzählungen der vorliegenden Untersuchung herausgestellt hat, haben Veränderungen von Annahmen, Erleben und Umgang oftmals eine Veränderung der Stimmen zur Folge. Diesem auch schon von Chadwick & Birchwood (1994) festgestellten Zusammenhang gilt es, in folgenden Studien nachzugehen, um so über individuelle Erfahrungen hinaus Aussagen treffen zu können. Vor allem fehlen Langzeituntersuchungen, die es ermöglichen würden, Dynamik und Kontext der Stimmen im Leben betroffener Personen tiefgründiger zu erfassen.

VII. Zusammenfassung

Es handelt sich bei der vorliegenden Arbeit um eine qualitative Pilotstudie, welche die Beschreibungen erfahrener stimmenhörender Menschen hinsichtlich einer Integration der Stimmen in ihr Leben und die hierbei als wesentlich angesehenen Faktoren untersucht.

Mit Hilfe des von Witzel (1985) entwickelten problemzentrierten Interviews wurden zwei Frauen und zwei Männer bezüglich ihrer Erfahrungen mit den Stimmen befragt. Zwei von ihnen hörten zum Zeitpunkt des Interviews keine Stimmen mehr, verfügten jedoch ebenso wie die beiden anderen über eine langjährige Erfahrung. Voraussetzung für die Teilnahme war die Angabe, einen mindestens gleichberechtigten Umgang mit den Stimmen erlangt bzw. eine Form des Umgangs erreicht zu haben, durch den sie nicht mehr unter den Stimmen leiden. Die Interviews wurden nach der Methode des Zirkulären Dekonstruierens von Jaeggi, Faas & Mruck (1998) ausgewertet. In diesem Rahmen fand zunächst eine Einzelauswertung und ein anschließender Vergleich der Ergebnisse statt.

Am Ende dieses Auswertungsprozesses ergaben sich drei Konstrukte, welche die Art und Weise, in der über die Erfahrungen berichtet wurde, reflektieren:

1. Herausforderung: Alle Interviewpartner bringen die Zeit vor bzw. während des Hörens von Stimmen mit Belastungen in Zusammenhang.
2. Selbstbehauptung: Schließlich beschreiben sich alle als aktiv handelnde Individuen, die sich aus eigenen Antrieb heraus zur Wehr setzen.
3. Selbstfindung: Die jetzige Identität wird im Kontrast zu derjenigen vor dem Stimmenhören beschrieben und oft als die eigentliche angesehen.

Die Ergebnisse zeigen, dass eine intensive Auseinandersetzung und der Aufbau einer freundschaftlichen Beziehung zu den Stimmen im Sinne einer persönlichen Weiterentwicklung empfunden wird. Hierbei werden die Stimmen als hilfreich empfunden und ein Gefühl der Dankbarkeit ihnen gegenüber entwickelt. Besteht die Beziehung lediglich in einer gegenseitigen Duldung, wie in einem Fall, werden die Stimmen nicht in dem Maße als hilfreich angesehen. Vor allem scheint die Einbettung der Stimmen in den Kontext der Lebensgeschichte eine wesentliche Rolle dabei zu spielen, wie schnell stimmenhörende Menschen mit diesen umzugehen lernen.

Da die Aussagekraft dieser Untersuchung jedoch aufgrund ihres geringen Umfangs als sehr beschränkt anzusehen ist, gilt es, die untersuchten Zusammenhänge in weiterführenden Studien zu vertiefen und zu sichern.

Literaturverzeichnis

- Aderhold, V. (1997). Von der Psychologie bis zur Hirnforschung. *Unser kleines Stimmenhörer Journal*, 2, Abrufbar über:
<http://www.stimmenhoeren.de/journale/journal297.htm>
- Al-Issa, I. (1995). The Illusion of Reality or the Reality of Illusion – Hallucinations and Culture. *British Journal of Psychiatry*, 166, 368-373.
- Amering, M. (2005). Psychotherapie des Stimmenhörens. In H. Katschnig & M. Amering (Hrsg.), *Stimmen hören – Medizinische, psychologische und anthropologische Aspekte* (S. 102-115). Wien: Facultas.
- Baker, P. (2005). Die innere Stimme – Ein praktischer Ratgeber für Stimmenhörer. Berlin: Netzwerk Stimmenhören e.V.
- Beck, A. T., Rush, A. J. & Shaw, B. F. (1987). *Cognitive Therapy of Depression*. New York: Guilford.
- Bentall, R. P. (1990). The illusion of reality: A review and integration of psychological research on hallucinations. *Psychological Bulletin*, 107, 82-95.
- Bentall, R. P. (1997). Kognitive Modelle. In M. Romme & S. Escher (Hrsg.), *Stimmenhören akzeptieren* (S. 174-180). Berlin: Neunplus1.
- Benjamin, L. S. (1989). Is Chronicity a Function of the Relationship Between the Person and the Auditory Hallucination? *Schizophrenia Bulletin*, 15, 219-230.
- Birchwood, M. & Chadwick, P. (1994). A Cognitive Approach to Auditory Hallucinations. *British Journal of Psychiatry*, 164, 190-201.
- Birchwood, M. & Chadwick, P. (1997). The omnipotence of voices: testing the validity of a cognitive model. *Psychological Medicine*, 27, 1345-1353.
- Bock, T., Deranders, J. E. & Esterer, I. (2001). *Stimmen-reich – Mitteilungen über den Wahnsinn*. Bonn: Psychiatrie-Verlag.
- Bock, T. (1999). Kinder, Alte, Narren – Zugänge zur Welt der Stimmen. In Stratenwerth, I. & Bock, T. (Hrsg.), *Stimmen hören – Botschaften aus der inneren Welt* (S. 34-45). München: Kabel Verlag.
- Bock, T. (2005). Stimmrecht der Seele? In H. Katschnig & M. Amering (Hrsg.), *Stimmen hören – Medizinische, psychologische und anthropologische Aspekte* (S. 22-33). Wien: Facultas.
- Bosga, D. (1997). Parapsychologie und Stimmenhören. In M. Romme & S. Escher (Hrsg.), *Stimmenhören akzeptieren* (S. 108-114). Berlin: Neunplus1.

- Bourguignon, E. (1970). Hallucinations and trance: An anthropologist's perspective. In Keup, W. (Hrsg.). *Origins and Mechanisms of Hallucination* (S. 183-190). New York: Plenum Press.
- Carter, D. M., MacKinnon, A. & Copolov, D. L. (1996). Patients' Strategies for Coping with Auditory Hallucinations. *The Journal of Nervous and Mental Disease*, 184(3), 159-164.
- Coleman, R. & Smith, M. (2000). *Stimmenhören verstehen und bewältigen*. Bonn: Psychiatrie-Verlag.
- Corstens, D. & Romme, M. (2005). Mit den Stimmen reden. *Brückenschlag. Zeitschrift für Sozialpsychiatrie · Literatur · Kunst*, 21, 65-76.
- De Bruijn, G. (1997). Psi, Psychologie und Psychiatrie. In M. Romme & S. Escher (Hrsg.), *Stimmenhören akzeptieren* (S. 39-45). Berlin: Neunplus1.
- Dessoir, M. (1979). *Vom Jenseits der Seele*. Stuttgart: Ferdinand Enke Verlag.
- dtv-Lexikon (1995). *Band 17*. München: Deutscher Taschenbuch Verlag.
- Eaton, W., Romanosky, A., Anthony, J. C. et al. (1991). Screening for psychosis in the general population with a self report interview. *Journal of Nervous and Mental Disease*, 179, 689-693.
- Elfferich, I. (1997). Eine metaphysische Perspektive. In M. Romme & S. Escher (Hrsg.), *Stimmenhören akzeptieren* (S. 100-108). Berlin: Neunplus1.
- Emrich, H. M. & Dillo, W. (2005). Was tut sich bei Halluzinationen im Gehirn? – Zur Konstruktion subjektiver Wahrnehmung. In H. Katschnig & M. Amering (Hrsg.), *Stimmen hören – Medizinische, psychologische und anthropologische Aspekte* (S. 54-71). Wien: Facultas.
- Escher, S. (1997). Über Stimmen reden. In M. Romme & S. Escher (Hrsg.), *Stimmenhören akzeptieren* (S. 46-54). Berlin: Neunplus1.
- Escher, S. (2005). Stimmenhören bei Kindern. In H. Katschnig & M. Amering (Hrsg.), *Stimmen hören – Medizinische, psychologische und anthropologische Aspekte* (S. 45-53). Wien: Facultas.
- Falloon, I. R. H. & Talbot, R. E. (1981). Persistent auditory hallucinations: Coping mechanisms and implications for management. *Psychological Medicine*, 11, 329-339.
- Farhall, J. & Gehrke, M. (1997). Coping with hallucinations: Exploring stress and coping framework. *British Journal of Clinical Psychology*, 36, 259-261.
- Finzen, A. (1998). *Medikamentenbehandlung bei psychischen Störungen – Leitlinien für den psychiatrischen Alltag*. Bonn: Psychiatrie-Verlag.
- Finzen, A. (2000). *Schizophrenie – Die Krankheit verstehen*. Bonn: Psychiatrie-Verlag.

- Flick, U. (2005). *Qualitative Sozialforschung – Eine Einführung*. Reinbek bei Hamburg: Rowohlt.
- Gehrke, A. (2003). *Aufbruch aus dem Angstkäfig – Ein Stimmhörer berichtet*. Neumünster: Paranus.
- Glaser, B. G. & Strauss, A. L. (1998). *Grounded Theory – Strategien qualitativer Forschung*. Bern: Huber.
- Haddock, G. & Bentall, R. (1997). Fokussieren. In M. Romme & S. Escher (Hrsg.), *Stimmenhören akzeptieren* (S. 218-220). Berlin: Neunplus1.
- Hage, P. (1997). Jaynes und das Bewusstsein. In M. Romme & S. Escher (Hrsg.), *Stimmenhören akzeptieren* (S. 201-204). Berlin: Neunplus1.
- Heery, M. (1997). Erfahrungen mit inneren Stimmen: Eine Fallstudie mit 30 Teilnehmern. In M. Romme & S. Escher (Hrsg.), *Stimmenhören akzeptieren* (S. 89-96). Berlin: Neunplus1.
- Hoffmann, M. (2005). Warum brauche ich das Netzwerk Stimmenhören? *Brückenschlag. Zeitschrift für Sozialpsychiatrie · Literatur · Kunst*, 21, 53-64.
- Hoffmann-Riem, C. (1980). Die Sozialforschung einer interpretativen Soziologie. *Kölner Zeitschrift für Soziologie und Sozialpsychologie*, 32, 239-372.
- Huppertz, M. (2000). *Schizophrene Krisen*. Bern: Huber.
- Jaeggi, E., Faas, A. & Mruck, K. (1998). Denkverbote gibt es nicht! Vorschlag zur interpretativen Auswertung kommunikativ gewonnener Daten (2. überarb. Fassung). *Forschungsbericht aus der Abteilung Psychologie im Institut für Sozialwissenschaften der Technischen Universität Berlin*, Nr. 98-2.
- Jaynes, J. (1993). *Der Ursprung des Bewußtseins durch den Zusammenbruch der bikameralen Psyche*. Reinbeck: Rowohlt.
- Jenner, J. (1997). Strategien zur Angstbewältigung. In M. Romme & S. Escher (Hrsg.), *Stimmenhören akzeptieren* (S. 220-227). Berlin: Neunplus1.
- Jung, C. G. (1972). *Bewußtes und Unbewußtes*. Frankfurt a.M.: Fischer Taschenbuch.
- Jung, C. G. (1995). *Erinnerungen, Träume, Gedanken*. Freiburg: Walter-Verlag.
- Katschnig, H. & Amering, M. (Hrsg.). (2005). *Stimmen hören – Medizinische, psychologische und anthropologische Aspekte*. Wien: Facultas.
- Katschnig, H. (2005). Stimmenhören in der Psychiatrie. In H. Katschnig & M. Amering (Hrsg.), *Stimmen hören – Medizinische, psychologische und anthropologische Aspekte* (S. 9-13). Wien: Facultas.
- Katschnig, H. (2005). Stimmenhören, Stigma und Schizophrenie – Stigmarelevante historische Wurzeln des Schizophreniekonzeptes. In H. Katschnig & M. Amering

- (Hrsg.), *Stimmen hören – Medizinische, psychologische und anthropologische Aspekte* (S. 131-146). Wien: Facultas.
- Kelle, U. (1996). Die Bedeutung theoretischen Vorwissens in der Methodologie der Grounded Theory. In Strobl, R. & Böttger, A. (Hrsg.). *Wahre Geschichten? Zur Theorie und Praxis qualitativer Interviews* (S. 23-48). Baden Baden: Nomos.
- Kelle, U. & Kluge, S. (1999). *Vom Einzelfall zum Typus – Fallvergleich und Fallkontrastierung in der qualitativen Sozialforschung*. Opladen: Leske + Budrich.
- Kerner, C. (1999). Mit der Seele hören – die Gesichte und Stimmen der heiligen Hildegard von Bingen (1098-1179). In Stratenwerth, I. & Bock, T. (Hrsg.). *Stimmen hören – Botschaften aus der inneren Welt* (S. 114-126). München: Kabel Verlag.
- Klafki, H. (2005). Die Befreiung aus dem Opfer-Teufelskreis. *Brückenschlag. Zeitschrift für Sozialpsychiatrie · Literatur · Kunst*, 21, 47-52.
- Klafki, H. (2006). *Meine Stimmen – Quälgeister und Schutzengel*. Berlin: Peter Lehmann Antipsychiatrieverlag.
- Leudar, I. & Thomas, P. (2001). *Voices of Reason, Voices of Insanity*. East Sussex: Brunner-Routledge.
- Mayring, P. (1995). Psychologie. In Flick, U., Kardoff, E. v., Keupp, H., Rosenstiel, L. v. & Wolff, S. (Hrsg.). *Handbuch Qualitative Sozialforschung* (S. 33-35). München: Psychologie Verlags Union.
- Morrison, A. P. (2001). The interpretation of intrusions in psychosis: an integrative cognitive approach to hallucinations and delusions. *Behavioural and Cognitive Psychotherapy*, 29, 257-276.
- NeSt (Hrsg.) (1997). *Das Netzwerk Stimmenhören stellt sich vor*. Abrufbar über: <http://www.stimmenhoeren.de/downloads.htm>
- NeSt (2001). *Unser kleines Stimmenhörerjournal*. Rundbrief Netzwerk Stimmenhören e.V. Uthmannstraße 5, 12043 Berlin, e-mail: stimmenhoeren@gmx.de, Internet: www.stimmenhoeren.de
- Platon (1996). *Apologie des Sokrates/Kriton*. Stuttgart: Reclam.
- Romme, M. & Escher, S. (1989). Hearing Voices. *Schizophrenia Bulletin*, 25, Nr. 2, 209-216.
- Romme, M. & Escher, S. (1996). Empowering people who hear voices. In Haddock, G. & Slade, P. (Hrsg.). *Cognitive Behavioural Interventions with Psychotic Disorders* (S. 137-151). London: Routledge.
- Romme, M. & Escher, S. (1997). *Stimmenhören akzeptieren*. Berlin: Neunplus1.
- Romme, M. (1997). Soziale Psychiatrie. In M. Romme & S. Escher (Hrsg.), *Stimmenhören akzeptieren* (S. 180-185). Berlin: Neunplus1.

- Romme, M. (1997). Rehabilitation. In M. Romme & S. Escher (Hrsg.), *Stimmenhören akzeptieren* (S. 234-242). Berlin: Neunplus1.
- Romme, M. (2005). Stimmenhören: Was ist normal, was ist krank? In H. Katschnig & M. Amering (Hrsg.), *Stimmen hören – Medizinische, psychologische und anthropologische Aspekte* (S. 14-21). Wien: Facultas.
- Scharfetter, C. (2002). *Allgemeine Psychopathologie*. Stuttgart: Georg Thieme Verlag.
- Schneider, K. (1992). *Klinische Psychopathologie*. Stuttgart: Georg Thieme Verlag.
- Slade, P. D. & Bentall, R. P. (1988). *Sensory Deception: Towards a Scientific Analysis of Hallucinations*. London: Croom Helm.
- Steinke, I. (1999). *Kriterien qualitativer Forschung – Ansätze zur Bewertung qualitativ-empirischer Sozialforschung*. Weinheim: Juventa.
- Stone, S. & Stone, H. (1993). *Embracing all our Selves: The Voice Dialogue Training Manual*. Mill Valley: Nataraj.
- Stratenwerth, I. & Bock, T. (1999). *Stimmen hören – Botschaften aus der inneren Welt*. München: Kabel Verlag.
- Stratenwerth, I. (1999). Notizen aus dem Stimmenreich – ein Reisebericht. In Stratenwerth, I. & Bock, T. (Hrsg.), *Stimmen hören – Botschaften aus der inneren Welt* (S. 17-33). München: Kabel Verlag.
- Tarrier, N. (1997). Familiäre Interaktion und Psychose. In M. Romme & S. Escher (Hrsg.), *Stimmenhören akzeptieren* (S. 185-188). Berlin: Neunplus1.
- Tien, A. Y. (1991). Distributions of hallucinations in the population. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 26, 287-292.
- Van Binsbergen, H. (1997). Eine karmische Perspektive. In M. Romme & S. Escher (Hrsg.), *Stimmenhören akzeptieren* (S. 119-123). Berlin: Neunplus1.
- Van Helsdingen, R. J. (1997). Carl G. Jung über extrasensorische Wahrnehmung. In M. Romme & S. Escher (Hrsg.), *Stimmenhören akzeptieren* (S. 196-200). Berlin: Neunplus1.
- Van Laarhoven, J. (1997). Funktionelle Analyse. In M. Romme & S. Escher (Hrsg.), *Stimmenhören akzeptieren* (S. 157-168). Berlin: Neunplus1.
- Van Marello, A. & Van der Stap, T. (1997). Stimmen, Religion und Mystizismus (1997). In M. Romme & S. Escher (Hrsg.), *Stimmenhören akzeptieren* (S. 96-100). Berlin: Neunplus1.
- Wiedl, K. H. (2005). Wie gehen Betroffene mit Stimmenhören um? In H. Katschnig & M. Amering (Hrsg.), *Stimmen hören – Medizinische, psychologische und anthropologische Aspekte* (S. 76-89). Wien: Facultas.

- Widschwendter, C. G. & Fleischhacker, W. W. (2005). Pharmakotherapie bei Stimmenhörern. In H. Katschnig & M. Amering (Hrsg.), *Stimmen hören – Medizinische, psychologische und anthropologische Aspekte* (S. 116-130). Wien: Facultas.
- Witzel, A. (1985). Das problemzentrierte Interview. In G. Jüttemann, (Hrsg.), *Qualitative Forschung in der Psychologie* (S. 227-255). Weinheim: Beltz.
- Witzel, A. (2000, Januar). Das problemzentrierte Interview (26 Absätze). Forum Qualitative Sozialforschung / Forum: Qualitative Social Research (On-line Journal), 1 (1). Abrufbar über: <http://qualitative-research.net/fqs> (Zugriff: 15.05.2006).
- Zubin, J. & Spring, B. (1977). Vulnerability – a new view of schizophrenia. *Journal of abnormal Psychology*, 86, 103-126.

Anhang

1. Themenkatalog – Herr A

Themen	Stichwörter
1. Selbstbeschreibung vor Beginn des Stimmenhörens	<ul style="list-style-type: none"> • vieles falsch gemacht (Z. 208) • manchmal wie ´n Schwein benommen (Z. 339) • verlernt, Gefühle zu haben (Z. 717) • Weitere: Z. 209, 210, 265, 270 f., 340, 342, 698, 709, 710, 712, 716, 718, 722 f., 734, 1182, 1255 f., 1444
2. Situation vor Auftreten der Stimmen	<ul style="list-style-type: none"> • total überfordert (Z. 746), • ´n Fernstudium am Hals (Z. 747) • Weitere: Z. 704, 711, 728, 739, 741 f., 751, 758
3. Parallelwelt der Stimmen	<ul style="list-style-type: none"> • Familie, in die ich integriert wurde (Z. 572) • richtig abgeschlossene Parallelwelt (Z. 586) • Weitere: Z. 299, 300, 358, 359, 494, 573 f., 578, 584, 585, 587, 929
4. Inhalte der Stimmen	<ul style="list-style-type: none"> • in ´ner halben Stunde bist du tot (Z. 30) • sie versprochen viel und gehalten ham=se nüscht (Z. 1136 f.) • Weitere: Z. 260, 296 ff
5. Anfänglicher Umgang mit den Inhalten	<ul style="list-style-type: none"> • hätte mir ja schon Gedanken machen können (Z. 771 f.) • soweit kommt man natürlich nicht (Z. 789) • Weitere: Z. 272 f.
6. Anfängliches Erleben der Stimmen	<ul style="list-style-type: none"> • furchtbare Angst (Z. 298) • Spielball ihrer Machenschaften (Z. 593) • sehr oft niedergeschlagen (Z. 830) • Weitere: Z. 21, 36, 37, 42, 614, 625, 803 f., 831, 824 f.
7. Anfängliche Annahmen über die Stimmen	<ul style="list-style-type: none"> • ne ganz reale Parallelwelt (Z. 946) • mit einigen Hexen, einigen Teufeln in Verbindung (Z. 569) • überwachten mich rund um die Uhr (Z. 592) • Weitere: Z. 570, 571, 591
8. Anfänglicher Umgang/Beziehung mit den Stimmen	<ul style="list-style-type: none"> • hab´s nicht hinterfragt (Z. 602) • dis richtig mitgemacht (Z. 602) • den Stimmen den Tod an den Hals gewünscht (Z. 1249 f.) • Weitere: Z. 603, 604 f., 768, 791, 792 ff, 798 f.
9. Verhalten in der „Realen Welt“	<ul style="list-style-type: none"> • Essen und Trinken vergessen (Z. 629) • streckenweise nur noch im Bett gelegen (Z. 631) • Weitere: Z. 595 f., 623
10. Beziehung zu anderen Menschen	<ul style="list-style-type: none"> • Frau (...) gedacht ich verdurste und verhungere (Z. 629 f.) • die andern merkten schon (Z. 729)
11. Kontrollverlust	<ul style="list-style-type: none"> • beherrschte gar nichts mehr (Z. 844) • das Schlimmste an der ganzen Geschichte (Z.

	842) • Weitere: Z. 841
12. Wendepunkt (Auflehnen)	• sozusagen der Knackpunkt (Z. 921) • Ich wäre kaputt gegangen (Z. 1089) • vorher keine Chance gehabt zu erkennen (Z. 1528) • Weitere: Z. 1071, 1089, 1099, 1104, 1471, 1477, 1478, 1514 f., 1524
13. Eigene Veränderungen	• alles zu denken und alles zu fühlen (Z. 269) • sämtliche Angst verloren (Z. 536) • du musst dein ganzes Leben umstellen (Z. 806 f.) • Weitere: Z. 24, 366, 525, 530 f., 531, 804, 928 f., 1175, 1175 f., 1180, 1187, 1529
14. Veränderung der Stimmen	• nicht viel anders als am Anfang (Z. 18) • Ganz leise geworden (Z. 1339) • relativ geschlechtslos geworden (Z. 515) • Weitere: Z. 20, 493, 1343 f., 517 f., 518 f., 1113
15. Veränderung in der Einstellung zu den Stimmen	• kein negativer Gedanke (Z. 136) • liebevolle Betreuung (...) der Schlüssel (Z. 248) • erstmal nur das Akzeptieren (Z. 253 f.) • Weitere: Z. 258, 505, 1114
16. Veränderung im Erleben der Stimmen	• am Schluss sehr entspannt (Z. 43) • keine negative Stimmung (Z. 132 ff) • Weitere: Z. 70, 361 f., 499, 542, 824, 1044 f.
17. Veränderung im Umgang mit den Stimmen	• Jetzt bist selber die Schlange (Z. 1079) • auch wehren, ohne das was passiert (Z. 1145 f.) • Weitere: Z. 39, 258, 1052 f., 1054, 1059, 1060, 1066 f., 1078 f., 1132, 1154, 1173 f., 1133, 1349, 1350
18. Veränderungen in der Beziehung zu den Stimmen	• gegenseitig akzeptiert (Z. 62, Z. 149) • sehr freundschaftliches, sehr liebes Verhältnis (Z. 61 f.) • nicht Feinde oder nicht Gegner (Z. 235 f.) • Weitere: Z. 22, 144 f., 145, 153, 237 f., 375, 547 f., 1093 f., 1126 f., 1169
19. Veränderungen in der Beziehung zu anderen Menschen	• Menschen kamen wieder freudig auf mich zu (Z. 1317) • wieder offener für alle anderen (Z. 1322) • Weitere: Z. 1317 f., 1671 f.
20. Veränderung im Umgang mit den Inhalten	• scheinbar bösen Sachen (Z. 44 f.) • was woll'n sie mir denn sagen (Z. 259) • versuchen, den Kern zu finden (Z. 317) • Weitere: 259 f., 264, 265, 275, 285 f., 291, 292, 313, 357 f., 438 f., 439, 760
21. Momentan angenommene Ziele der Stimmen	• sie woll'n mich ändern (Z. 377) • eigentliche Rolle, die man gekriecht hat (...) anzunehmen (Z. 1438) • Weitere: Z. 178 f., 180 f., 375 f., 857 f., 888, 1443

22. Momentane Erklärungen für die Stimmen	<ul style="list-style-type: none"> • persönliches Ich (Z. 168) • kollektives (...) Bewusstsein (Z. 172 f.) • irgend eine höhere Gewalt (Z. 177) • Weitere: Z. 166 f., 172, 173, 177, 197, 201, 886, 887, 955,
23. Erfahrungen mit der Psychiatrie	<ul style="list-style-type: none"> • auf die Ärzte vertraut (1482) • die ham mir nicht geholfen (Z. 1483) • kein gangbarer Weg (Z. 1588) • Weitere: Z. 458, 632 f., 633 f., 671, 677 f., 678, 1200, 1205, 1209, 1210, 1214, 1583 f.
24. Psychosen	<ul style="list-style-type: none"> • ging in Wellenform immer hoch und runter (Z. 646) • elf Jahre warn´s (Z. 651) • noch ganz heftige Psychosen (Z. 1204) • Weitere: Z. 659 f., 662, 667, 1194, 1200
25. Religion	<ul style="list-style-type: none"> • erstmal gebetet (Z. 937) • im Zuge dieses Stimmenhörens (...) religiös geworden (Z. 942) • Gott is´ in allem (Z. 1008) • Weitere: Z. 609, 613 f., 964 f., 965 f., 995 f., 1000, 1013, 1033 f.
26. Verzeihen	<ul style="list-style-type: none"> • den Stimmen verzeihen (Z. 1229) • Ich muss (...) um Verzeihung bitten (Z. 1244 f.) • Auslöser, das sie Freunde wurden (Z. 1300 f.) • Weitere: Z. 1228, 1234, 1239, 1240, 1249, 1256 f., 1262, 1264 f., 1274 f., 1279 f., 1282, 1283, 1287 f., 1296, 1312
27. Selbsthilfe	<ul style="list-style-type: none"> • jetzt musste dich in die eigenen Hände nehmen (Z. 683) • erstmal leben woll´n (Z. 1470) • dann setzt dieser Gesundungsprozess auch ein (Z. 1501) • Weitere: Z. 815, 1472 f., 1484, 1495, 1508, 1534 f., 1535
28. Hilfe durch die Stimmen	<ul style="list-style-type: none"> • Stimmen (...) kennen meine Schwachpunkte ganz genau (Z. 212) • geholfen aus vielen Sachen rauszukommen (Z. 211) • Weitere: Z. 49, 216, 217, 356, 431 f., 436
29. Erziehung durch die Stimmen	<ul style="list-style-type: none"> • gezwungen, darüber nachzudenken (Z. 224) • der beste Erziehungsprozess eigentlich (Z. 849) • die lassen ja auch nicht nach (Z. 892) • Weitere: Z. 222, 223, 225 f., 820, 1065
30. Bearbeitung von Themen	<ul style="list-style-type: none"> • Dialektik zwischen Leben und Tod (Z. 40 f.) • Fragen der Sexualität (Z. 321) • die Menschlichkeit (Z. 334) • Weitere: Z. 221, 334 f.
31. Gezogene Lehren	<ul style="list-style-type: none"> • das leisten, was man kann (Z. 1448) • vor allen Dingen Spaß haben im Leben (Z. 1449)

	<ul style="list-style-type: none"> • nach meinem Charakter leben (Z. 1557 f.) • Weitere: Z. 329, 1444, 1454 f., 1567 f.
32. Stimme in der Meditation	<ul style="list-style-type: none"> • fast täglich die Stimmen gerufen (Z. 407) • du bist mein persönlicher Teufel (Z. 500 f.) • im normalen Leben weggegangen (Z. 1360) • Weitere: Z. 392, 393, 402, 408, 410, 411 f., 416 f., 421, 494 f.
33. Verschwinden der Stimme	<ul style="list-style-type: none"> • ihr die Freiheit geschenkt (Z. 49 f.) • von mir verabschiedet (Z. 57) • sehr euphorisch (Z. 57 f.) • Weitere: Z. 51, 58 f., 249, 459
34. Leben ohne Stimme	<ul style="list-style-type: none"> • da fehlt mir ´n bisschen was (Z. 80) • einordnen in das Leben hier (Z. 89 f.) • Schaade, ne? (Z. 1370) • Weitere: Z. 85, 90, 96, 1365 f.
35. Bedingungen für eine gute Beziehung oder Verschwinden	<ul style="list-style-type: none"> • Du solltest deine Stimmen lieben! (Z. 906) • du bist mein Engel, du bist mein Schutzengel (Z. 1385 f.) • erstmal (...) in Freundschaft mit den Stimmen leben (Z. 1623 f.) • Weitere: Z. 463, 467, 1375, 1380, 1381, 1407 f., 1432, 1588, 1606, 1623 f., 1628
36. Stimmenhören an sich	<ul style="list-style-type: none"> • Vorteil (Z. 91) • immer ´n Gesprächspartner bei sich (Z. 92)
37. Andere Stimmenhörer	<ul style="list-style-type: none"> • auch ´ne Lehre für andere (Z. 443) • andre Erfahrungen (...) vielleicht noch besser (Z. 457) • beibringen, dass dis ´n Erziehungsprozess ist (Z. 895) • Weitere: Z. 868 f., 873, 874 ff, 881, 900, 907 f., 1618, 1622
38. Verallgemeinerung	<ul style="list-style-type: none"> • scheint ne Gesetzmäßigkeit zu sein (Z. 1412) • das wird ihnen jeder sagen (Z. 1519) • nicht nur für Stimmenhörende (Z. 1672 f.) • Weitere: Z. 270, 453, 477, 864, 1412, 1548, 1599, 1612
39. Theoretische Erkenntnisse	<ul style="list-style-type: none"> • theoretische Grundlagen sind rar (Z. 481) • es gibt noch viel, viel zu tun (Z. 482) • Weitere: Z. 1417, 1582
40. Schwierigkeiten bei der Wortfindung	<ul style="list-style-type: none"> • wie soll man das jetzt sagen (Z. 341) • fing an zu studieren äh (Z. 741)
41. Tabuthemen	<ul style="list-style-type: none"> • darüber (...) jetzt nicht reden (Z. 221 f.) • jetzt nicht so äußern (Z. 321) • darüber möchte´ich ..nicht reden (Z. 759)

2. Zentrale Kategorien – Herr A

Zentrale Kategorien	Themen
1. Fördernde Bedingungen (Auslöser)	1. Selbstbeschreibung vor Beginn des Stimmenhörens 2. Situation vor Auftreten der Stimmen
2. Äußerungsform der Stimmen	3. Parallelwelt der Stimmen 4. Inhalte der Stimmen
3. Umgang mit den Stimmen	5. Anfänglicher Umgang mit den Inhalten 8. Anfänglicher Umgang/Beziehung mit den Stimmen
4. Erleben der Stimmen	6. Anfängliches Erleben der Stimmen 11. Kontrollverlust
5. Annahmen über die Stimmen	7. Anfängliche Annahmen über die Stimmen
6. Leben in der Außenwelt	9. Verhalten in der „Realen Welt“ 10. Beziehung zu anderen Menschen
7. Veränderung im Umgang	12. Wendepunkt (Auflehnern) 17. Veränderung im Umgang mit den Stimmen 18. Veränderungen in der Beziehung zu den Stimmen 20. Veränderung im Umgang mit den Inhalten 26. Verzeihen
8. Veränderung im Erleben	16. Veränderung im Erleben der Stimmen
9. Veränderung der Annahmen	15. Veränderung in der Einstellung zu den Stimmen 21. Momentan angenommene Ziele der Stimmen 22. Momentane Erklärungen für die Stimmen 39. Theoretische Erkenntnisse
10. Veränderung der Stimmen	14. Veränderung der Stimmen 32. Stimme in der Meditation 33. Verschwinden der Stimme
11. Veränderungen der eigenen Person	13. Eigene Veränderungen 19. Veränderungen in der Beziehung zu anderen Menschen 30. Bearbeitung von Themen
12. Verändertes Weltbild	25. Religion 31. Gezogene Lehren
13. Hilfe durch die Stimmen	28. Hilfe durch die Stimmen 29. Erziehung durch die Stimmen
14. Hilfe/Selbsthilfe	27. Selbsthilfe
15. Ärzte und Krankheit	23. Erfahrungen mit der Psychiatrie 24. Psychosen
16. Fazit	35. Bedingungen für eine gute Beziehung oder Verschwinden 36. Stimmenhören an sich
17. Leben ohne Stimmen	34. Leben ohne Stimme
18. Andere Stimmenhörer	37. Andere Stimmenhörer
19. Besonderheiten im Interview	38. Verallgemeinerung 40. Schwierigkeiten bei der Wortfindung 41. Tabuthemen

3. Themenkatalog – Herr B

Themen	Stichwörter
1. Selbstbeschreibung vor Beginn des Stimmenhörens	<ul style="list-style-type: none"> • war mir total wichtig, was andere Leute (...) von mir denken (Z. 1499 f.) • war immer OUT (Z. 1504) • dis fand ich FURCHTBAR (Z. 1504) • Weitere: Z. 1501 f., 1503
2. Situation vor Auftreten der Stimmen	<ul style="list-style-type: none"> • auf Tournee (...) das is´ ne sehr extreme Situation (Z. 609) • überhaupt keine Verbindung nach Hause (Z. 611) • die ganze Zeit in diesem Wohnmobil (Z. 627 f.) • Weitere: Z. 603 f., 604, 605, 612, 613, 614 f., 616, 617 f., 622, 623 f., 624 f., 625 f., 627 f., 634 f., 635, 636 f., 638 f., 1084
3. Anfängliche Äußerungsform der Stimmen	<ul style="list-style-type: none"> • als akustische Halluzinationen aufgetreten (Z. 95) • als wahre Stimmen interpretiert (Z. 101) • von Leuten, die ich kannte (Z. 111) • Weitere: Z. 16, 95 f., 102, 103 f., 112, 124, 133 f., 138, 323 f., 641, 645 f., 651
4. Parallelwelt der Stimmen	<ul style="list-style-type: none"> • als könnte man in ne Parallelwelt gucken (Z. 357) • WESEN, die nicht menschlich sein müssen (Z. 362) • Weitere: Z. 361 f., 363, 367, 368
5. Inhalt der Stimmen	<ul style="list-style-type: none"> • „jetzt hat er wieder Scheiß gebaut“ (Z. 538) • „du bist scheiße“ (Z. 1184) • Weitere: Z. 499 f.
6. Umgang mit den Inhalten	<ul style="list-style-type: none"> • irgendeiner beobachtet einen und findet das blöd (Z. 539 f.) • ja, das interpretiert man nich´ groß (Z. 543) • Weitere: Z. 539
7. Umgang/Beziehung mit den Stimmen	<ul style="list-style-type: none"> • auch kontrolliert (Z. 221) • man geht hinter die Wand, da is´ keiner (Z. 150) • irgendwelche Verabredungen getroffen (Z. 741) • kein konkreter Austausch (Z. 1010) • Weitere: Z. 119 f., 221 f., 229 f., 230 f., 501, 522, 523, 527 f., 651, 652, 743, 758 f., 1006 f., 1007 f.
8. Annahmen über die Stimmen	<ul style="list-style-type: none"> • meine erste Idee, so Telepathie oder was (Z. 227) • Weltbild dann einfach FALSCH war (Z. 237) • man forscht dann ja in sich immerzu, was kann das sein (Z. 327) • vielleicht haste ja ´n Pickel im Hirn (Z. 790 f.) • Weitere: Z. 148 f., 149, 150 f., 156, 157 f., 220, 226, 236 f., 241 f., 242 f., 246 f., 247, 258, 328 f., 329, 330 f., 332 f., 337 f., 339, 343 f., 344 f., 345 f., 347, 353 f., 404 f., 856 f., 857 f., 859 f., 865, 866, 870 f., 954, 1146 f., 1147, 1148 f., 1336 f.

9. Erleben der Stimmen	<ul style="list-style-type: none"> • sofort eine extrem starke emotionale Bindung zu diesen Stimmen (Z. 550 f.) • konnte mich überhaupt nich´ abgrenzen (Z. 560) • dis is´ die ganze Zeit Feuer, Feuer, Feuer (Z. 588) • Weitere: Z. 375 f., 377 f., 382 f., 387 f., 388, 389 f., 401 f., 494 f., 505, 506, 512 f., 515, 530 f., 531 f., 541, 548 f., 550 f., 558 f., 560 ff, 562, 563 f., 564, 580 f., 586 f., 589, 1010 f., 1021 f., 1022, 1023, 1024, 1025, 1026, 1051, 1053, 1054, 1058, 1114, 1132 f., 1135 f., 1136, 1137, 1257 f., 1261
10. Leben in der „Realen“ Welt	<ul style="list-style-type: none"> • man merkwürdig wird (Z. 110) • bei meinen Eltern hängengeblieben (Z. 678) • musste also auch nich´ arbeiten (Z. 757) • Weitere: Z. 681 f., 686 f., 687, 689 f., 694, 695 f., 697, 698 f., 700 f., 702, 755 f., 763, 766 f., 767 f., 845 f., 848, 849 f., 1119 f.
11. Beziehung zu anderen Menschen	<ul style="list-style-type: none"> • zu sozialen Verwirrungen führt (Z. 116) • nich´ so viel Kontakt (Z. 688) • die ham da sehr zu mir gehalten (Z. 769) • Weitere: Z. 117 f., 768, 769 f., 1075, 1083 f., 1089, 1094, 1108, 1109, 1110, 1111
12. Umweltveränderung	<ul style="list-style-type: none"> • ging einher mit äußerlichen Umständen (Z. 162) • Umgebung (...) von einen Schlach auf´n andern total verändert (Z. 180 f.) • der Schnitt (...) war das Ende dieser Tour (Z. 655) • Weitere: Z. 163, 180 f., 662 f., 663, 665
13. Veränderung der Stimmen	<ul style="list-style-type: none"> • nur noch mit denen interner Art zu tun (Z. 186) • auch komische fantastische Überwesen (Z. 209) • dis hatte keine Lautstärke (Z. 311) • das Ganze immer ständig im Wandel (Z. 998) • so kleine Brabbelameisen (Z. 1041 f.) • Weitere: Z. 98, 99, 182 f., 184, 184 f., 201 f., 202 f., 204 f., 219 f., 316, 317, 325 f., 355, 369, 374 f., 484 ff, 486, 487 f., 492, 493 f., 499, 520 f., 528 ff, 541f., 549 f., 731, 989 f., 990, 991 f., 992 f., 999, 1008 f., 1012, 1020 f., 1036, 1038, 1039, 1041, 1042 f., 1047, 1051, 1052 f., 1058 f., 1059 f., 1060 f., 1061 f., 1127 f., 1317 f., 1318 f.
14. Veränderungen im Umgang/Beziehung	<ul style="list-style-type: none"> • versucht Verabredungen zu treffen (Z. 1003 f.) • „ich will das nich“ (Z. 1017) • so ähnlich wie ´ne Begegnung mit Menschen (Z. 1188 f.) • Weitere: Z. 1005 f., 1016, 1019, 1019 f., 1033 f., 1062 f., 1180 f., 1183 f., 1184 f., 1186, 1187, 1189, 1197, 1274 f., 1288
15. Veränderung der Annahmen	<ul style="list-style-type: none"> • ich halte nach wie vor alles für möglich (Z. 1522) • ne eigene Projektion (Z. 1526) • ein Großteil hängt auch mit Erziehung zusammen (Z. 1544)

	<ul style="list-style-type: none"> • im Stimmenhören völlig filterlos (Z. 1580) • Weitere: Z. 125 f., 243 ff, 245, 306 f., 326 f., 411, 438 f., 439 f., 444, 444 f., 449 f., 454, 1065 ff, 1071 f., 1074, 1105, 1523, 1524 f., 1525 f., 1527 f., 1528 f., 1529 f., 1532 ff, 1534 f., 1536, 1537 ff, 1546, 1547 f., 1550 f., 1552 f., 1553 ff, 1558, 1562 f., 1580 f., 1582, 1583 f., 1585, 1588, 1592 f., 1598 f., 1602 f., 1604, 1605, 1606 f., 1616, 1619 f., 1622, 1665, 1666 f., 1667 f., 1670 f., 1678
16. Veränderungen im Erleben	<ul style="list-style-type: none"> • emotionale Bindung versucht zu lösen (Z. 579 f.) • es regt mich nich mehr auf, was die sagen, die Bindung hört auf (Z. 1286 f.) • im Bus brabbelts ja auch, na und? (Z. 1291) • Weitere: Z. 577 f., 578, 579, 580, 1134 f., 1287 f., 1289 f., 1290 f., 1295, 1373 f., 1374 f.
17. Veränderte Einstellung	<ul style="list-style-type: none"> • völlig Wurst, wenn einer sagt: „Mist, Mist, Mist!“ (Z. 555 f.) • wieso nimmt dich das so mit? (Z. 572) • zu langweilig, wenn´s keinen ernsthaften Austausch gibt (Z. 1017 f.) • Weitere: Z. 556 f., 569, 570 f., 1383 f.
18. Veränderter Umgang mit Gedanken (Meditation)	<ul style="list-style-type: none"> • Beruhigungstaktik, die ausformuliertes Denken verbietet (Z. 1198) • „ich muss mich besser konzentrieren“ Stop! (Z. 1221) • NICHT versucht, Stimmen zum Schweigen zu bringen, sondern MICH (Z. 1238) • Weitere: Z. 194 f., 196, 197, 1199, 1201 f., 1208, 1209, 1210 f., 1212, 1213, 1216 f., 1222, 1223, 1225 f., 1226 f., 1228, 1236, 1239, 1241 ff
19. Negative Begleiteffekte	<ul style="list-style-type: none"> • wirklich Konzentrationsstörungen hatte (Z. 755) • das hat mich WAHNSINNIG gemacht (Z. 785 f.) • merkt, dass man geistige Qualität so rapide verliert (Z. 789 f.) • Weitere: Z. 750 f., 775, 777 f., 785, 786 f., 787 f.
20. Emotionen und Stimmen	<ul style="list-style-type: none"> • da is ´n ganz enger Zusammenhang, also glaub dis is IDENTISCH (Z. 1251 f.) • man kann nicht Emotionen haben UND Stimmen sedieren (Z. 1255 f.) • Weitere: Z. 1251, 1252 f., 1329, 1355, 1379, 1380, 1381, 1381 f., 1383
21. Träume und Stimmen	<ul style="list-style-type: none"> • ganz anders als die eigene Traumqualität (Z. 259) • gleichzeitig träumt und wach is´, was passiert denn dann? (Z. 290) • findet man unglaublich viele Parallelen (Z. 456) • eine kam im Traum vorbei und hat sich hochhoffiziell verabschiedet (Z. 1037) • Weitere: Z. 248, 253 ff, 255 f., 256, 257, 263 f.,

	268 f., 270, 271, 272, 279 f., 281 f., 282, 282 f., 287, 288, 289, 294 f., 390 f., 391 f., 399 f., 412, 413, 415, 422 f., 424, 430 f., 432, 437, 456 f., 457 f., 463 f., 468, 473 f., 474 f., 1037 f., 1531, 1636
22. Wahrnehmung und Realität	<ul style="list-style-type: none"> • man kann die Welt auf ganz verschiedene Arten sehen (Z. 1448 f.) • unbewusst immerzu filtern, wir blenden immer Sachen aus (Z. 1577) • das IST abgrundtief real in Anführungszeichen (Z. 1635 f.) • Weitere: Z. 1441, 1443 f., 1452 f., 1454, 1460, 1471 f., 1608, 1609 f., 1637, 1642 ff, 1644
23. Psychose	<ul style="list-style-type: none"> • schon so in die Psychose reingestolpert (Z. 141) • langsam immer wunderlicher wurde (Z. 664) • die hat dann einfach eine Psychose diagnostiziert (Z. 834) • Weitere: Z. 139, 140, 145 f., 163 f., 165 f., 173 f., 174 f., 653, 654, 664, 666 f., 667 f., 670, 671, 675, 676 f., 677, 688 f., 724 ff, 731 f., 732, 733 f., 735 f., 736 f., 764 f., 766, 1063 f., 1064 f., 1108 f.
24. Sprechen über Stimmen	<ul style="list-style-type: none"> • man ist allein mit dieser Erfahrung (Z. 902) • konnte der auch (...) erzählen, was ich da so erlebe (Z. 855) • das war SENSATIONELL (Z. 915) • Weitere: Z. 900, 902 f., 903 f., 908 f., 910 f., 912, 913 f., 915, 916, 918, 922, 933, 934 ff, 938 f., 1710
25. Professionelle Hilfe	<ul style="list-style-type: none"> • wollte organische Schäden erstmal abgeschätzt haben (Z. 798) • ich sollte (...) zur Drogenberatung gehen (Z. 883) • so ein Neurologe war dazu nicht in der Lage (Z. 925) • gelassen, weil es mir nichts nutzte (Z. 967) • Weitere: Z. 712, 713 f., 715, 717 f., 723 f., 724, 790, 795 f., 796 f., 797, 800 f., 804, 808 f., 811, 812 f., 817 f., 819 f., 821 f., 824 f., 826, 833, 835, 836, 842 f., 885, 892 f., 893 f., 894 f., 928, 931 f., 932 f., 939 f., 940, 941, 942 f., 943 f., 945 f., 948, 962, 965, 966, 976 f., 978, 980, 986, 986 f., 987 f., 1428 f., 1431 f., 1439 f., 1440 f., 1564 f., 1566
26. Medikamente	<ul style="list-style-type: none"> • völlig ab von irgendwie Chemie (Z. 952) • hab ich alles verweigert (Z. 959 f.) • Gedanken sediere, dann hab die auch keine Stimmen (Z. 1245 f.) • Weitere: Z. 954, 959, 961, 1244 f., 1246, 1250, 1263, 1264 f., 1270 f., 1272 f., 1273
27. Diagnose/Krankheit	<ul style="list-style-type: none"> • einfach eine Facette des Menschen, eine Art des Ausbruchs der Psyche (Z. 1627) • diese Mechanismen, die existieren in jedem Menschen (Z. 1680)

	<ul style="list-style-type: none"> • es gibt dieses Krankheitsbild gar nicht (Z. 1683) • Weitere: Z. 1623 f., 1624, 1626, 1628, 1629 f., 1633 f., 1634 f., 1681
28. Selbsthilfe	<ul style="list-style-type: none"> • dis kann er nur selber (Z. 1645) • er ist da mit sich allein (Z. 1645) • da können hundert Leute kommen (Z. 1645 f.)
29. Hilfe von Außen	<ul style="list-style-type: none"> • ham dann Sohnnemann abgeholt (Z. 691 f.) • erstmal vierzehn Tage zu meinem Kumpel (Z. 701) • davor bewahren, wirklich Scheiß zu bauen (Z. 1650) • Weitere: Z. 692, 703 f., 872, 874 f., 881, 1646 f., 1647 f.
30. Rückfall	<ul style="list-style-type: none"> • es hörte schon mal so auf (Z. 1144) • sehr massiven Rückfall (...) von ei'm Tag auf'n andern (Z. 1145) • wusste, was ich damit mach, hatte da meine Techniken (Z. 1156 f.) • Weitere: Z. 1149 f., 1150 f., 1155 f., 1157, 1158, 1159 f., 1327 f., 1330, 1331, 1334 f., 1337 f., 1342 f., 1345 f., 1351 f., 1352, 1353, 1355 f.
31. Verstummen der Stimmen	<ul style="list-style-type: none"> • man fällt ins NICHTS (Z. 590) • es ebbt ab, sie werden leiser (Z. 1285) • kann sich ja auch nich dran erinnern, wie Masern aufhöörn (Z. 1304 f.) • Weitere: Z. 589, 1285, 1305 f., 1320, 1322 f.
32. Leben ohne Stimmen	<ul style="list-style-type: none"> • man möchte dieses intensive Leben (Z. 591 f.) • entwickelt sich auch so=ne Art Sucht (Z. 591) • schloss sich daran ´ne TOTAL heftige Depression an (Z. 1160) • gut wieder gefangen (Z. 38) • Weitere: Z. 15, 23, 24 f., 27, 28 f., 30, 31, 32, 38 f., 586, 596, 597, 1160 ff, 1166 f., 1310, 1314 f., 1315 f., 1317, 1332 f., 1333, 1360, 1361, 1362, 1363 f., 1364 f., 1365 f., 1389 f., 1391, 1392 f., 1393
33. Bedingungen für Verschwinden der Stimmen	<ul style="list-style-type: none"> • wenn man sich darüber nich aufregt, dann sind sie auch weg (Z. 1295 f.) • wenn ich an gar nichts denk, hab ich auch keine Stimmen (Z. 1243) • Weitere: Z. 1236 f.
34. Veränderungen in der Person	<ul style="list-style-type: none"> • man ändert sich totaal (Z. 40) • Kurzzeitgedächtnis is´ extrem schlecht (Z. 43 f.) • ich bin jetzt stabiler als jemals zuvor (Z. 1138 f.) • ich bin VIEL bewusster mit allem (Z. 1405) • Weitere: Z. 40, 41 f., 43, 44, 45, 46, 65, 69 f., 72, 73 f., 77, 82 f., 83 f., 1137 f., 1139, 1405, 1406
35. Fazit des Stimmenhörens	<ul style="list-style-type: none"> • auf diese Erfahrung hätt ich gern verzichtet (Z. 1395)

	<ul style="list-style-type: none"> • man wird sehr geprägt in seiner Wahrnehmung (Z. 1429 f.) • lernt Leute auch anders angucken (Z. 1514 f.) • Weitere: Z. 1395 f., 1401, 1407, 1409 f., 1411 f., 1416 f., 1417 f., 1426, 1428 f., 1461 f., 1463 f., 1469, 1473 f., 1475, 1480 f., 1482 f., 1485, 1486 f., 1502 f., 1504 f., 1506, 1508 f., 1513
36. Fragen	<ul style="list-style-type: none"> • wie kann das aus mir rauskommen (...) diese ganzen Ideen? (Z. 458) • was ist denn zum Beispiel Erinnerung? (Z. 1590) • Weitere: Z. 1597 f., 1620
37. Abschweifen	<ul style="list-style-type: none"> • Wie war die Frage? (Z. 299) • Gut, aber das nur nebenbei (Z. 450) • Weitere: Z. 70, 475 f.
38. Humor	<ul style="list-style-type: none"> • das ja GEIL, so, spart ja ungemein Telefonkosten (Z. 228) • das war also sehr witzig (Z. 925 f.) • Weitere: Z. 171, 799
39. Andere Stimmenhörer	<ul style="list-style-type: none"> • deswegen kriegt man die Leute auch so schlecht umgedreht (Z. 403 f.) • ähnliche Schilderungen geseh'n hab im Forum (Z. 1040 f.) • Weitere: Z. 1229

4. Zentrale Kategorien – Herr B

Zentrale Kategorien	Themen
1. Fördernde Bedingungen (Auslöser)	1. Selbstbeschreibung vor Beginn des Stimmenhörens 2. Situation vor Auftreten der Stimmen
2. Äußerungsform der Stimmen	3. Anfängliche Äußerungsform der Stimmen 4. Parallelwelt der Stimmen 5. Inhalt der Stimmen
3. Umgang mit den Stimmen	6. Umgang mit den Inhalten 7. Umgang mit den Stimmen
4. Erleben der Stimmen	9. Erleben der Stimmen 23. Psychose
5. Annahmen über die Stimmen	8. Annahmen über die Stimmen
6. Leben in der Außenwelt	10. Leben in der „Realen“ Welt 11. Beziehung zu anderen Menschen 12. Umweltveränderung 19. Negative Begleiteffekte
7. Veränderung im Umgang	14. Veränderung im Umgang/Beziehung 18. Veränderter Umgang mit Gedanken (Meditation)
8. Veränderung im Erleben	16. Veränderungen im Erleben
9. Veränderung der Annahmen	15. Veränderung der Annahmen 17. Veränderte Einstellung 20. Emotionen und Stimmen 21. Träume und Stimmen
10. Veränderung der Stimmen	13. Veränderung der Stimmen 30. Rückfall 31. Verstummen der Stimmen
11. Veränderung der eigenen Person	34. Veränderungen in der Person
12. Verändertes Weltbild	22. Wahrnehmung und Realität 36. Fragen
13. Hilfe/Selbsthilfe	24. Sprechen über Stimmen 28. Selbsthilfe 29. Hilfe von Außen
14. Ärzte und Krankheit	25. Professionelle Hilfe 26. Psychopharmaka 27. Diagnose/Krankheit
15. Fazit	33. Bedingungen für Verschwinden der Stimmen 35. Fazit des Stimmenhörens
16. Leben ohne Stimmen	32. Leben ohne Stimmen
17. Andere Stimmenhörer	39. Andere Stimmenhörer
18. Besonderheiten im Interview	37. Abschweifen 38. Humor

5. Themenkatalog – Frau C

Themen	Stichwörter
1. Familiäre Situation in der Kindheit	<ul style="list-style-type: none"> Mutter war dann nachher fanatisch und hat uns auch so eng erzogen (Z. 682) auch nicht die Zeit gehabt, sich so zu unterhalten (Z. 755) Weitere: Z. 683 f., 684 f., 685 f., 689 f., 691 f., 733 ff, 735, 736, 737 f., 738 f., 740, 754, 755 f.
2. Situation vor Auftreten der Stimme	<ul style="list-style-type: none"> nach dem Tod meines Vaters (Z. 45) ich war 24 Jahre, hatte ne zweijährige Tochter (Z. 53 f.) eine Woche wirklich im Wachkoma, nur der starre Blick (Z. 718) Weitere: Z. 44 f., 54, 696 f., 697, 703, 704 f., 705 f., 707 f., 708, 708 f., 709 f., 711, 719, 722
3. Anfängliche Äußerungsform der Stimme	<ul style="list-style-type: none"> mein Vater gehört (Z. 47) es war'n so Wachträume (Z. 77) dreimal geklopft hat an der Tür (Z. 81) Weitere: Z. 48, 49, 50 f., 51 f., 52 f., 74 f., 75 f., 77, 78 f., 79 f., 113 f.
4. Anfänglicher Inhalt der Stimme	<ul style="list-style-type: none"> „psssst, schlaf gut“ (Z. 95 f.) „du brauchst keine Angst haben, ich bin ja da“ (Z. 105 f.)
5. Anfängliche optische Eindrücke	<ul style="list-style-type: none"> wie ein geistiges Wesen geseh'n, wenn es halbwegs dunkel war (Z. 99 f.) es steht jemand da, es IS was da (Z. 100 f.)
6. Anfänglicher Umgang mit der Stimme	<ul style="list-style-type: none"> wir ham kommuniziert, viele vergangene Situationen angesprochen (Z. 48 f.) damals war ich noch nicht so weit (Z. 53) Weitere: Z. 89
7. Anfängliches Erleben der Stimme	<ul style="list-style-type: none"> machte mir auch keine Angst (Z. 46) nur inwendig wahrgenommen (Z. 82) Gefühl, ich wurde umsorgt (Z. 112) Weitere: Z. 45 f., 82 f., 88, 94, 96 f., 106 f., 112 f.
8. Zeit ohne Stimme	<ul style="list-style-type: none"> Annahme, Papa hat jetzt seinen Frieden gefunden (Z. 121 f.) eine Erkrankung nach der andern (Z. 127 f.) Weitere: Z. 59, 122 f., 127, 128 f., 129
9. Situation vor Wiederkehr der Stimme	<ul style="list-style-type: none"> Ohrspeicheldrüsenstein (Z. 234) bin als Notfall ins Krankenhaus (Z. 241) „Lieber Gott, haste mich denn ganz verlassen, ich hab solche Angst“ (Z. 253 f.) Weitere: Z. 237, 238, 239, 242 f., 243 f., 245 f., 250, 251, 252, 258
10. Äußerungsform und Inhalt der Stimme nach Wiederkehr	<ul style="list-style-type: none"> „geh nach Hause, nimm dein Leben selbst in die Hand“ (Z. 259 f.) die Stimme war dann immer begleitend (Z. 311)

	<ul style="list-style-type: none"> • WARUM (...) hat mein Vater mir dann erst erzählt (Z. 723 f.) • Weitere: Z. 258 f., 260, 300, 311 f., 322, 353 f., 354 f., 368, 375, 376, 381 f., 393 f., 395, 397 f., 401, 402 f., 403 f., 405 f., 406, 407, 408 f., 409, 410, 411 f., 414 f., 415 f., 417 ff, 427 f., 457 ff, 459 f., 460 f., 506 f., 507, 592 f., 671, 672 f., 700 f., 712 f., 773, 783, 804, 845, 845 f., 860
11. Veränderung der Stimmen	<ul style="list-style-type: none"> • heftige Stimmen kamen, mehrere Stimmen (Z. 435 f.) • „wenn de was sachst, die bringen dich um, du wirst umgebracht“ (Z. 436) • Weitere: Z. 337 f, 437 f.
12. Optisches Erleben	<ul style="list-style-type: none"> • so viel Lichtgestalten geseh'n (Z. 626 f.) • sah um den Priester die Aura (Z. 633) • Weitere: Z. 621, 627 f., 633, 634, 635, 635 f., 638 f., 639 f., 640 f.
13. Umgang nach der Wiederkehr	<ul style="list-style-type: none"> • könnte niemals sagen „nee, das will ich jetzt nicht“ (Z. 514 f.) • Ganz normaler Dialog, als wenn er neben mir steht (Z. 591) • Weitere: Z. 581, 587, 847, 848 f., 854 f., 860 f.
14. Erste Reaktion nach Wiederkehr	<ul style="list-style-type: none"> • das war einfach passiert und ich war ruhig (Z. 277 f.) • jetzt erstmal was für mich tun (Z. 296) • wer is die Stimme? (Z. 300) • Weitere: Z. 264 f., 267, 268 f., 272 f., 277, 278 f., 279, 280, 281 f., 289, 290, 290 f., 291 f., 292 f., 294, 296, 298, 299
15. Anfängliche Annahmen nach Wiederkehr	<ul style="list-style-type: none"> • gedacht, das ist die Gottesstimme (Z. 301) • hab ich gedacht, Gott is bei mir, ja (Z. 312) • war mir ja sicher, ich war jetzt behütet (Z. 312 f.) • Weitere: Z. 302
16. Veränderung der Annahmen	<ul style="list-style-type: none"> • heute mit mir lebt er das aus und ich profitier davon (Z. 509) • neu inkarniert in den andern Körper (Z. 496) • die Hintergründe wollte mein Vater für mich erklären (Z. 741 f.) • Weitere: Z. 36 ff, 495, 497 f., 498 f., 500 f., 508, 513, 531 f., 551, 552, 553 f., 554 f., 724 f., 731 f., 732 f., 741 f., 742 f., 776, 777 f., 782, 784, 785 f.
17. Erleben der Stimme nach Wiederkehr	<ul style="list-style-type: none"> • heute im Gegensatz zu damals realer (Z. 106) • mir liefen die Tränen ohne Ende (Z. 400) • „ich bin ruhig ERSTAUNLICH ruhig“ (Z. 453 f.) • Schritt für Schritt bergauf ging (Z. 465 f.) • Weitere: Z. 261 f., 263 f., 419 f., 421 f., 426, 429, 430, 492 f., 493, 752 f., 762, 767, 774, 786 f.
18. Beziehung zu der Stimme	<ul style="list-style-type: none"> • einfach stimmig, wir sind stimmig (Z. 515) • die Gedankengänge, die Gefühlsebene (...) es ist

	<p>harmonisch (Z. 516)</p> <ul style="list-style-type: none"> • ich kenne meinen Vater jetzt besser als vor seinem Tod, intensiver, anders (Z. 747 f.)
19. Sprechen über die Stimme	<ul style="list-style-type: none"> • auch darüber gesprochen habe (Z. 47) • das war natürlich nicht ganz so gut (Z. 108) • meinem Mann erzählt, was passiert ist (Z. 271) • Weitere: Z. 107 f.
20. Reaktionen der Umwelt	<ul style="list-style-type: none"> • das Umfeld konnte damit nicht umgehen (Z. 46 f.) • meine Geschwister gegen mich waren (Z. 370) • „die muss in ne Psychiatrie, die is schizophren“ (Z. 439 f.) • Weitere: Z. 348, 369 f., 370 f., 431 ff, 433, 441 f., 445 f., 450, 451 f., 452, 468 f., 469, 480, 481 f., 482, 491, 503 f., 505 f., 601, 602, 603, 642 f., 643 f., 645, 649, 650, 771 ff, 861
21. Religion und Kirche	<ul style="list-style-type: none"> • Verstorbenen ja GAR nicht um uns sein dürfen (Z. 55) • es wurde halt gebetet und die Stimme war nicht mehr da (Z. 58 f.) • die Kirche hatte keine Ahnung, ließ auch nicht mit sich reden (Z. 186) • Weitere: Z. 54 f., 55 f., 56, 57, 182, 183, 187 f., 189, 193, 196 f., 197 f., 209 f., 210 f., 215, 217, 622, 622 f., 623 f., 651 f., 655 f., 657 ff, 659, 661 f., 664, 665 f., 667 f., 668 f., 670 f.
22. Leiden durch die Kirche	<ul style="list-style-type: none"> • sehr eingengt, von Kindesbeinen an (Z. 198 f.) • die Luft zum Atmen genommen hat (Z. 218) • ich war nicht mehr ich selbst (Z. 222) • unsere Familie wirklich getrennt (Z. 681) • Weitere: Z. 56 f., 183 f., 184, 198 f., 203 f., 205 f., 206, 207, 217 f., 222, 223, 226, 674 f. 680 f., 681, 686 f., 688 f.
23. Zweifel	<ul style="list-style-type: none"> • ein belastendes Gefühl, kamen Zweifel auf (Z. 485) • können die andern doch recht haben? (Z. 485 f.) • kam auch dann wieder der Beweis (Z. 533) • Weitere: Z. 434 f., 438 f., 483, 486 f., 537 f., 538
24. Wunsch zu sterben	<ul style="list-style-type: none"> • von einer ganz tiefen Traurigkeit befallen (Z. 372) • „Papa, ich will auch sterben“ (Z. 373 f.) • trotzdem eine unglaubliche Ruhe (Z. 385) • Weitere: Z. 372 f., 374, 380 f., 382, 383, 384 f., 385 f., 386 f., 387 f., 392
25. Krankheit und Ärzte	<ul style="list-style-type: none"> • die gleichen Symptome gehabt wie mein Vater (Z. 115 f.) • es war auf keinem Röntgenbild etwas zu seh'n (Z. 135) • keine Heilung richtig da war (Z. 367) • Weitere: Z. 114 f., 116 f., 133 f., 135, 136, 137,

	137 f., 138 f., 139, 140, 141, 142 f., 144, 148, 148 f., 149 f., 152, 160 f., 162 ff, 165 f., 362 f.
26. Alternative Heilmethoden (Meditation)	<ul style="list-style-type: none"> • mit alternativen Methoden beschäftigt (Z. 153 f.) • die Seele wurde mit einbezogen (Z. 173 f.) • in der freien Natur einfach diese Meditation gemacht (Z. 306 f.) • Weitere: Z. 154 f., 156, 156 f., 171 f., 172 f., 184 f., 227 ff, 303 f., 305, 313, 616 f.
27. Eigene Entwicklung	<ul style="list-style-type: none"> • um für mich selbst da zu sein (Z. 158) • gelernt, bewusst wahrzunehmen (Z. 195 f.) • anfangen zu schreiben (...) zu malen (Z. 503) • Weitere: Z. 158, 172, 174, 194 f., 224, 225, 225 f., 502, 519 f.
28. Aufarbeitung der eigenen Geschichte	<ul style="list-style-type: none"> • ich brauchte keinen Therapeut (Z. 580) • Vater erzählt aus seiner Vergangenheit (Z. 582 f.) • das Kennenlernen meiner Mutter, meine Geburt (Z. 584 f.) • Weitere: Z. 583 f., 585 f., 586 f., 598, 600
29. Heilung mit Hilfe der Stimmen	<ul style="list-style-type: none"> • wie ein Schreien, was aus mir heraus kam (Z. 339) • alle Schmerzen waren weg (Z. 352) • geistige Heilung pur (Z. 359) • Weitere: Z. 323 f., 324 f., 325 f., 327, 328 f., 329, 330, 331 f., 338 f., 339, 340, 341 f., 342 f., 343 f., 359 f., 361, 361 f.
30. Hilfe und Kraft durch die Stimme	<ul style="list-style-type: none"> • ich habe die Manneskraft in mir (Z. 798 f.) • war von Anfang an, nur jetzt hör ich´s (Z. 809) • bis in sämtliche Einzelheiten erinnern (Z. 846 f.) • Weitere: Z. 797 f., 799, 800 f., 801 f., 805, 814, 818, 819 f., 821, 828, 830, 831 f., 836 f., 838 f., 839 f., 842 f., 843 f., 844
31. Hilfe von Außen	<ul style="list-style-type: none"> • „Meine Mutter kommt nicht in die Psychiatrie“ (Z. 442 ff) • „ich geb ihnen ´ne Adresse vom Netzwerk“ (Z. 471 f.) • Weitere: Z. 453, 470, 472 f.
32. Zusammenhang Seele, Körper, Geist	<ul style="list-style-type: none"> • Körpersprache eine Seelensprache ist (Z. 521 f.) • Körper, Seele, Geist (...) diese Einheit (Z. 541) • als Menschenkinder ACHTSAM mit meinem Körper umgehe (Z. 573 f.) • Weitere: Z. 223 f., 520 f., 541 f., 573, 574 f., 575
33. Ursprung von Krankheiten	<ul style="list-style-type: none"> • Erkrankungen haben mit einem Ursprungsphänomen zu tun (Z. 159) • diese Familiengeschichte aufzuarbeiten ist A und O (Z. 539 f.) • viel einfacher, etwas zu verdrängen, als das raufzuholen (Z. 565 f.) • Weitere: Z. 159 f., 522 f., 523 f., 524 f., 527 f., 528 f., 529 f., 540, 563 f., 564, 565, 566 f., 567 f.,

	568 f.
34. Andere Stimmenhörer	<ul style="list-style-type: none"> • mehr Beweise kamen durch Gespräche mit Stimmenhörern (Z. 466) • da hängt auch ne ganze Familiengeschichte dran (Z. 519) • Weitere: Z. 493 f., 516 f., 517 f., 519, 526 f., 527, 555 f., 557, 558 f., 559 ff, 561, 562
35. Fazit	<ul style="list-style-type: none"> • von Anfang an eine Bereicherung (Z. 43 f.) • es sind (...) Höhen und Tiefen da (Z. 24) • möchte keine Minute missen (Z. 474) • Weitere: Z. 23, 24, 25, 25 f., 26 f., 27, 31 f., 32 f., 33 f., 34 f., 35, 38 f., 43 f., 434, 473 f., 474 f.
36. Die Stimme spricht	<ul style="list-style-type: none"> • mein Vater sagt grad, er möchte einige Worte sagen (Z. 874 f.) • ich spreche jetzt durch C's Mund (Z. 876) • habe mich neu zurechtfinden müssen in einem weiblichen Körper (Z. 877 f.) • ich bin der glücklichste geistige Vater, den es gibt (Z. 941) • Weitere: Z. 875, 876 f., 877, 878, 896 f., 897 ff, 899, 899 f., 900 f., 901 f., 902 f., 903 f., 904 f., 905, 906 f., 908, 908 f., 909 f., 910 f., 911 ff, 914 f., 915 f., 917, 918, 919 f., 921 f., 922 f., 923 f., 925, 926 f., 927 f., 929 ff, 931, 932 f., 933, 934 f., 935 f., 936, 937 f., 938 f., 939, 940 f., 941 f., 943, 944, 945, 946, 947 f., 948, 950, 951, 952

6. Zentrale Kategorien – Frau C

Zentrale Kategorien	Themen
1. Fördernde Bedingungen (Auslöser)	1. Familiäre Situation in der Kindheit 2. Situation vor Auftreten der Stimme 9. Situation vor Wiederkehr der Stimme 22. Leiden durch die Kirche
2. Äußerungsform der Stimme	3. Anfängliche Äußerungsform der Stimme 4. Anfänglicher Inhalt der Stimme 10. Äußerungsform und Inhalt der Stimme nach Wiederkehr
3. Umgang mit der Stimme	6. Anfänglicher Umgang mit der Stimme
4. Erleben der Stimme	5. Anfängliche optische Eindrücke 7. Anfängliches Erleben der Stimme
5. Leben ohne Stimme	8. Zeit ohne Stimme
6. Annahmen über die Stimme	15. Anfängliche Annahmen nach Wiederkehr
7. Veränderung der Stimme	11. Veränderung in der Äußerungsform der Stimme
8. Veränderung im Umgang	13. Umgang nach der Wiederkehr 14. Erste Reaktion nach Wiederkehr 18. Beziehung zu der Stimme 19. Sprechen über die Stimme
9. Veränderung im Erleben	12. Optisches Erleben 17. Erleben der Stimme nach Wiederkehr 24. Wunsch zu sterben
10. Veränderung der Annahmen	16. Veränderung der Annahmen 23. Zweifel
11. Veränderung der eigenen Person	27. Eigene Entwicklung
12. Verändertes Weltbild	32. Zusammenhang Seele, Körper, Geist 33. Ursprung von Problemen
13. Reaktionen der Umwelt	20. Reaktionen der Umwelt 21. Religion und Kirche
14. Hilfe durch die Stimme	28. Aufarbeitung der eigenen Geschichte 29. Heilung mit Hilfe der Stimme(n) 30. Hilfe und Kraft durch die Stimme
15. Hilfe/Selbsthilfe	26. Alternative Heilmethoden (Meditation) 31. Hilfe von Außen
16. Ärzte und Krankheit	25. Krankheit und Ärzte
17. Fazit	35. Fazit
18. Andere Stimmenhörer	34. Andere Stimmenhörer
19. Besonderheiten im Interview	36. Die Stimme spricht

7. Themenkatalog – Frau D

Themen	Stichwörter
1. Lebensumstände vor dem ersten Auftreten	<ul style="list-style-type: none"> • in einer extrem schwierigen Situation (Z. 158) • die Scheidung eingereicht, war gleichzeitig zu meiner Mutter zurückgezogen (Z. 158 f.) • hat mich das alles sehr überfordert (Z. 199) • Weitere: Z. 160, 160 f., 161 f., 162, 162 f., 163 f., 164, 165, 185, 186 f., 187, 188 f., 190 f., 196, 196 f., 197 f., 198, 199, 207, 216 f., 217
2. Anfängliche Äußerungsform der Stimmen	<ul style="list-style-type: none"> • unter der Dusche (...) hat mir wer erklärt, wie ich mich waschen soll (Z. 232 f.) • so eigenartige mystische Sätze (Z. 366 f.) • Weitere: Z. 224 f., 234, 343, 364 f., 421 f.
3. Anfänglicher Inhalt der Stimmen	<ul style="list-style-type: none"> • „ich störe andere Leute beim Beten“ (Z. 241) • „alles ist eins, wenn Feuer und Wasser zusammenkommen“ (Z. 366) • „komm nicht ins Chaos“ (Z. 393) • Weitere: Z. 424
4. Anfänglicher Umgang mit den Inhalten	<ul style="list-style-type: none"> • bemüht, dass ich meinen Umzug ordnungsgemäß vollziehe (Z. 415 f.) • identifiziert als diesen Satz in der Bibel, wo Jesus diese Stimme hört (Z. 425) • Weitere: Z. 416
5. Anfänglicher Umgang mit den Stimmen	<ul style="list-style-type: none"> • Kopfhörer aufgesetzt mit Musik und wollte das weghaben (Z. 226 f.) • mit diesem Wesen gesprochen (Z. 239) • die Sache dann nicht weiter verfolgt (Z. 252 f.) • Weitere: Z. 240, 260, 433
6. Anfängliche Annahmen	<ul style="list-style-type: none"> • ich wusste ja nicht, woher das kommt (Z. 394) • dis Phänomen ja gar nicht gekannt hab (Z. 404) • das hab ich halt irgendwo gelesen (Z. 409) • Weitere: Z. 251, 393, 410, 414
7. Anfängliches Erleben der Stimmen	<ul style="list-style-type: none"> • seine Stimme mir oft näher war als meine Gedanken (Z. 246) • es war ja nix Bedrohliches, nix Böses (Z. 408 f.) • erfreut war, da plötzlich Kontakt zu haben (Z. 543) • Weitere: Z. 225 f., 245, 250, 408, 420
8. Lebensumstände vor dem erneuten Auftreten	<ul style="list-style-type: none"> • in meiner einsamen Situation (Z. 61) • beim Tod meiner Mutter war ICH schon in Untersuchung selber (Z. 487 f.) • am 1. April davor, ein neues Leben zu beginnen (Z. 490 f.) • Weitere: Z. 59 f., 478 f., 485, 486 f., 488 f., 490, 491, 492, 493, 494 ff, 496, 497, 501, 504 f., 507 f., 509 f., 511 f., 516, 517, 521, 523 f., 525, 529, 530, 531, 532

9. Gedankenstimme/Impuls	<ul style="list-style-type: none"> • Impuls „kauf dir, was du willst, du musst nur ein Motiv haben“ (Z. 446 f.) • ein gedanklicher Impuls (Z. 451) • „jetzt kannst du schon langsam aufhör'n“ (Z. 473 f.) • Weitere: Z. 461, 467 f., 472 f.
10. Äußerungsform der Stimme	<ul style="list-style-type: none"> • macht Bemerkungen über Menschen, denen ich begegne (Z. 44 f.) • er war dann irgendwann da, hat mich in der früh begrüßt (Z. 617) • oft auch ärgerlich oder zornig oder unflätig in seinen Bemerkungen (Z. 94 f.) • eine ziemlich abenteuerlustige Stimme (Z. 655 f.) • Weitere: Z. 49 f., 69 f., 71 f., 72 f., 73 f., 76 f., 77, 83 f., 84 f., 85 f., 111, 115 f., 138, 591 f., 617, 625 f., 634, 635 f., 654, 655, 656 f., 657, 658 f., 679 ff, 720, 805, 887 f.
11. Inhalt der Stimme	<ul style="list-style-type: none"> • „jeder darf sich anziehen, wie er will“ (Z. 47) • er möchte ADONIS genannt sein (Z. 794 f.) • „bring deine Mutter um“ (Z. 936) • Weitere: Z. 43, 43 f., 47, 662, 678, 805 f., 810 f., 934, 1000, 1001
12. Umgang mit den Inhalten	<ul style="list-style-type: none"> • sobald ich ihn als Stimme wahrgenommen habe, hab ich die Inhalte hinterfragt (Z. 135 f.) • was er gesagt hat, hab ich überhaupt nicht persönlich genommen (Z. 870) • versuche, dich von den Bindungen an deine Mutter zu lösen (Z. 937) • Weitere: Z. 136 f., 138 f., 462 f., 470 f., 721 f., 931 f., 933, 934 f., 935 f., 938
13. Umgang mit der Stimme	<ul style="list-style-type: none"> • über Gott und die Welt gesprochen (Z. 55 f.) • halt einfach fröhlich weitergelebt (Z. 542) • der Umgang war so, als hätt ich da einen Partner, der mit mir lebt (Z. 653) • Weitere: Z. 21 f., 22, 23 f., 24 f., 69, 113 f., 114 f., 116 f., 118 f., 120, 544 f., 620 f., 636 ff, 638, 640, 666 f., 719 f., 723 f., 793 f., 806 f., 811 ff, 817, 830, 855 f., 856 f., 858 f., 861 ff, 871, 877 f., 885 f., 886 f., 888
14. Annahmen über die Stimme	<ul style="list-style-type: none"> • geschlossen, dass er GEFÜHLE hat (Z. 91 f.) • hervorgerufen durch Tischlrücken und automatisches Schreiben (Z. 234 f.) • da is halt ein Toter und der lässt sich Adonis nennen (Z. 611 f.) • keine krankhafte Vorstellung oder Einbildung (Z. 708 f.) • Weitere: Z. 57 f., 90 f., 92, 93, 93 f., 147 f., 235, 335 f., 426 f., 427 f., 428 f., 474 f., 606 f., 641 f., 642, 705 f., 707 f., 795 f., 796 f., 798 f., 799 f.,

	800 f., 860 f., 931, 911 f., 999, 1001 f., 1006
15. Erleben der Stimme	<ul style="list-style-type: none"> • besonders am Anfang auch als Bereicherung empfunden (Z. 58 f.) • ich hab mich nicht ärgern lassen (Z. 110) • ihn immer von außen kommend empfunden (Z. 602) • zu zweit mehr Mut gehabt als ALLEIN (Z. 703) • Weitere: Z. 60 f., 95, 96 f., 98 f., 103 f., 104 f., 112 f., 124, 468 f., 543 f., 545 f., 585 ff, 586, 591, 630, 643, 645, 646, 703 f., 704 f., 793
16. Beziehung zu der Stimme	<ul style="list-style-type: none"> • mit Adonis eine partnerschaftliche Beziehung (Z. 16 f.) • ungefähr so wie ein Ehemann (Z. 44) • manchmal unangenehm sein kann (Z. 48 f.) • wie der normale Alltag zwischen Menschen eben abläuft (Z. 50) • Weitere: Z. 15 f., 17, 42, 48, 597
17. Lebensumstände während des Stimmenhörens	<ul style="list-style-type: none"> • gegen Gerichte kämpft und von der Familie sozusagen verlassen ist (Z. 643 f.) • weil ich eben so VÖLLIG allein war (Z. 646) • Weitere: Z. 128 f., 129 ff, 619 f., 644 f.
18. Veränderung in der Äußerungsform	<ul style="list-style-type: none"> • Stimme, die Adonis gut zuredet (Z. 18 f.) • die redet nur mit IHM, ja (Z. 839) • Kind tritt dann in Erscheinung, wenn´s jetzt heißt, dass wir weggehen (Z. 843 f.) • alles drei männliche Stimmen (Z. 37) • Weitere: Z. 18, 19 f., 25, 31, 831 f., 832, 844, 844 f., 846, 834 f., 854 f., 885
19. Veränderung im Umgang	<ul style="list-style-type: none"> • nicht alles gegen mich gerichtet auszulegen (Z. 863 f.) • IHN zu beschimpfen hab ich dann gelassen (Z. 872) • nur möglich, den andern zu verändern, wenn man sich selbst verändert (Z. 961 f.) • Weitere: Z. 864 f., 872 f., 873, 960 f., 962 f., 993 f., 964 f., 969, 970, 970 f., 972 f., 973 f., 975, 984 f., 985 f., 987 f., 988 f., 990, 990 f., 991 f., 993 f., 995, 1003, 1004 f.
20. Veränderung der Annahmen	<ul style="list-style-type: none"> • könnte eine Gewissensstimme vom Adonis sein (Z. 30 f.) • kann sein inneres Kind (...) über den Adomo ausdrücken (Z. 32 f.) • vermute, dass alle drei Stimmen der Adonis sind (Z. 37 f.) • Weitere: Z. 20 f., 29 f., 31 f., 833, 846 f.
21. Veränderungen im Erleben	<ul style="list-style-type: none"> • dadurch irgendwo auch einen Familienersatz hab (Z. 848 f.) • als angenehm empfunden, dass die zweite Stimme mit ihm gesprochen hat (Z. 874 f.)

	<ul style="list-style-type: none"> • Weitere: Z. 834, 847 f., 875, 876
22. Sprechen über die Stimmen	<ul style="list-style-type: none"> • da bin ich zu meiner Mutter gegangen (Z. 236) • Dinge erzählen, die der Adonis gerade sagt oder meint (Z. 910 f.) • Weitere: Z. 236 f., 237 f., 260 f., 434
23. Verhalten in der Außenwelt	<ul style="list-style-type: none"> • so verschiedentlich komische Dinge gemacht (Z. 264 f.) • plötzlich begonnen, überdimensional viel einzukaufen (Z. 441) • wieder in die Gesellschaft hineingefunden (Z. 902 f.) • Weitere: Z. 140 f., 265 f., 272, 278, 342 f., 344, 346, 351 f., 353, 354, 355, 357, 358 ff, 440 f., 442 f., 443 ff, 455 f., 456 f., 457 f., 459 ff, 476 f., 477 f., 480 f., 546 f., 547 f., 548 ff, 562, 659 f., 663 f., 665 f., 739 f., 740 f., 745, 746, 751 f., 752 f., 901 f.
24. Eigene Erklärungen für Verhalten	<ul style="list-style-type: none"> • das waren einfach Reaktionen auf diese ganzen unverarbeiteten Geschichten (Z. 273 f.) • nach fast 57 Jahren eine brave Tochter und Frau und Mutter zu sein (Z. 667 f.) • ich war nur ZORNIG (Z. 776) • Weitere: Z. 442, 550 f., 551 f., 668 f., 675 f., 676 f., 677, 746 f., 747 f., 762, 774, 775 f., 878 ff
25. Veränderte Wahrnehmung der Realität/Psychose	<ul style="list-style-type: none"> • man hat dann so komische verworrene Vorstellungen (Z. 268) • Gefühl gehabt, ich spiel (...) mit dem Teufel Karten (Z. 283 f.) • nach dieser Zeit dürfte ich psychotische Prozesse durchgemacht haben (Z. 341 f.) • Weitere: Z. 266 f., 284 f.
26. Reaktionen von Außen	<ul style="list-style-type: none"> • Mutter hat nicht den Exorzisten geholt (Z. 263 f.) • mein Mann hat sich dann bemüht, einen Arzt zu finden (Z. 293 f.) • mich also einem Entmündigungsverfahren zugeführt (Z. 580 f.) • die Familie heute mein Stimmenhören akzeptiert (Z. 908 f.) • Weitere: Z. 261 f., 262 f., 264, 280 f., 281 f., 313 f., 325, 558 f., 559 f., 560 f., 561, 565 f., 566 f., 567 f., 568 f., 569 f., 571 f., 572, 578, 579 f., 580 f., 664, 665, 748 f.,
27. Ärzte/Psychiatrie	<ul style="list-style-type: none"> • „an allem sind die Mütter schuld, lassen Sie Ihre Tochter in Ruh“ (Z. 312 f.) • Zwangsanhaltung am Muttertag 1999 (Z. 715) • für die Ärzte eine Denkstörung (Z. 778) • Weitere: Z. 218 f., 259, 278 f., 289 f., 290 f., 292, 294, 295, 295 ff, 302, 310 f., 311 f., 316, 317 f., 327 f., 573 f., 767 f., 772, 773, 776 f., 778 f., 779

	f., 780 ff, 809, 818, 819 f., 821, 822 f., 823 f., 900
28. Medikamente	<ul style="list-style-type: none"> • mit Haldol zugedeckt worden (Z. 219) • zwei Jahre in einer Art zombiehaften Zustand gelebt (Z. 253 f.) • ich kann mich nicht erinnern, dann je wieder eine Stimme gehört zu haben (Z. 336 f.) • Weitere: Z. 220, 303, 305 f., 315, 318 f., 319 f., 326 f., 328 f., 329 f., 334 f., 335, 818 f.
29. Polizei	<ul style="list-style-type: none"> • mit ihnen auf die Wache geh (Z. 757) • auf die Baumgartner Höh gebracht worden (...) mit dem Polizeiauto (Z. 766) • Weitere: Z. 749 f., 750 f., 754 f., 755, 756, 761, 762, 764 f., 765
30. Entmündigung	<ul style="list-style-type: none"> • zum Kleinkind herabgewürdigt, das überhaupt keine Stimme mehr hat (Z. 674 f.) • hätte das auch familiär regeln können (Z. 736) • bin dann da herausgekommen (Z. 899) • Weitere: Z. 674, 731 ff, 733, 734 f., 736 f., 738 f., 898 f.
31. Beziehung zu anderen Personen	<ul style="list-style-type: none"> • den Sohn hat ich dann abgemeldet (Z. 618) • freu mich auch, mit meiner Familie heute wieder in Kontakt zu sein (Z. 907) • Weitere: Z. 380 f., 381 f., 563 f., 564 f., 908
32. Hilfe durch die Stimme/Eigene Veränderungen	<ul style="list-style-type: none"> • für dis ganze Erleben seiner Person sehr verbunden (Z. 62 f.) • auf das Phänomen Stimmenhören aufmerksam gemacht (Z. 63 f.) • hat auf gewisse Weise mein heutiges öffentliches Auftreten gefördert (Z. 681 f.) • keine Angst davor zu haben, AUFZUFALLEN (Z. 692 f.) • Weitere: Z. 62, 686 f., 688 f., 689, 690 ff, 691 f., 957 f., 958, 959 f.
33. Spiritismus	<ul style="list-style-type: none"> • in Kontakt kommen mit außerordentlichen Phänomenen (Z. 157) • meine Mutter, er und ich haben das sogenannte Tischrücken praktiziert (Z. 167 f.) • wir bekamen auch Antworten (Z. 172) • ich hab dann bei den Geistern meine Zuflucht gesucht (Z. 200) • Weitere: Z. 158, 165 f., 173 f., 174 f., 175 f., 176 f., 177 f., 178 f., 184, 200, 201, 202 f., 208 f., 209 f., 210 f., 211 f., 376, 380, 382 f., 384, 385 f., 603, 604, 605 f.
34. Religion	<ul style="list-style-type: none"> • eine Kraft über uns waltet, die uns immer hilft (Z. 647 f.) • klar ist, dass Gott so was niemandem sagen wird (Z. 724 f.) • Weitere: Z. 647, 725 f., 726 f.

35. Parallelen/Vergleiche	<ul style="list-style-type: none"> • das is wie Radiowellen, die unser Ohr im Sprachzentrum treffen (Z. 75 f.) • die eine Partei schimpft, die andere schimpft zurück (Z. 965) • Weitere: Z. 70, 74 f., 699 f., 701 f.
36. Andere Stimmenhörer	<ul style="list-style-type: none"> • weiß, aha, das ist nicht natürlich der Gedanke von dieser jungen Frau (Z. 397 f.) • ein einfacherer Mensch (...) vielleicht wirklich ausrastet (Z. 943 ff) • Weitere: Z. 394 f., 395 f., 396 f., 397, 398, 943 f., 944 f., 946 f., 947
37. Öffentlichkeit	<ul style="list-style-type: none"> • im Internet „Warum ich mein Stimmenhören öffentlich mache“ (Z. 1016) • da steht auch noch einiges drinnen (Z. 1016 f.) • Weitere: Z. 1017 f.
38. Beschäftigung mit dem Stimmenhören	<ul style="list-style-type: none"> • begonnen, auch mehr zu erfahren über das Stimmenhören (Z. 896 f.) • berechtigte Angst in der Gesellschaft vor Menschen, die Stimmen hör'n (Z. 951 f.) • Weitere: Z. 707, 897 f., 952
39. Die Stimme spricht	<ul style="list-style-type: none"> • „Das weiß ich nicht“ (Z. 917) • er hat nichts hinzuzufügen, er ist im Grunde zufrieden mit dem, was ich erzählt hab (Z. 921 f.) • „stimmt“ (Z. 926) • jetzt sagt er grad, ich soll ihn nicht herausfordern (Z. 980)

8. Zentrale Kategorien – Frau D

Zentrale Kategorien	Themen
1. Fördernde Bedingungen (Auslöser)	1. Lebensumstände vor dem ersten Auftreten 8. Lebensumstände vor dem erneuten Auftreten der Stimme 33. Spiritismus
2. Äußerungsform der Stimmen	2. Anfängliche Äußerungsform der Stimmen 3. Anfänglicher Inhalt der Stimmen
3. Umgang mit den Stimmen	4. Anfänglicher Umgang mit den Inhalten 5. Anfänglicher Umgang mit den Stimmen 22. Sprechen über die Stimmen
4. Erleben der Stimmen	7. Anfängliches Erleben der Stimmen 25. Veränderte Wahrnehmung der Realität/Psychose
5. Annahmen über die Stimmen	6. Anfängliche Annahmen
6. Veränderung der Stimmen	9. Gedankenstimme/Impuls 10. Äußerungsform der Stimme 11. Inhalt der Stimme 18. Veränderung in der Äußerungsform
7. Veränderung des Umgangs	12. Umgang mit den Inhalten 13. Umgang mit der Stimme 16. Beziehung zu der Stimme 19. Veränderung im Umgang
8. Veränderte Annahmen	14. Annahmen über die Stimme 20. Veränderung der Annahmen
9. Veränderung im Erleben	15. Erleben der Stimme 21. Veränderungen im Erleben
10. Leben in der Außenwelt	17. Lebensumstände während des Stimmenhörens 23. Verhalten in der Außenwelt 24. Eigene Erklärungen für Verhalten 31. Beziehung zu anderen Personen
11. Reaktionen der Umwelt	26. Reaktionen von Außen 29. Polizei 30. Entmündigung
12. Ärzte und Krankheit	27. Ärzte/Psychiatrie 28. Medikamente
13. Hilfe/Selbsthilfe	34. Religion
14. Hilfe durch die Stimme	32. Hilfe durch die Stimme/Eigene Veränderungen 37. Öffentlichkeit
15. Andere Stimmenhörer	36. Andere Stimmenhörer 38. Beschäftigung mit dem Stimmenhören
16. Besonderheiten im Interview	35. Parallelen/Vergleiche 39. Die Stimme spricht

9. Kurzfragebogen

1. Alter:
2. Geschlecht:
3. Familienstand:
4. Wohnsituation (alleine/gemeinsam mit):
5. Tätigkeit (Beruf):
6. Stimmenhören seit:
7. a) Anzahl der Stimmen zu Beginn:
b) Anzahl der Stimmen zur Zeit:
c) Stimmen verstummt seit:
8. a) Sprechen über die Stimme(n) seit:
b) Sprechen über die Stimme(n) mit:
9. Kommunikation mit der/n Stimme(n) seit:
10. Aufenthalt(e) in der Psychiatrie (Zeitpunkt/Dauer):
11. Einnahme von Medikamenten (Art/Dauer):

10. Interview-Leitfaden

Momentane Situation

1.) Äußerungsform und Inhalte der Stimmen

Wie ich dem Fragebogen entnehmen kann, hören Sie zur Zeit X (siehe Fragebogen) Stimme(n). Ich möchte Sie zunächst darum bitten, mir mehr über diese Stimmen zu erzählen (bzw. mir mehr über diejenigen Stimmen zu erzählen, die Sie zuletzt gehört haben).

(Nachfragen sind im Folgenden durch Spiegelstriche gekennzeichnet)

- Männlich/weiblich
- positiv/negativ (oder beides)
- Lautstärke
- Zeitliches Auftreten (Häufigkeit, Dauer, in welchen Situationen)
- Aufdringlichkeit (befehlend, beratend, beleidigend)
- Bekanntheitsgrad
- Namen (vorgestellt bzw. gegeben)
- Charakter (freundlich/unfreundlich/etc.)
- Inhalte

2.) Momentanes Erleben und Beziehung zu den Stimmen

Wie erleben Sie Ihre Stimmen momentan?

- Gefühle gegenüber den Stimmen
- Gefühle gegenüber dem Phänomen an sich
- Körperempfindungen
- Kommen einige Stimmen vernünftig vor?

Wie würden Sie die Beziehung zu den Stimmen charakterisieren?

- gleichberechtigt, über/unterlegen, Verbündete etc.

3.) Annahmen über die Stimmen

Wie erklären Sie sich heute, woher die Stimmen kommen?

- Erklärungsansatz (mystisch, psychologisch, neurologisch, etc.)
- Identität
- Macht der Stimmen (negative Konsequenzen bei Nichtbefolgung)
- Ziele (Bezwecken die Stimmen etwas?)
- Gründe, die zu Stimmenhören geführt haben (Lebensereignisse)
- Beweise/Hinweise, die für Annahmen sprechen

Wie gehen Sie heute mit den Inhalten der Stimmen um?

- Auseinandersetzung mit Inhalten
- Interpretation der Inhalte (oder wörtlich genommen)
- Interpretation als hilfreich empfunden?

4.) Umgang mit den Stimmen

Wie gehen Sie heute mit den Stimmen um? Nachfrage: Ist das die einzige Strategie?

Bewältigungsstrategien:

- Hinterfragen der Stimmen
- Befolgen von Befehlen
- Mitbestimmung (aushandeln, erlauben/verbieten)
- Kontrolle
- Selektiver Umgang mit positiven Stimmen (Zusammenarbeit mit diesen)
- Festlegen von Zeiten

Umgangsformen:

- Zu eigenem Nutzen einsetzen
- Kommunikation mit Stimmen (reden, diskutieren, streiten, lachen, etc.)

Erstes Auftreten der Stimmen

Nun würde ich gerne mit Ihnen gemeinsam zurückgehen zu der Zeit, als sie das erste Mal eine bzw. mehrere Stimmen gehört haben. Können Sie mir diese Situation beschreiben?

Nachfrage: Wie war Ihre damalige Lebenssituation?

1.) Äußerungsform und Inhalte der Stimmen

Können Sie mir die Stimmen, die Sie damals gehört haben beschreiben?

- Männlich/weiblich
- positiv/negativ (oder beides)
- Lautstärke
- Zeitliches Auftreten (Häufigkeit, Dauer, in welchen Situationen)
- Aufdringlichkeit (befehlend, beratend, beleidigend)
- Bekanntheitsgrad
- Namen (vorgestellt bzw. gegeben)
- Charakter (freundlich/unfreundlich/etc.)
- Inhalte

2.) Erleben und Beziehung beim ersten Auftreten

Was haben Sie empfunden, als Sie das erste Mal Stimmen hörten?

- Gefühle gegenüber den Stimmen
- Gefühle gegenüber dem Phänomen an sich
- Körperempfindungen
- Kamen einige Stimmen vernünftig vor?

Wie würden Sie die damalige Beziehung zu den Stimmen charakterisieren?

- Beziehung zu den Stimmen (gleichberechtigt, über/unterlegen, Verbündete etc.)

3.) Annahmen über die Stimmen

Wie haben Sie sich damals ihre Stimmen erklärt?

- Erklärungsansatz (mystisch, psychologisch, neurologisch, etc.)
- Warum sind die Stimmen in Ihr Leben getreten? (Lebensereignisse)
- Identität
- Macht der Stimmen (negative Konsequenzen bei Nichtbefolgung)
- Ziele (Bezwecken die Stimmen etwas?)

- Beweise/Hinweise, die für Annahmen sprechen

Wie sind Sie damals mit den Inhalten umgegangen?

- Auseinandersetzung mit Inhalten
- Interpretation der Inhalte (oder wörtlich genommen)
- Interpretation als hilfreich empfunden? (Parallele zu Träumen)

4.) Umgang mit den Stimmen

Wie sind Sie damals mit den Stimmen umgegangen? Gab es noch andere Strategien?

Bewältigungsstrategien:

- Hinterfragen der Stimmen
- Befolgen von Befehlen
- Mitbestimmung (aushandeln, erlauben/verbieten)
- Kontrolle
- Selektiver Umgang mit positiven Stimmen (Zusammenarbeit mit diesen)
- Festlegen von Zeiten

Umgangsformen:

- Zu eigenem Nutzen einsetzen
- Kommunikation mit Stimmen (reden, diskutieren, streiten, lachen, etc.)

Entwicklung und Zusammenhänge

Nun möchte ich gerne mit Ihnen darüber sprechen, wie es zu der momentanen positiven/gleichberechtigten Beziehung zu den Stimmen gekommen ist (bzw. wie es zu einem Verstummen der Stimmen gekommen ist).

1.) Verlauf

Wir haben jetzt darüber gesprochen, wie sie heute mit den Stimmen umgehen (zuletzt mit den Stimmen umgegangen sind) und wie es alles angefangen hat. Wie sah dieser Weg/Prozess von damals bis heute aus?

- Äusserungsform über längere Zeit konstant oder Wechselhaft?
- Veränderungen im Erleben (situationsabhängig/psychische Gesamtverfassung)
- Änderungen bei den Annahmen (auch Interpretation der Inhalte)
- Veränderter Umgang (Ausprobieren verschiedener Strategien)

2.) Erklärung für Veränderung

Wie erklären Sie sich diese Veränderungen?

- Zusammenhang mit Person selbst (innerpsychische Veränderungen)
- Zusammenhang von Stimmen und bestimmten Lebensereignissen
- Familiäre Veränderungen/soziale Aktivitäten
- Bewältigungsstrategien
- Zusammenhänge zwischen Stimmen und Erleben, Annahmen, Umgang
- Hilfe von Außen (Selbsthilfegruppen, Therapie)

Was haben Sie rückblickend von den Stimmen gelernt?

3.) Abschlussfrage

Haben wir etwas vergessen? Fällt Ihnen noch etwas zu dem Thema ein, das Sie gerne ergänzen möchten?

11. Transkriptionsregeln

Thema	Darstellung im Transkript/Beispiel	Erläuterungen
Absatz	Ende eines Themas. [LEERZEILE] Neues Thema.	Längere Interviewpassagen untergliedern. Ca. 2-3 Absätze/Seite
Anonymisierung	Johanna => Bettina	Auf gleiche Silbenzahl achten
Ausgelassene Buchstaben	Was is´ n das?	Auslassungen durch Apostroph ersetzen
Betonung	UNbedingt	Großschreibung der betonten Silbe
Dehnung	viiiell	
Groß- und Kleinschreibung	Da möchte ich meinen Kollegen mal fragen.	
Interpunktion	, . ; : ! ?	Konventionelle Benutzung
Kommentar	(SEUFZT) (TRINKT) (RAUCHT) (RÄUSPERT SICH)	Situationsbeschreibung in Klammern und Großbuchstaben
Lautgerechte Schreibung	Det is´ keen Problem.	Deutsche Orthografie
Pausen (mit Leerzeichen vom Wort trennen)	* ** *3*	Für kurze Pause Für längere Pausen mit Längenangabe (in Sek.)
Simultansprechen	#und ging nach Hause# #Wann sind Sie# denn	Kennzeichnen der Passagen in Doppelkreuzen
Unsicherheit	(AB # NICHT EINDEUTIG)	Kommentar mit Stellenangabe vor uneindeutiger Textstelle
Unverständliche Textpassagen	(10 SEK. UNV.) (UNV.; ETWA: ...)	Im Kommentar mit Zeitangabe oder ungefähren Text
Verschleifung	Da ham=se geklopft	Zusammengezogene Wort mit diesem Zeichen verbinden: =
Wort- und Satzabbruch	Fotoapp// Fotoapparat	An ein abgebrochenes Wort, einen Satz diese Zeichen anhängen: //
Zitat	Der sagte zu mir: „Wie meinst Du das denn?“	Anführungszeichen benutzen

12. Datenschutzvertrag

1. Die Teilnahme am Interview ist freiwillig.
2. Das Interview wird geführt im Rahmen einer Diplomarbeit an der Freien Universität Berlin, Institut für Klinische Psychologie, Psychologische Diagnostik und Gemeindepsychologie, Habelschwerdter Allee 45, 14195 Berlin.
3. Verantwortlich für die Durchführung und die wissenschaftliche Auswertung zeigt sich Dinah Strack, Friedelstr. 24, 12047 Berlin.
4. die Verantwortliche trägt dafür Sorge, dass sämtliche im Rahmen des Interviews erhobenen Daten (Interview und Fragebogen) streng vertraulich behandelt und anonymisiert werden.
5. Die Bandaufnahme wird nach erfolgter Transkription des Interviews gelöscht, sobald die Diplomarbeit abgeschlossen ist.
6. Ausschnitte aus dem Interview dürfen in anonymisierter Form in der Diplomarbeit und eventuell daraus hervorgehenden Veröffentlichungen zitiert werden.

.....
Unterschrift Interviewpartner/in

.....
Unterschrift Interviewerin

.....
Ort und Datum

13. Material-CD

(Transkripte und Kontextprotokolle)

Danksagung

Für ihre Offenheit und Bereitschaft zum Interview bedanke ich mich herzlich bei meinen Interviewpartnern und Interviewpartnerinnen.

Ein besonderer Dank gilt Monika Hoffmann für ihr Interesse, ihre Anregungen und die konstruktive Kritik bei der Betreuung der vorliegenden Arbeit.

Ebenfalls ein herzliches Dankeschön an Annika Kahrs und Elke Kruppa für ihre ausgiebigen Korrekturarbeiten.

Zuletzt möchte ich meiner Familie und meinem Freund Fridolin Hadelich für ihre Geduld und Unterstützung danken.

Berlin, im Februar 2007

Dinah Strack

**Diese Diplomarbeit kann heruntergeladen werden auf der Homepage des
Netzwerk Stimmenhören e.V. (Mitglied im paritätischen
Wohlfahrtsverband) unter:**

http://www.stimmenhoeren.de/download/leben_mit_stimmenhoeren_dinah_strack.pdf

**Aktuelle Informationen zum Thema Stimmenhören im Newsletter des
Netzwerk Stimmenhören e.V.**

Anmelden zum Newsletter unter:

<http://www.stimmenhoeren.de>

Beitrittserklärung

An das NeSt e.V. Schudomastr. 3 12055 Berlin E-Mail: stimmenhoeren@gmx.de http://www.stimmenhoeren.de	Bankverbindung: Bank für Sozialwirtschaft Kto-Bezeichnung: Netzwerk Stimmenhören e.V. Bankleitzahl: 100 205 00 Kto-Nummer: 33 10 500
---	---

Hiermit erkläre ich meinen Beitritt zum Netzwerk Stimmenhören

Name:

Vorname:

Straße:

PLZ/Ort:

Bundesland:

Telefon:

Ich bin

☐ Stimmenhörer/in

☐ in der Psychiatrie Tätige/r

(Zutreffendes bitte ankreuzen)

☐ Angehörige/r

☐ Interessent/in

Ich zahle einen Jahresbeitrag von Euro:

Heimbewohner/innen, die nur ein Taschengeld bekommen: 6,-; Sozialhilfeempfänger/innen oder Bezieher/innen von Arbeitslosengeld II bzw. entsprechender Rente: 15,-; sonst mindestens: 32,- und ab einem Einkommen von netto Euro 1000,-: 47,-. (Der Jahresbeitrag wird bei Eintritt und in den folgenden Jahren im April fällig.)

Datum/Ort.

Unterschrift.

Ich habe meinen Jahresbeitrag in Höhe vonEuro auf o.a. Konto überwiesen

Datum/Ort.....

Unterschrift.....

Mit der Weitergabe meiner Anschrift an Vereinsmitglieder bin ich einverstanden Ja/Nein

Mit der Weitergabe meiner Telefonnummer bin ich einverstanden Ja/Nein.

Ich bin bereit, als regionale Kontaktperson für das Netzwerk tätig zu werden und damit einverstanden, dass meine Anschrift mit/ohne Telefonnummer auch an Interessierte weitergegeben wird Ja/Nein.

Ich verfüge über folgende Kenntnisse, Fähigkeiten oder Erfahrungen, die ich in eine Mitarbeit beim Netzwerk Stimmenhören einbringen kann (bitte Rückseite benutzen):

Einzugsermächtigung

Hiermit ermächtige ich Sie widerruflich, den von mir zu entrichtenden Mitgliedsbeitrag für das Netzwerk Stimmenhören e.V. jährlich in Höhe von Euro..... von meinem

Konto..... einzuziehen.

Konto-Nr.....BLZ.....

bei.....

Wenn das angegebene Konto die erforderliche Deckung nicht aufweist, besteht seitens des kontoführenden Geldinstituts keine Verpflichtung zur Einlösung.

Ort.....Datum.....

Name.....

Anschrift.....

Unterschrift des Kontoinhabers:.....