



»Jeg ville være frygtelig ked af, hvis min gode stemme forsvandt. Jeg ved jo, at jeg på en måde aldrig vil være helt ensom,« siger sygeplejerske Olga Runciman, der er igang med at uddanne sig til psykolog. Foto: Anders Debel Hansen

# Raske hører også stemmer

Omkring 200.000 danskere hører stemmer. De fleste er raske og velfungerende

AF SARA ZANKEL

**H**ører du stemmer i dit hoved? Det betyder ikke nødvendigvis, at du er sindssyg og moden til indlæggelse.

Omkring 200.000 danskere oplever indimellem at høre stemmer.

Og op mod to tredjedele af stemmehørerne er ganske almindelige mennesker med en velfungerende hverdag, som aldrig kommer i kontakt med

stemme, som altid har fulgt hende.

**Det skal nok gå**

»Det skal nok gå, det hele,« kan stemmen sige, når hun er ked af det. Stemmen giver også konkrete råd, når Olga står i et personligt dilemma om f.eks. arbejde eller familie.

»Og som regel synes jeg faktisk, at stemmen har ret,« fortæller Olga.

Jørn Eriksen holder ofte foredrag om stemmehøring for sundhedspersonale rundt om i landet.

»Der er ofte en eller to, der i slutningen af foredraget rækker hånden op og fortæller, at de faktisk også hører stemmer.

De har bare aldrig turdet fortælle det til nogen af frygt for at blive stemplet som sindssyge eller mentalt ustabile,« fortæller han.

det psykiatriske system.

International forskning fra blandt andet Holland og England viser, at cirka fire procent af befolkningen oplever at høre stemmer.

»Og der er ingen grund til at tro, at det skulle være anderledes i Danmark,« siger en af Danmarks førende eksperter i stemmehøring Jørn Eriksen, som har arbejdet i psykiatrien i tyve år.

Olga Runciman er sygeplejerske og psykologistuderende. Hun er også formand for Stemmehørerenetværket i Danmark og har hørt stemmer, siden hun var en lille pige.

Der er en bestemt mande-