

URBAN.DK

NYHEDER. MENNESKER. PULS

urban



Weymann: I bakspejlet var det terror

Mand ville t

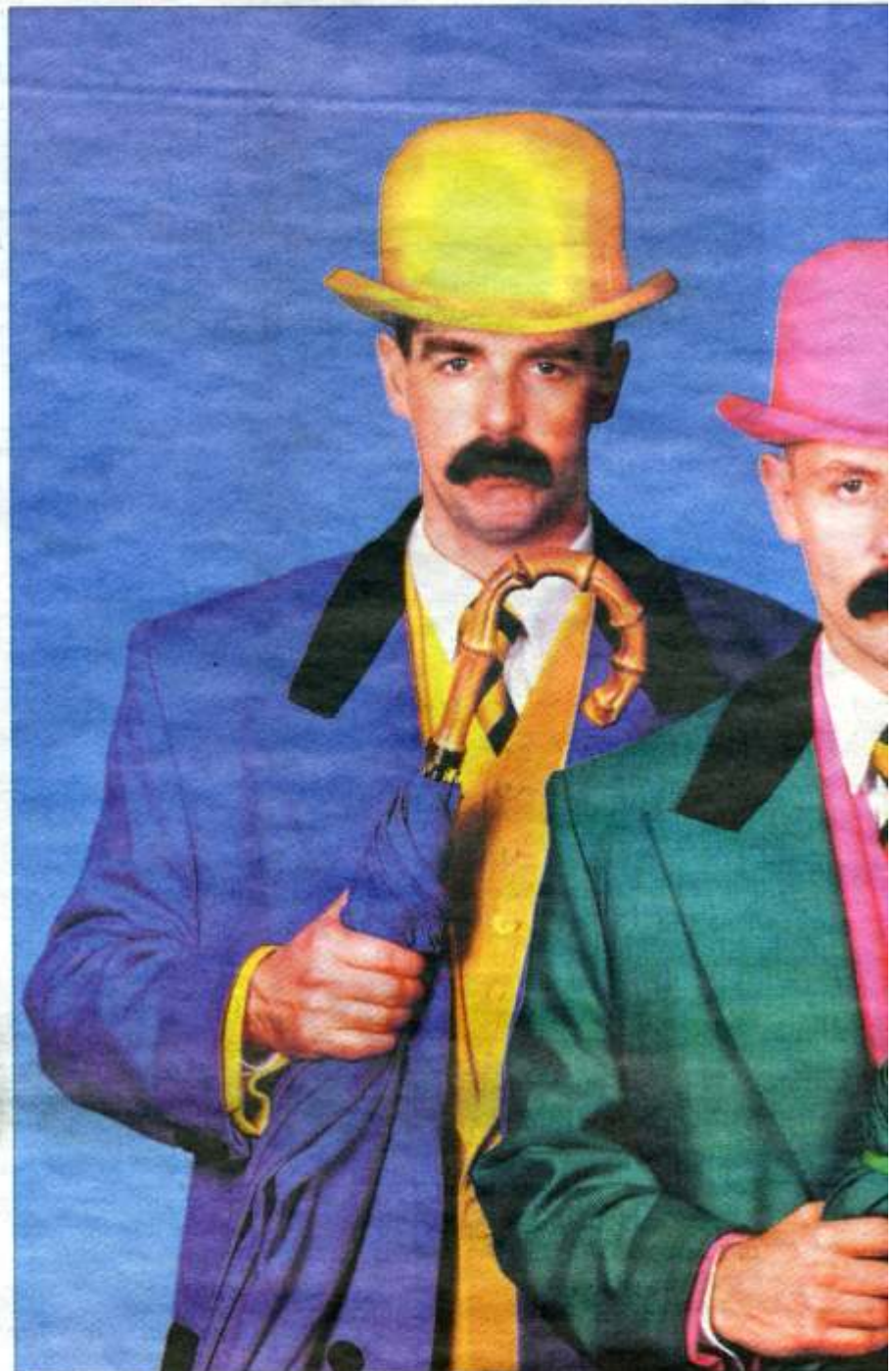
**BØF
&
OST** 2 retter kr. 198,-
Inkl. 2 glas vin kr. 275,-
Gråbrødretory 13 - Kbh. - Telefon 33 11 99 11

TORS DAG 19. MARTS 2009

8. ÅRGANG. UGE 12. NR. 54

Hører du stemmer? Så er du ikke alene

Op mod 200.000 danskere hører stemmer i deres hoveder, som kun de kan høre. Og de er langt fra alle psykisk syge. Også mange raske, almindelige mennesker hører stemmer, og mange er oven i købet glade for stemmerne. Men de fleste går stille med dørene – de er bange for at blive stemplet som sindssyge. 4



Pet Shop Boys klar med flere



» JEG VILLE VÆRE
FRYGTETIG KED
AF, HVIS MIN GODE
STEMME FORSVANDT.
OLGA RUNCIMAN, SYGEPLEJERSKE

Da Olga Runciman var en lille pige, troede hun, at stemmen, hun hørte, var Gud.

FOTO: ANDERS DEBEL HANSEN

Raske hører også stemmer

Omkring 200.000 danskere hører stemmer. De fleste er raske og velfungerende og har aldrig været i kontakt med psykiatrien.

AF SARA ZANKEL

■ Hører 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 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.

'Det skal nok gå,' siger stemmen

OLGA RUNCIMAN er sygeplejerske og psykologistuderende. Hun er også formand for Stemmehørernetværket i Danmark, og har hørt stemmer, siden hun var en lille pige. Der er en bestemt mandestemme, som altid har fulgt hende.

» FORSKELLEN ER, OM
MAN FØLER STEM-
MERNE STYRER ENS LIV.

JØRN ERIKSEN, PSYKIATER

«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.

Skizofrene hører onde stemmer

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 turde fortælle det til nogen af frygt for at blive stemplet som sindssyge eller mentalt ustabile,» fortæller han.

Mange skizofrene og sindslidende hører onde stemmer, som kritiserer og har brutale budskaber. Velfungerende, raske mennesker hører derimod oftest gode, kærlige stemmer.

«Forskellen er også, om man føler, at stemmerne styrer ens liv, eller man uden problemer kan ignorere dem,» siger Jørn

Eriksen.

Nogle folk vil høre stemmer hele livet, mens andre bare oplever det i en kort periode.

«Mennesker, der er isolerede og ensomme, vil oftere end andre opleve at høre stemmer. Og det kan også være en normal sorg-reaktion, hvis man har mistet et kært familiemedlem,» siger Jørn Eriksen.

Olga Runciman har for år tilbage haft psykiske problemer og været i behandling.

I dag arbejder hun selv i psykiatrien som sygeplejerske og vil for alt i verden ikke undvære sin stemme.

«Jeg ville være frygtelig ked af, hvis min gode stemme forsvandt. Jeg ved jo, at jeg på en måde aldrig vil være helt ensom.»

saza@urban.dk

VIDSTE DU...



- At du hurtigt ville begynde at høre stemmer, hvis du blev spærret inde i et mørkt, lydisolert rum?
- At polarforskere, skibbrudne, der strandter på en øde ø, og andre i ekstrem isolation, ofte oplever at høre stemmer?
- At der i mange andre kulturer og i gamle dage herhjemme var en særlig respekt omkring folk, der hørte stemmer? Man troede, at de var tættere på Gud eller det åndelige.