

## Ирена Штратенверт. «Цайт», Гамбург.

Сначала она не поверила своим ушам. А ведь хорошо слышала, как два ее знакомых громко беседуют о ней. В квартире же больше никого не было. Она выглянула во двор. Там тоже никого. Через пару дней они вновь появились - голоса, которые оживленно обсуждали жизнь Вероники Т. Ей подумалось: схожу с ума. Испуг привел к тому, что голоса стали звучать еще сильнее и назойливее. Невропатолог ее успокоил - шизофрении у вас нет, вы просто очень устали. И прописал лекарства, но голоса не исчезали.

Вероника Т. относится к ярко выраженному типу гомо сапиенс с трезвым складом ума. «Я никогда и не думала, что со мной разговаривают маленькие зеленые человечки или что я слышу голоса из потустороннего мира», - поясняет она. В конечном счете пациентка удовлетворилась следующим объяснением - все это не более чем результат ее крайне сложной жизненной ситуации.

Спустя пару недель наваждение исчезло. Полгода жизнь текла спокойно. Но потом голоса появились снова, на сей раз выступая в роли любезных помощников в будничных делах, давая советы по части покупок, обсуждая с ней новую прическу и - поскольку Вероника вела переписку на иностранных языках - помогая при трудных переводах. «Испанский они даже знали несколько лучше меня»,

- вспоминает она. Позже Вероника слышала и восхитительное пение. А порой и такие голоса, которые приказывали ей делать нечто чудовищное - уходи из своей квартиры! Покончи с жизнью! Иногда ей казалось, над ней вершат страшный суд. Через два года нервы Вероники Т. никуда не годились. Голоса звучали отовсюду, по ночам лишали ее сна. И только внешние факторы, отвлекающие внимание, телевидение, например, на короткое время заставляли их умолкнуть, но все чаще у нее и на это не хватало сил. Вероника обратилась за помощью в психиатрическую клинику и провела там две недели. Но врач ни разу не нашел времени, чтобы подробно с ней побеседовать. «Надо было плести корзины, делать пепельницы, больше там ничего не было», - рассказывает Вероника. Когда по собственному желанию она вернулась домой, в истории ее болезни стоял диагноз, влекущий за собой тяжелые последствия, - шизофрения.

Если человек слышит голоса (на языке психиатров это называется «акустические галлюцинации»), многие врачи усматривают в этом достоверный признак, что он тяжело болен психически, страдает шизофренией. Однако психиатры могли бы разобраться в этом и получше. Проведенные в США большие исследования доказывают - от двух до четырех процентов всех людей, включая детей, слышат несуществующие голоса. И только треть из них когда-либо обращалась к психиатрам. Большинство молчит, боясь, что их сочтут ненормальными. В беседах с врачами такие люди рассказывали, что слышали и доброжелательных советчиков, и злые комментарии, предупреждения ангелов-хранителей и навязчивых духов-мучителей.

лей, голоса знакомых и незнакомых, живущих и ушедших в мир иной.

Один из немногих психиатров, изучавших этот феномен без предвзятого подхода, - нидерландский профессор Мариус Ромме из Лимбургского университета. Заниматься данной темой он стал десять лет назад, признав, что ничем помочь людям не в состоянии. Одна пациентка убедила его, что для нее услышанные голоса совершенно реальны. Ни психиатрические диагнозы, ни медикаменты не помогали этой женщине понять происходящее и свыкнуться с ним.

Психиатр решил пойти необычным путем. Вместе с пациенткой он принял участие в беседе по ТВ. «Если вам не могут помочь психиатры, то, может быть, это сумеют сделать другие люди, которые тоже слышат голоса?» Отклик на этот призыв для маленькой страны оказался поразительно большим. 450 человек сообщили о себе. Создали фонд «Отклик» - организацию помощи людям, слышащим голоса. Опыт тех, кто отозвался, стал предметом исследований в Лимбургском университете.

Тем временем в Англии Пол Бейкер, специалист-медик в сфере государственного здравоохранения, также занимался проблемой голосов и столкнулся с тем, что не может ничем помочь собственному страдающему от голосов брату. «Вгрызаясь» в тему, Бейкер в 1987 году основал «Общество слышащих голоса», собравшее примерно тысячу человек: тех, кто слышит голоса, их родственников, профессиональных целителей.

Английское общество

# ГОЛОС НИ ОТКУДА

во и нидерландский фонд заняты прежде всего тем, чтобы оказывать слышащим голоса первую помощь, знакомя их с простейшими представлениями и принципами, ведь голоса - известный и часто встречающийся феномен. Есть и другие люди, которые с ним сталкивались и научились с ним жить. И неверно, что вы лишились рассудка. Воспринимайте голоса всерьез, ибо в вашей жизни у них свой смысл и значение. В то же время пытайтесь утвердить свое «я». Вы хозяин своего дома.

Созданные в Англии и Голландии организации помогают устанавливать контакты между слышащими голоса с целью обмена опытом, оказывают поддержку при создании групп самопомощи и сотрудничают с психологами и психиатрами, ищущими новое научное объяснение феномена. Важный принцип в работе с пациентами заключается в том, чтобы научить их уважать объяснения и принципы лечения, корни которых, в частности, в религии. Подобные альтернативные концепции часто помогают больше, чем проявляемое психиатром понимание болезни.

«Голоса слышали Иисус, Моисей, Джордано Бруно, Жанна д'Арк, Черчилль», - поясняет Рон Коулмен. - Но «слышание голосов» не признано обществом как одно из измерений, в которых проявляется наша способность воспринимать действительность». Маленький энергичный человек, Рон Коулмен годами прозябал в психиатрических заведениях, его считали хроническим шизофреником.

Ныне он один из наиболее подготовленных врачей-терапевтов и своими размышлениями делится в процессе многочисленных информационных мероприятий для людей, слышащих голоса и для профессионалов. Для него самого голоса явились выражением тяжелых душевных конфликтов. «Я слышал голос священника, который изнашивал меня ребенком. И голос моей умершей подруги. Они хотели убедить меня, что во всем виноват я сам. Проблемой были, однако, не голоса, а чувства, которые я испытывал при этом. А именно ими психиатры никогда не занимались».

Результаты исследований показывают: феномен голосов очень часто возникает в тесной связи с душевными травмами - в результате несчастных случаев, сексуального насилия, неожиданной смерти близкого человека, - то есть ситуациями, против которых человек бессилен. Почему одни люди слышат голоса, а другие нет, пока еще в значительной мере не исследовано. Медицина дает основание заключить, что если слышны внутренние голоса - значит, проявляют активность зоны мозга, отвечающие за речь. Все это подтверждает тезис - слушание голосов следует понимать как внутренний диалог.

«Очень долгое время я думала, что все люди слышат то же, что и я, - сообщает Ульрика С. из Линца. - И была убеждена - именно в этом и состоит мышление». Австрийка, которая слышала голоса уже ребенком, побывала недавно на международной конференции в Маастрихте. Сотни людей, слышащих голоса, ученых и терапевтов на равных правах обсуждали опыт и результаты исследований. Тем сильнее, однако, разочаровали представители этих обществ многие научные доклады, где вновь говорилось о «психозных симптомах» и

«акустических галлюцинациях». Из Германии в Маастрихт приехал гамбургский психолог Томас Бок, работающий в университетской психиатрической клинике в Эппендорфе. По своей работе с пациентами, слышащими голоса, он знает, как велика опасность того, что они могут оказаться в полной изоляции. «Голоса, - говорит он, - способны создавать и одновременно решать проблему. Они образуют определенную социальную среду, могут ослабить одиночество человека, но одновременно и помешать ему установить контакт с окружающим миром». Поэтому важно создавать специальные центры, где такие люди могли бы поговорить о голосах, «где их переживания уважают и принимают всерьез, а не проезжают по ним паровым катком профессиональных объяснений». Психиатрия, по мнению Томаса Бока, могла бы поучиться прежде всего у тех, кто, сталкиваясь с голосами, сумел сам помочь себе.

Рези М. входила в число докладчиков в Маастрихте. Десять лет назад с ней происходило то, что ныне происходит с Вероникой Т. Она оказалась пленницей своих голосов, которые бранились, насмехались, угрожали. Голоса запрещали ей все, что было для нее жизненно важно - есть, пить, спать, общаться с людьми. В течение десяти лет фрау М. боролась за обретение независимости от голосов. Ныне она во главе одной из нидерландских групп самопомощи для слышащих голоса.

По вечерам, если Рези М. не может заснуть, голоса иногда вновь посещают ее. Сегодня они совсем не те, что раньше, стали вежливыми, готовыми помочь, верными и интеллигентными. Теперь это спутники, которых фрау М. не хотела бы лишиться.

