



SLYŠENÍ HLASŮ



CENTRUM PRO ROZVOJ PÉČE O DUŠEVNÍ ZDRAVÍ
CENTRE FOR MENTAL HEALTH CARE DEVELOPMENT



EVROPSKÁ UNIE
Evropské strukturální a investiční fondy
Operační program Praha – pól růstu ČR



Slyšet hlasy?

... vaše první asociace ...

Situace, kdy lidé běžně slyší hlasy

(Hearing Voices A Common Human Experience, John Watkins, 2008)

| Okamžiky před usnutím a před probuzením

| Sny

| Imaginární přátelé v dětství

| Úmrtí blízké osoby a truchlení

| Vážný stres, úzkost a trauma

| Extrémní deprivace a izolace

| Zkušenost s hypnózou

| Zkušenost blízkosti smrti

| Psychedelická zkušenost

| Tvořivá inspirace

| Volání osudu – povolání

| Poruchy zdraví

Fenomenologie zkušenosti slyšení hlasů

- | Co hlasy říkají?
- | Kolik je obvykle hlasů, které lidé slyší?
- | Frekvence, s jakou se hlasy objevují?

Rozdíly a podobnosti fenomenologie slyšení hlasů při různých zkušenostech

Fenomenologie u osob v psychiatrickém systému a mimo něj

Víte, že ... ?

- | Studie ukázaly, že 3 % až 10 % lidí po celém světě slyší hlasy.
- | 70 % až 90 % lidí, kteří slyší hlasy, je mají následkem traumatických událostí.
- | Hlasy mohou být mužské, ženské, bezpohlavní, dětské, dospělé, lidské nebo nelidské.
- | Lidé mohou slyšet jeden nebo mnoho hlasů.
- | Hlasy mohou být slyšeny v hlavě, v uších, mimo hlavu, v jiné části těla nebo v okolí.
- | Hlasy často odrážejí důležité aspekty emoční stav slyšitele hlasů.

Příčiny slyšení hlasů

"Living with Voices: 50 stories of recovery" Romme, Esher et. al. (2009)

Různé / možné příčiny

Vědecká & spirituální vysvětlení

Kvalitativní vysvětlení ze zkušenosti slyšitelů hlasů

Trauma

Sexuální zneužívání

Emoční zanedbávání

Problémy v dospívání

Vysoká úroveň stresu

Být šikanován

Psychické zneužívání

Nejasné

Původ hlasů

(Hearing Voices A Common Human Experience, John Watkins, 2008)

| Samomluva

| Imaginace

| Sny

| Pod-osobnosti

| Paranormální jevy

| Duchovní zážitky

| Biomedicínské teorie

Dějiny slyšení hlasů

Význam a společenská pozice

| Starý Babylon

| Starověké Řecko a Řím

| Církev a středověk

| Reformace a zrození vědy

| Psychiatrie a DSM (klasifikace duševních poruch)

Slavní lidé, kteří slyšeli nebo slyší hlasy

John Frusciante, Anthony Hopkins, Paul McCartney, Carlos Santana, Doris Stokes, Zoe Wannamaker, Brian Wilson, Emanuel Swedenborg, Mahátmá Gándhí, Philip K Dick, Robert Alexander Schumann, Johanka z Arku, Sigmund Freud, Sókratés, Tereza z Avily, William Blake, Winston Churchill, Carl G. Jung

Skupina slyšení hlasů

Slyšíte hlasy?

Pozitivní nebo negativní?

Máte problémy je zvládat?

*Lidé vám nevěří, že hlasy slyšíte,
nebo vám říkají, že to není
reálná zkušenost?*

**CHCETE-LI SE PODĚLIT O SVÉ
ZKUŠENOSTI SE SLYŠENÍM
HLASŮ; SLYŠET, JAK TO MAJÍ
JINÍ SE SLYŠENÍM HLASŮ;
NEBO NAJÍT LEPŠÍ ZPŮSOB,
JAK JE ZVLÁDAT?**

ZVEME VÁS MEZI NÁS!



Klíčové hodnoty hnutí slyšení hlasů

| Slyšení hlasů lze rozumět jako přirozené součásti lidské zkušenosti.

| Pro původ hlasů přijímáme různá vysvětlení.

| Slyšitelé hlasů jsou povzbuzováni k tomu, aby převzali vlastnictví svých zkušeností a definovali je pro sebe.

| Slyšení hlasů může být interpretováno a chápáno v kontextu životních událostí a mezilidských sdílení příběhů.

| Proces chápání a přijímání něčích hlasů může více napomáhat zotavení než stálé potlačování a vyhýbání se.

| Peer podpora a spolupráce zplnomocňuje a prospívá zotavení

ŽIJTE SVŮJ ŽIVOT NE SVÉ HLASY!

https://www.ted.com/talks/eleanor_longden_the_voices_in_my_head?language=cs

Práce s hlasy

| Přijetí

| Hlasy jsou metaforami

| Vztah

| Maastrichtské interview

| Dialog s hlasy

| Skupiny Slyšení hlasů

| Manuály – průvodce od těch, kteří slyší hlasy

Techniky, které pomáhají zvládání slyšení hlasů

- | Krátkodobé

- | Střednědobé

- | Dlouhodobé

Skupiny slyšení hlasů v ČR

| Brno

| Praha

| Hradec Králové

| Opava

| Plzeň

| Strakonice