

**ΣΥΝΕΝΤΕΥΞΗ ΜΕ ΑΤΟΜΟ  
ΠΟΥ ΑΚΟΥΕΙ ΦΩΝΕΣ**

Sandra Escher  
Professor Marius Romme

Προς χρήση σε συνδυασμό με το βιβλίο  
Romme, M., & Escher, S. (2000). *Making sense of voices: A guide for mental health  
professionals working with voice-hearers*. Mind Publications.

Copyright: A. D. M. A. C. Escher, MPhil, PhD.  
Prof. Dr. M. A. J. Romme

**Μετάφραση:** Βασιλική Φενέκου, Ψυχολόγος, Υποψήφια Διδάκτορας, Τμήμα  
Ψυχολογίας, Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης

**Επιμέλεια μετάφρασης:** Ευγενία Γεωργάκα, Επίκουρη Καθηγήτρια, Τμήμα Ψυχολογίας,  
Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης

## Συνέντευξη με άτομο που ακούει φωνές

Όνοματεπώνυμο ατόμου που ακούει φωνές: .....

Διεύθυνση: .....

Τηλέφωνο: .....

### Πληροφορίες σχετικά με το άτομο που ακούει φωνές:

Ημερομηνία γέννησης/ηλικία: .....

Φύλο: Α Γ

Οικογενειακή κατάσταση: .....

Αριθμός τέκνων: .....

Διαμονή: .....

Εργασιακή κατάσταση: .....

Εθνικότητα/ Εθνοτική καταγωγή: .....

### Πληροφορίες σχετικά με τη συνέντευξη:

Όνοματεπώνυμο συνεντευκτή/τριας: .....

Ημερομηνία πρώτης συνέντευξης: .....

Ημερομηνία επαναληπτικής συνέντευξης: .....

Αριθμός αρχείου: .....

## **1. Η ΦΥΣΗ ΤΗΣ ΕΜΠΕΙΡΙΑΣ**

Αυτό το ερωτηματολόγιο έχει σχεδιαστεί για ανθρώπους που ακούν φωνές. Έχει σκοπό να σε βοηθήσει να αποκτήσεις μεγαλύτερη επίγνωση σχετικά με την εμπειρία του να ακούς φωνές. Έχει επίσης σχεδιαστεί για να ενθαρρύνει ένα διάλογο ανάμεσά μας σχετικά με την εμπειρία σου και τον τρόπο που διαχειρίζεσαι τις φωνές. Αυτό θα μας βοηθήσει να βρούμε μαζί τον καλύτερο δυνατό τρόπο να τις αντιμετωπίζεις.

1.1 Θα ήθελα να μου μιλήσεις σχετικά με την εμπειρία του να ακούς φωνές. Πόσες φωνές ακούς; Ακούς επίσης και ήχους; Βλέπεις οράματα;

.....  
.....  
.....

1.2 Μπορούν και άλλοι άνθρωποι να ακούσουν τις φωνές ή τους ήχους που ακούς; Μπορείς να εξηγήσεις για ποιο λόγο;

.....  
.....  
.....

1.3 Από ποιο σημείο προέρχονται οι φωνές/ήχοι (πού εντοπίζονται); Τις ακούς από το κεφάλι, τα αυτιά (αριστερό, δεξί, και από τα δύο), ή από κάποιο άλλο σημείο του σώματός σου;

.....  
.....  
.....

1.4 Οι φωνές που ακούς προέρχονται από τον εαυτό σου ή από κάποιον άλλο (προσπαθούμε να διευκρινίσουμε πώς εσύ αντιλαμβάνεσαι τις φωνές όταν τις βιώνεις); Οι φωνές προέρχονται από τον εαυτό σου (είναι σύντονες με το εγώ) ή προέρχονται από κάποιον άλλο

ή κάτι έξω από τον εαυτό σου (είναι δυστονικές / όχι-εγώ); Μπορείς να εξηγήσεις για ποιο λόγο συμβαίνει αυτό;

.....  
.....  
.....

1.5 Μπορείς να κάνεις διάλογο με τις φωνές ή να επικοινωνήσεις με κάποιον τρόπο μαζί τους; Μπορείς να δώσεις ένα παράδειγμα;

.....  
.....  
.....

**Ο/η συνεντευκτής/τρια πρέπει να προσδιορίσει τα παρακάτω:** Η διαδικασία της εμπειρίας των φωνών έχει ίδια ή παρόμοια χαρακτηριστικά με μια ακουστική ψευδαίσθηση (όπως αυτή γίνεται κατανοητή στην ψυχιατρική)

- |  |         |
|--|---------|
| 1. Το άτομο ακούει φωνές που οι άλλοι δεν ακούν                                      | ναι/όχι |
| 2. Το άτομο ακούει φωνές από τα αυτιά  | ναι/όχι |
| 3. Το άτομο ακούει φωνές μέσα στο κεφάλι του   | ναι/όχι |
| 4. Το άτομο μπορεί να κάνει διάλογο ή να επικοινωνήσει με κάποιον τρόπο με τις φωνές | ναι/όχι |
| 5. Οι φωνές βιώνονται ως εγώ (1) ή ως όχι εγώ (2)                                    | 1/ 2    |

## **2. ΤΑ ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΤΙΚΑ ΤΩΝ ΦΩΝΩΝ**

2. 1 Ακούς μια ή περισσότερες φωνές; Πόσες; Πάντα ήταν έτσι; Έχει αλλάξει ποτέ ο αριθμός των φωνών; Οι φωνές που ακούς ήταν πάντα οι ίδιες φωνές;

.....  
.....  
.....

2. 2 Μπορείς να προσδιορίσεις σε ποιόν ανήκουν οι φωνές; Έχεις δώσει κάποια ονόματα σε αυτές; Τι σου λένε οι φωνές, σε τι τόνο και πόσο συχνά τις ακούς;

.....  
.....  
.....

Αρ.	Όνομα	Ηλικία	Φύλο	Περιεχόμενο/τόνος	Συχνότητα
1					
2					
3					
4					
5					

2.3 Σου θυμίζει ο τρόπος ή ο τόνος με τον οποίο μιλούν οι φωνές κάποιον/α που ξέρεις ή ήξερες; Αν ναι, ποιόν/α;

.....  
.....  
.....

### **3. ΤΟ ΙΣΤΟΡΙΚΟ ΤΗΣ ΕΜΠΕΙΡΙΑΣ ΤΩΝ ΦΩΝΩΝ**

3.1 Ας γυρίσουμε πίσω στην εποχή που άρχισες να ακούς φωνές. Πόσων χρονών ήσουν όταν άκουσες φωνές για πρώτη φορά; Μπορείς να θυμηθείς σε ποια ηλικία άρχισες να ακούς την κάθε φωνή (βλέπε πίνακα 2.2); Σε ποιες περιόδους της ζωής σου αργότερα άκουγες αυτές φωνές;

.....

.....

.....

3.2 Μπορείς να περιγράψεις για κάθε φωνή τι συνέβαινε όταν την άκουσες για πρώτη φορά;

.....

.....

.....

3.3 Έχουμε φτιάξει μια κατάσταση με το είδος των συνθηκών και καταστάσεων που οι άνθρωποι μπορεί να βιώνουν στη ζωή τους. Ποια από αυτά τα γεγονότα ζωής σου έχουν συμβεί; Σε ποια ηλικία τα βίωσες; Μήπως ήταν τότε που ξεκίνησαν οι φωνές ή μήπως αυτά τα γεγονότα επηρέασαν τη φύση των φωνών;

<b>Καταστάσεις</b>	<b>ναι/όχι</b>	<b>Ηλικία</b>	<b>Φωνές</b>
<b>Αλλαγές που προκαλούν άγχος</b>			
Να ζήσεις μόνος/η σου για πρώτη φορά			
Να μετακομίσεις σε καινούργιο σπίτι, σχολείο, πόλη ή χωριό			
Να ξεκινήσεις σπουδές / μαθήματα			
Να αποτύχεις σε εξετάσεις			
Να μείνεις άνεργος/η / Ν' απολυθείς / Να μείνεις χωρίς δουλειά			
Αλλαγές στην εργοδοσία / στη θέση / στη δουλειά			
Να βγεις στη σύνταξη / Να μη μπορείς πια να εργάζεσαι			
Να φύγει το παιδί ή τα παιδιά από το σπίτι			
Χρεοκοπία / Χρέη / Οικονομικά προβλήματα			

<b>Ασθένεια και θάνατος</b>			
Σοβαρός τραυματισμός ή ασθένεια			
Νοσηλεία σε νοσοκομείο ή αναισθησία			
Θάνατος ενός μέλους της οικογένειας ή ενός στενού φίλου			
Θάνατος ενός αγαπημένου ζώου			
Σοβαρή ασθένεια ενός αγαπημένου προσώπου			
Νοσηλεία σε ψυχιατρικό νοσοκομείο			
Να έρθεις αντιμέτωπος/η με μια αυτοκτονία ή απόπειρα αυτοκτονίας			
<b>Αγάπη και σεξουαλικότητα</b>			
Διαζύγιο / Χωρισμός από μια ερωτική σχέση			
Εμμηνόρροια / Εγκυμοσύνη / Έκτρωση			
Να ερωτευτείς και να σε απορρίψουν			
Μεγάλη ένταση στο σπίτι σου ή στη σχέση σου			
Αντιμέτωπιση λιγότερο κοινωνικά αποδεκτών μορφών σεξουαλικότητας, όπως ομοφυλοφιλία ή επιδειξιμανία			
Απροσδόκητες αλλαγές στη σχέση σου, όπως απιστία από την πλευρά σου ή την πλευρά του/της συντρόφου σου			
<b>Θρησκεία, πνευματικότητα, μυστικιστικές ή κοσμικές εμπειρίες</b>			
Συμμετοχή σε μυστικιστική συνάθροιση, σατανιστική τελετή, πνευματικό γεγονός			
Προβλήματα με θρησκευτική κοινότητα/αίρεση			
Άλλο			

3.4 Εάν μία ή περισσότερες από τις παραπάνω καταστάσεις συνδέονται με το γεγονός ότι άρχισες να ακούς φωνές ή με αλλαγή της φύσης των φωνών (π.χ. από φιλικές έγιναν αρνητικές), μπορείς να μου πεις περισσότερα γι αυτό;

.....

.....

.....

#### **4. ΤΙ ΕΝΕΡΓΟΠΟΙΕΙ ΤΙΣ ΦΩΝΕΣ**

4.1 Έχεις παρατηρήσει αν οι φωνές τείνουν να είναι παρούσες όταν ασχολείσαι με συγκεκριμένες **δραστηριότητες** ή αν εμφανίζονται σε συγκεκριμένες **συνθήκες**; Μπορείς να περιγράψεις ποιες είναι αυτές οι δραστηριότητες και συνθήκες (για παράδειγμα όταν ψωνίζεις, βλέπεις τηλεόραση, μαγειρεύεις, όταν είσαι μόνος/η στο δωμάτιο, κλπ);

.....  
.....  
.....

4.2 Μήπως οι φωνές τείνουν να εμφανίζονται ή να μην εμφανίζονται συγκεκριμένες ώρες (ημέρα, νύχτα, σαββατοκύριακο, συγκεκριμένες ώρες); Γνωρίζεις για ποιο λόγο;

.....  
.....  
.....

4.3 Έχεις παρατηρήσει αν οι φωνές προέρχονται από συγκεκριμένα αντικείμενα, όπως η τηλεόραση, το ραδιόφωνο ή ο υπολογιστής; Από ποια αντικείμενα προέρχονται;

.....  
.....  
.....

4.4 Πώς νιώθεις όταν ενεργοποιούνται οι φωνές;

.....  
.....  
.....



4.5 Έχεις παρατηρήσει αν οι φωνές είναι παρούσες όταν νιώθεις συγκεκριμένα συναισθήματα; Κοίταξε την παρακάτω κατάσταση. Μήπως εμφανίζονται οι φωνές όταν βιώνεις συναισθήματα όπως:

- |   |   |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> Ανασφάλεια                               | <input type="checkbox"/> Ζήλεια           |
| <input type="checkbox"/> Φόβο                                     | <input type="checkbox"/> Θλίψη            |
| <input type="checkbox"/> Αμφιβολία                                | <input type="checkbox"/> Κούραση          |
| <input type="checkbox"/> Ερωτευμένος/η                            | <input type="checkbox"/> Λύπη / Κατάθλιψη |
| <input type="checkbox"/> Θύμο ή επιθετικότητα                     | <input type="checkbox"/> Χαρά             |
| <input type="checkbox"/> Τα δικά σου σεξουαλικά συναισθήματα      | <input type="checkbox"/> Μοναξιά          |
| <input type="checkbox"/> Τα σεξουαλικά συναισθήματα κάποιου άλλου |   |

Μπορείς να περιγράψεις με ποιον τρόπο αντιδρούν οι φωνές (για παράδειγμα, είναι ανακουφιστικές και βοηθητικές ή τρομακτικές και μη βοηθητικές); Επηρεάζουν οι φωνές τα συναισθήματα που νιώθεις, για παράδειγμα σε κάνουν περισσότερο ή λιγότερο λυπημένο/η ή περισσότερο ή λιγότερο χαρούμενο/η;

.....

.....

.....

## **5. ΤΙ ΛΕΝΕ ΟΙ ΦΩΝΕΣ**

5.1 Ακούς θετικές (φιλικές) φωνές; Τι λένε; Δώσε μου ένα παράδειγμα, χρησιμοποιώντας ακριβώς τις λέξεις που εκείνες χρησιμοποιούν.

.....

.....

.....

5.2 Ακούς αρνητικές (μη φιλικές) φωνές; Τι λένε; Δώσε μου ένα παράδειγμα, χρησιμοποιώντας ακριβώς τις λέξεις που εκείνες χρησιμοποιούν.

.....

.....

.....

5.3 Οι φωνές συζητούν για συγκεκριμένα θέματα/άτομα; Μπορείς να τα περιγράψεις; Τι λένε οι φωνές; Αυτά τα θέματα αφορούν και εσένα;

.....  
.....  
.....

## **6. ΠΩΣ ΕΞΗΓΕΙΣ ΤΗΝ ΠΡΟΕΛΕΥΣΗ ΤΩΝ ΦΩΝΩΝ**

Ως ένας άνθρωπος που ακούς φωνές, μάλλον θα έχεις προσπαθήσει να βρεις μια εξήγηση για το λόγο που ακούς φωνές. Ίσως έχεις ήδη αναπτύξει τη δική σου ερμηνεία του νοήματος των φωνών, όπως κάνουν οι ειδικοί και όπως κάνουμε όλοι. Ωστόσο, μπορεί να μην έχουμε τις ίδιες απόψεις, επειδή εμείς δεν έχουμε εμπειρία φωνών και έχουμε εκπαιδευτεί να κατανοούμε το νόημα των φωνών από μια θεωρητική βάση που σχετίζεται με το σύστημα υπηρεσιών ψυχικής υγείας. Εδώ μας ενδιαφέρει το τι πιστεύεις ότι μπορεί να προκαλεί τις φωνές και πώς τις διακρίνεις.

### **6.1 Οι φωνές είναι από ένα πρόσωπο που είναι εν ζωή:**

- |   |         |
|---|---------|
| 1. κάποιο πρόσωπο που είναι μέρος της καθημερινότητάς σου | Ναι/Όχι |
| 2. τους γονείς σου ή κάποιο άλλο μέλος της οικογένειας    | Ναι/Όχι |
| 3. κάποιο πρόσωπο άγνωστο σε εσένα                        | Ναι/Όχι |

### **Οι φωνές είναι από κάποιο νεκρό άτομο:**

- |                                  |         |
|----------------------------------|---------|
| 4. που ήταν πολύ γνωστό σε εσένα | Ναι/Όχι |
| 5. που ήταν άγνωστο σε εσένα     | Ναι/Όχι |

### **Οι φωνές είναι:**

- |   |         |
|---|---------|
| 6. συμπτώματα κάποιας ασθένειας   | Ναι/Όχι |
| 7. ένα ή περισσότερα μέρη της προσωπικότητάς σου<br>(από το υποσυνείδητο) | Ναι/Όχι |

### **Οι φωνές είναι:**

- |  |         |
|--|---------|
| 8. ένας καλός οδηγός   | Ναι/Όχι |
| 9. ένα φάντασμα ή από κάποιον από το παρελθόν (μετενσάρκωση) | Ναι/Όχι |
| 10. θεότητες, φαντάσματα ή άγγελοι                           | Ναι/Όχι |
| 11. ένας καλός Θεός  | Ναι/Όχι |
| 12. ένα κακό πνεύμα ή ο διάβολος                             | Ναι/Όχι |

- |   |          |
|---|----------|
| 13. οντότητες (ένα πνευματικό άτομο ή δύναμη που δεν μπορείς να δεις αλλά είναι εκεί, νιώθεις ή ακούς την παρουσία του) | Ναι/Όχι  |
| 14. ασυνήθιστες αντιλήψεις (τηλεπάθεια, μέντιουμ)   | Ναι/Όχι  |
| 15. αποτέλεσμα του πόνου των άλλων ή από κάτι άλλο γύρω σου   | Ναι/ όχι |

<p><b>Περισσότερες διευκρινίσεις από τον/την συνεντευκτή/τρια</b></p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p>
---

6.2 Έχει η καθεμία φωνή διαφορετικό πλαίσιο αναφοράς; Αν όχι, γιατί;

.....

.....

.....

**7. ΤΙ ΕΠΙΔΡΑΣΗ ΕΧΟΥΝ ΟΙ ΦΩΝΕΣ ΣΤΟΝ ΤΡΟΠΟ ΖΩΗΣ ΣΟΥ**

Θα ήθελα να σε ρωτήσω για το είδος της επίδρασης που έχουν οι φωνές στον τρόπο ζωής σου.

7.1 Με ποιο τρόπο προσπαθούν να σε επηρεάσουν οι φωνές; Παρακαλώ δώσε μου ένα παράδειγμα.

1. Δίνουν λύση σε ένα πρόβλημα .....
2. Σου δίνουν συμβουλές και σε βοηθούν .....
3. Περιγράφουν αυτό που σκέφτεσαι .....
4. Σχολιάζουν αυτό που κάνεις ή που σκέφτεσαι, ή κάνουν σχόλια σχετικά με τους ανθρώπους με τους οποίους συναναστρέφεσαι .....
5. Κατακλύζουν τη σκέψη σου, έτσι ώστε να μην μπορείς να διαχωρίσεις τις δικές σου σκέψεις από τις φωνές .....
6. Σε βρίζουν ή είναι πολύ επικριτικές σχετικά με αυτό που κάνεις .....
7. Σου απαγορεύουν να κάνεις πράγματα που θέλεις να κάνεις .....
8. Δυναμώνουν τα συναισθήματα που έχεις .....
9. Δυναμώνουν τις σκέψεις που σε απασχολούν .....

10. Διακόπτουν πράγματα που σου αρέσει να κάνεις .....
11. Παρεμβαίνουν όταν συζητάς με κάποιον άλλο .....
12. Σε διατάζουν να κάνεις πράγματα .....

Πώς επηρεάζουν οι φωνές εσένα και τους άλλους; Με ποιο τρόπο το κατορθώνουν αυτό (με την παρουσία τους ή με τον τρόπο που λένε διάφορα πράγματα);

.....

.....

.....

7.2 Είσαι ευχαριστημένος/η με κάποιες από τις φωνές σου; Για ποιο λόγο; Αυτό ήταν πάντα έτσι;

.....

.....

.....

7.3 Βιώνεις τις φωνές ως:	τόρα	στην αρχή
Κυρίως θετικές φωνές	Ναι/Όχι	Ναι/Όχι
Κυρίως αρνητικές φωνές	Ναι/Όχι	Ναι/Όχι
Ουδέτερες	Ναι/Όχι	Ναι/Όχι
Αρνητικές και θετικές	Ναι/Όχι	Ναι/Όχι

## **8. Η ΣΧΕΣΗ ΜΕ ΤΙΣ ΦΩΝΕΣ**

Θα ήθελα να σε ρωτήσω για το είδος της σχέσης που έχεις με τις φωνές.

8.1 Μπορείς να επηρεάσεις τις φωνές με κάποιο τρόπο; Ναι/Όχι. Παρακαλώ, δώσε μου ένα παράδειγμα:

.....  
.....  
.....

8.2 Σε κάνουν οι φωνές να νοιώθεις αδύναμος/η; Αν ναι, πώς το κατορθώνουν αυτό (με την παρουσία τους ή με αυτά που λένε);

.....  
.....  
.....

8.3 Έχεις τον έλεγχο των φωνών; Πάντα συνέβαινε αυτό; Περιέγραφέ μου με ποιο τρόπο τις ελέγχεις;

.....  
.....  
.....

8.4 Μπορείς να μιλάς με τις φωνές; Το κάνεις αυτό; Μιλάς δυνατά ή στο μυαλό σου, όταν μιλάς με αυτές (ή και τα δύο); Πώς αντιδρούν οι φωνές; Αντιδρούσαν πάντα με αυτό τον τρόπο; Αν όχι, για ποιο λόγο; Δώσε μου ένα παράδειγμα:

.....  
.....  
.....

8.5 Έβρισες ποτέ τις φωνές; Αν ναι, πώς το έκανες αυτό, μιλώντας δυνατά ή στο μυαλό σου;

.....  
.....  
.....

8.6 Μπορείς να αρνηθείς να εκτελέσεις εντολές που δίνουν οι φωνές; Αν ναι, ποιες εντολές μπορείς να αρνηθείς να εκτελέσεις και ποιες δεν μπορείς να αρνηθείς; Τι συμβαίνει όταν αρνείσαι να κάνεις αυτό που σε προστάζουν οι φωνές;

.....  
.....  
.....

8.7 Μπορείς να αποκόψεις τον εαυτό σου από τις φωνές και να συνδεθείς ξανά με αυτές;

.....  
.....  
.....

8.8 Όταν ακούς φωνές, συγκεντρώνεσαι κυρίως σε αυτό που λένε οι φωνές ή σε αυτό που κάνεις εκείνη τη στιγμή; Διαφέρει αυτό ανάλογα με τη φωνή και με τη στιγμή;

.....  
.....  
.....

### **9. 10. 11. 12 ΣΤΡΑΤΗΓΙΚΕΣ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗΣ**

Μέχρι τώρα έχουμε συζητήσει τη σχέση σου με τις φωνές. Θα ήθελα να ξέρω τι κάνεις ακριβώς, όταν ακούς τις φωνές. Αν η απάντηση σε οποιαδήποτε από τις ερωτήσεις που ακολουθούν είναι ναι, πες μου πόσες φορές το έχεις δοκιμάσει και ποιο ήταν το αποτέλεσμα.

Τι κάνεις όταν ακούς φωνές;

#### **9. Γνωστικές στρατηγικές**

	<b>Στρατηγική</b>	<b>Ναι/Όχι</b>	<b>Αν ναι, περιέγραψε</b>
1	Διώχνεις τις φωνές		
2	Αγνοείς τις φωνές		
3	Συγκεντρώνεσαι στο άκουσμα των φωνών		
4	Τις ακούς επιλεκτικά		
5	Πιέζεις τον εαυτό σου να σκεφτεί κάτι άλλο		
6	Κάνεις συμφωνία με τις φωνές		
7	Μερικές φορές βάζεις όρια στις φωνές		

#### **10. Συμπεριφορικές στρατηγικές**

	<b>Στρατηγική</b>	<b>Ναι/Όχι</b>	<b>Αν ναι, περιέγραψε</b>
8	Αρχίζεις να κάνεις κάτι		
9	Προσπαθείς να αποδράσεις από τις φωνές		
10	Μιλάς στο τηλέφωνο		
11	Επισκέπτεσαι κάποιον		
12	Αποσπάζ την προσοχή σου		
13	Κρατάς ημερολόγιο σχετικά με τις φωνές		
14	Κάνεις κάτι συγκεκριμένο ή έχεις κάποιο τελετουργικό		

## 11. Σωματικές στρατηγικές

	Στρατηγική	Ναι/Όχι	Αν ναι, περιέγραψε
15	Ασκήσεις χαλάρωσης, όπως γιόγκα		
16	Φαρμακευτική αγωγή		
17	Αλκοόλ και ναρκωτικά		
18	Φαγητό		

## 12. Συμπεράσματα – Στρατηγικές αντιμετώπισης

12.1 Ποια μέθοδο χρησιμοποιείς κυρίως; Πόσο συχνά τη χρησιμοποιείς; Τη χρησιμοποιείς συστηματικά; Αν όχι, για ποιο λόγο;

.....

.....

.....

12.2 Τι αποτέλεσμα έχει (λιγότερη δύναμη ή μήπως κερδίζεις δύναμη);

.....

.....

.....

12.3 Όταν γνωρίζεις ότι οι φωνές εμφανίζονται σε συγκεκριμένες καταστάσεις, κάνεις κάτι για αυτό (π.χ. αναζητάς εναλλακτικές λύσεις, αποφεύγεις την κατάσταση, δεν αφήνεις τον εαυτό σου να επηρεαστεί);

.....

.....

.....



12.4 Δοκίμασες στο παρελθόν κάτι που φάνηκε να βοηθάει;

.....  
.....  
.....

**13. ΕΡΩΤΗΣΕΙΣ ΣΧΕΤΙΚΑ ΜΕ ΤΗΝ ΠΑΙΔΙΚΗ ΣΟΥ ΗΛΙΚΙΑ**

Η παιδική ηλικία μπορεί να είναι μια πολύ διαφορετική εμπειρία για τον καθένα από εμάς. Κάποιοι άνθρωποι την αναπολούν, ενώ άλλοι προτιμούν να την αφήνουν πίσω όσο το δυνατό γρηγορότερα. Ποια είναι η δική σου εικόνα για την παιδική σου ηλικία;

13.1 Η παιδική σου ηλικία ήταν ευχάριστη ή αγχωτική; Μπορείς να μου μιλήσεις γι αυτό;

.....  
.....  
.....

13.2 Ένιωθες ασφάλεια στο σχολείο, στο δρόμο και στο σπίτι; Αν όχι, εξήγησε για ποιο λόγο:

.....  
.....  
.....

13.3 Σε είχαν ποτέ κακομεταχειριστεί ως παιδί; Με ποιο τρόπο;

.....  
.....  
.....

13.4 Είχες υποστεί ποτέ παράξενες τιμωρίες ως παιδί (π.χ., να σε κλειδώσουν στην τουαλέτα ή να σε δέσουν);

.....  
.....  
.....

13.5 Σου είχαν ποτέ φωνάξει δυνατά ή σε είχαν υποτιμήσει ως παιδί ή ως έφηβο; Αισθάνθηκες ποτέ ότι είσαι ανεπιθύμητος/η ή ότι δεν ήσουν ικανός/ή να κάνεις τίποτα σωστά;

.....  
.....  
.....

13.6 Ήσουν ποτέ μάρτυρας κακομεταχείρισης κάποιου άλλου μέλους της οικογένειας;

.....  
.....  
.....

13.7 Κακοποιήθηκες ποτέ σεξουαλικά από κάποιο μέλος της οικογένειας;

.....  
.....  
.....

13.8 Αναγκάστηκες ποτέ να έχεις σεξουαλική επαφή παρά τη θέληση σου, π.χ. σε μια κατάσταση στην οποία δεν μπορούσες να αντισταθείς και από την οποία δε μπορούσες να φύγεις;

.....  
.....  
.....

#### 14. ΙΑΤΡΙΚΟ ΙΣΤΟΡΙΚΟ

14.1 Έχεις λάβει ποτέ θεραπεία; Έχεις λάβει ποτέ θεραπεία εξαιτίας των φωνών; Τι είδους θεραπεία;

Έτος	Κλινική	Είδος θεραπείας	Διάρκεια	Αιτία θεραπείας (φωνές ή κάτι άλλο)

14.2 Με ποιον/α θεραπευτή/τρια έχεις μιλήσει για τις φωνές;

.....  
.....  
.....

14.3 Τι έκανε ο/η θεραπευτής/τρια σχετικά με τις φωνές;

.....  
.....  
.....

## **15. ΚΟΙΝΩΝΙΚΟ ΔΙΚΤΥΟ**

Η επαφή με τους άλλους είναι σημαντικό κομμάτι της ζωής μας. Θα ήθελα να σε ρωτήσω για τους ανθρώπους με τους οποίους έχεις προσωπική σχέση και για οποιοδήποτε άλλο πρόσωπο θεωρείς σημαντικό για σένα. Η σειρά δεν είναι σημαντική και δεν είναι υποχρεωτικό να δώσεις πλήρη ονόματα. Αρχικά ή περιγραφές του τύπου «ο γιος μου» είναι αρκετές.

	<b>Όνομα</b>	<b>Γνωρίζει για τις φωνές Ναι/Όχι</b>	<b>Μιλά για τις φωνές Ναι/Όχι</b>
1			
2			
3			
4			
5			
6			
7			
8			