

# Maastrichts Stemmen Horen Interview

Naam geïnterviewde: .....

Adres: .....

.....

Telefoonnummer: .....

Leeftijd: .....

Samenstelling gezin of leefgroep .....

Wat voor werk/studie/opleiding doe je? .....

Datum interview: ..... Jaar: .....

Naam interviewer: .....

Dossiernummer: .....

## 1 Aard van de ervaring/beleving

Dit interview gaat over stemmen horen. We zullen van alles over het horen van stemmen vragen. We denken dat jij veel over de stemmen weet en met dit interview willen wij je ervaringen met de stemmen zo duidelijk mogelijk opschrijven.

- 1.1** Dit interview gaat dus over het horen van stemmen die andere mensen niet kunnen horen. Hoor je ook weleens zulke stemmen? Kun je iets vertellen over jouw stemmen? Hoeveel stemmen hoor je? Hoelang hoor je deze stemmen al?

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

Hoeveel stemmen ..... nu ..... begin

- 1.2** Zie je ook beelden als je stemmen hoort? Ruik, proef je bepaalde dingen die anderen niet ervaren? Voel je je ook weleens aangeraakt terwijl er niemand is die dat veroorzaakt?

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

- 1.3** Hoor je de stemmen van buiten komend, in het hoofd, of vanuit je lichaam? Komen de stemmen vanuit bepaalde voorwerpen?

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

- 1.4** Denk je dat je het zelf bent of dat het een ander is die je hoort? Waarom denk je dat?

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

- 1.5** Komen de stemmen alleen 's nachts of ook overdag?

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

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

1.6 Spreekt de stem je aan in de eerste, tweede of derde persoon? Spreken de stemmen ook met elkaar? Over jou en ook over anderen? Spreek je met de stemmen?

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

Door interviewer te concluderen: heeft het stemmen horen kenmerken van een hallucinatie, of zijn de stemmen 'slaapgerelateerd'? Het gaat hier om de waarneming, niet om de interpretatie. De geïnterviewde

- 1 hoort stemmen die anderen niet kunnen horen ja / nee
- 2 beleeft stemmen als 'ik-eigen' (1) of 'ik-vreemd' (2) 1 / 2
- 3 heeft uitsluitend slaapgerelateerde stemmen ja / nee

## 2 Karakteristieken van de stemmen

2.1 Kun je me helpen je stemmen in kaart te brengen? Hoeveel stemmen hoor je? Welke namen hebben ze of heb jij ze gegeven? Hoe oud zijn ze? Zijn het mannen, vrouwen, kinderen of hebben ze geen geslacht? Zijn ze vriendelijk of onvriendelijk? Hoe vaak hoor je ze? Continu, dagelijks, een paar keer per week of minder? In de onderstaande tabel worden de stemmen ieder apart beschreven.

Nr.	Naam	Leeftijd	Geslacht	Toon	Frequentie
1					
2					
3					
4					
5					
6					

**2.2** Lijken de stemmen op mensen die je kent? Zo ja, op wie?

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

### 3 Geschiedenis van het stemmen horen

**3.1** Nu wil ik even teruggaan naar het moment dat je voor het eerst stemmen bent gaan horen. Je was toen.....jaar. Beschrijf die tijd eens. Weet je nog of er iets bijzonders is gebeurd toen je voor het eerst de stem(men) hoorde?

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

**3.2** Omstandigheden bij het begin van het stemmen horen. Heb je ooit volgende gebeurtenissen meegemaakt? Ben je toen stemmen gaan horen of reageerden de stemmen, werden ze bijvoorbeeld negatief?

Bij dit lijstje gaat het er alleen om of je de gebeurtenis hebt meegemaakt (ja/nee) en of je bij die gebeurtenis stemmen bent gaan horen of dat de stemmen veranderd zijn. Het gaat er dus om een overzicht van je leven te maken en als tweede onderwerp of je toen stemmen bent gaan horen. [Een overzicht maken en nog geen therapie doen.]

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

Gebeurtenissen/omstandigheden		ja/nee	Relatie met de stemmen? ja/nee
<b>Stressvolle omstandigheden in de levenssituatie</b>	Voor het eerst alleen gaan wonen?		
	Ben je ooit ernstig gepest?		
	Verandering in je werk (dreiging van ontslag; arbeidsongeschikt verklaard; gepensioneerd)?		
	Het laatste kind is de deur uit gegaan?		
	Zijn er of waren er veel ernstige ruzies of spanningen thuis?		
	Financiële schulden of financiële moeilijkheden?		
<b>Dood en ziekte</b>	Lichamelijk letsel of ernstige ziekte gekregen?		
	Opgenomen in een ziekenhuis. Narcose gehad?		
	Opgenomen in een psychiatrisch ziekenhuis?		
	Een dierbare bekende (partner, ouder, kind) is overleden?		
	Ernstige ziekte van een geliefd persoon?		
	Een ernstig ongeluk gehad of gezien?		
	Suicide poging gedaan, of meegemaakt van een geliefd persoon?		
<b>Liefde en seksualiteit</b>	Gescheiden of een intieme relatie beëindigd?		
	Ongewenst zwanger geweest? Abortus?		
	Problemen met de menstruatie?		
	Ben je ooit seksueel misbruikt? Heb je ooit ongewenst homoseksueel contact gehad?		
	Ben je langdurig fysiek mishandeld?		
	Heb je je afgewezen gevoeld?		
	Heb je ooit problemen gehad met homoseksualiteit? Zo als eigen wensen en/of ongewenste intimiteit?		
	Geconfronteerd met onverwachte veranderingen binnen de relatie, zoals eigen ontrouw of die van de partner?		
<b>Religie, spiritualiteit, mystiek of kosmische ervaringen</b>	Heb je ooit problemen gekregen binnen je religieuze kring?		
	Problemen in een sektarische gemeenschap, seances, satanische kerk of inwijdingsrituelen?		
	Heb je ooit een kosmische ervaring gehad (deel zijn van een groter geheel)? Een mystieke ervaring?		
	Een mystieke ervaring? (deel hebben aan een relatie met God)		
	Neem je medicatie of gebruik je drugs? Indien ja, welke? .....		

**3.3** Je hebt aangegeven dat de stemmen te maken met een of meerdere van de gebeurtenissen die we in de lijst bespraken? Ben je het daarmee eens?

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

**3.4** Heb je erover kunnen praten? Met wie? Praat je er nu nog weleens over? Heb je wraakgevoelens? Voel je je schuldig aan wat er gebeurd is? Wat zeggen de stemmen over die gebeurtenis?

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

**4 Triggers**

**4.1** Wanneer komen de stemmen? (Denk aan bepaalde tijden, 's nachts of overdag, plaatsen, op school of in bed, activiteiten, spelen of huiswerk.)

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

**4.2** Kun je aangeven of de stemmen komen als je bepaalde emoties voelt? Zo ja, wat doen ze dan?

Emotie reactie van de stemmen. Versterken ze het gevoel of helpen ze je als je ...?

- boos bent .....
- bang bent .....
- verdrietig bent .....
- moe bent .....
- jaloers bent .....
- niet weet wat je moet doen, twijfelt, onzeker bent .....
- je schuldig voelt .....
- verliefd bent .....
- je ongelukkig of rot voelt .....
- je alleen voelt .....
- heel blij en gelukkig bent .....
- als je ziet dat een ander seksueel opgewonden raakt .....
- als je zelf seksuele gevoelens krijgt .....

Kun je over emoties zoals angst, boosheid, verdriet, schuldgevoel praten? Doe je dat ook?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

**4.3** Zijn de triggers in de loop van de tijd veranderd (tijden, plaatsen, activiteiten en emoties)? Zijn de triggers verdwenen of ga je er nu anders mee om?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

## 5 Inhoud van de stemmen

- 5.1** Zijn het aardige stemmen? Wat zeggen ze als ze iets aardigs zeggen (bijvoorbeeld troosten, helpen, raad of advies geven)? Geef eens een voorbeeld van wat de stemmen zeggen.

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

- 5.2** Zijn het akelige stemmen? Wat zeggen ze dan voor akeligs (bijvoorbeeld: geven opdrachten wat je moet doen, schelden je uit, geven commentaar, chanteren je)? Kun je hier een voorbeeld van geven?

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

- 5.3** Praten de stemmen over bepaalde thema's of personen? Wat zeggen de stemmen dan?

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

## 6 Interpretatie van de stemmen

- 6.1** Waar denk jij dat jouw stem(men) vandaan komt (komen)?

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



**6.2** Waar denk jij dat stemmen horen mee te maken heeft?

- Godsdienst (duivel, God, Maria, Jezus, engelen)
- Geesten of spoken
- Een (bijzondere) gave (toekomst kunnen voorspellen of gedachten van andere mensen kunnen lezen)
- De emoties van anderen
- Een ziekte
- Een of meerdere deelpersonen van jezelf
- Entiteiten
- Denk je dat de stemmen van een andere wereld komen? (geesten- of sprookjeswereld)
- Hangt samen met stressgevoeligheid
- Anders.....

**6.3** Is jouw interpretatie over jouw stemmen in de loop van de jaren veranderd?

## 7 Invloed van de stemmen

**7.1** Welke invloed hebben de stemmen op jou in het dagelijks leven? Hebben ze een positieve invloed? (Behulpzaam, inspirerend, adviserend.) Welke emoties roepen ze op (geluk, blijdschap)? Geef een voorbeeld.

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

**7.2** Welke negatieve invloed hebben de stemmen op je dagelijks leven? (Dingen verbieden; kritiek en/of opdrachten geven; chanteren; het denken overnemen; maken je boos, verdrietig, bang of in de war; maken dat je ruzie gaat zoeken; maken sociale contacten onmogelijk.) Welke emoties roepen de stemmen daarbij op? Geef een voorbeeld.

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

**7.3** Ervaar je de stemmen als overwegend positief of negatief? Kun je uitleggen waarom?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

**7.4** Wat zou er veranderen in je leven als je de stemmen niet meer zou horen?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

## 8 Relatie tussen stemmenhoorder en de stemmen

**8.1** Hoe liggen de machtsverhoudingen tussen de stemmen en jou? Zijn de stemmen de baas of ben jij het? Geef eens een voorbeeld waarin jij de baas bent en een waarin de stem de baas is. [Navragen per stem.]

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

**8.2** Luister je naar wat de stemmen zeggen? Kun je met de stemmen communiceren en/of argumenteren? Luisteren de stemmen naar wat jij zegt? Houden ze er ook rekening mee? Geven ze je weleens gelijk? Kun je van elk een voorbeeld geven?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

8.3 Geven de stemmen opdrachten? Voer je die uit? Op welke manier ga je met die opdrachten om?

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

8.4 Stel je je weleens open voor de stemmen? Roep je de stemmen weleens? Wanneer doe je dat dan? Komen ze dan ook?

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

8.5 Kun je je voor de stemmen afsluiten of ze begrenzen? Hoe reageren de stemmen?

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

## 9 Coping

9.1 We zouden nu graag van je weten wat je precies doet als je de stemmen hoort.

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

9.2 Loop het lijstje na en kijk of je een van de andere mogelijkheden herkent.

Strategieën		Ja/nee
<b>Actieve strategieën</b>	De stemmen wegsturen of 'stop' zeggen	
	Alleen naar de positieve stemmen luisteren	
	Afspraken maken met de stemmen	
	Goed luisteren/zich concentreren op wat de stemmen zeggen	
	Selectief luisteren	
	Grenzen stellen	
	Iets gaan doen	
	Praten met de stemmen	
	Praten over de stemmen	
	Je voor de stemmen afsluiten	
	Afleiding zoeken (lezen, tv-kijken)	
	Iets opschrijven over de stemmen (dagboek)	
<b>Passieve strategieën</b>	Net doen of ze er niet zijn/negeren	
	Gedachten afleiden	
	Naar iemand toe gaan of iemand opbellen	
	De stemmen ontvluchten: van een bepaalde situatie/plaats weglopen voor de stemmen	
	Schelden tegen de stemmen	
	Bepaalde handelingen of rituelen uitvoeren	
	Ontspanningsyoga of ontspanningsoefeningen	
	Medicijnen innemen	
	Alcohol of drugs gebruiken	
Eten of snoepen		

9.3 Wat doe je het meest? Hoe vaak doe je dat? Helpt het? Waarom eventueel niet altijd? Vind je dit actief of passief? Is het in de loop van de tijd veranderd? Waarom?

.....

.....

.....

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

Heb je eerder wat gedaan wat toen hielp? Hoe komt het dat je dit niet meer toepast?

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

**Door interviewer in te vullen:**

Is er enige controle over de stemmen? Door welke techniek?  
Alserweinigofgeencontroleis, dankortetermijntechniekenuitleggen.

## 10 Ervaringen tijdens de kindertijd

**10.1** De volgende vragen gaan over je kindertijd. De jeugdijaren kunnen voor mensen heel verschillend verlopen; de een kijkt graag terug naar deze tijd, terwijl een ander zijn/haar jeugd en kindertijd liever zo vlug mogelijk vergeet. Hoe kijk je terug op je kindertijd?

Was je kindertijd stressvol (akelig)? Of was je kindertijd juist heel plezierig? (doorvragen)

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

**10.2** Voelde je je thuis veilig? Zo nee, waarom niet? Voelde je je buiten het gezin veilig? Zo nee, waarom niet?

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

**10.3** Ben je als kind ooit mishandeld? Thuis? Buiten het gezin?

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

**10.4** Ben je ooit als kind op een vreemde manier gestraft (opgesloten in toilet, vastgebonden)?

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

**10.5** Ben je ooit als kind of tiener vaker uitgescholden, of gekleineerd? Had je het gevoel ongewenst te zijn, of nooit iets goed te kunnen doen?

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

**10.6** Ben je ooit getuige geweest van mishandeling van een ander familielid? Of van iemand buiten je familie?

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

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

**10.7** Ben je ooit getuige geweest van seksueel misbruik van een ander familielid?

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

**10.8** Heeft iemand met jou seksuele handelingen gepleegd tegen je wil in, waar-  
tegen je je niet kon verzetten of waaraan je niet kon ontkomen?

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

## 11 Hulpverleningsgeschiedenis

**11.1** Ben je ooit in contact geweest met de hulpverlening in de ggz? Met welke  
hulpverleners heb je over de stemmen gepraat?

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

**11.2** Wat heeft die hulpverlener gedaan in verband met de stemmen?

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

## 12 Sociaal netwerk



**12.1** Contacten met andere mensen zijn een belangrijk onderdeel van het leven. Wil je mensen noemen met wie je persoonlijke banden onderhoudt en die belangrijk zijn voor je (familie, vrienden enzovoort)? De volgorde is niet zo belangrijk en je hoeft ook geen volledige namen te noemen. Voorletter of iets als 'mijn zoon' is voldoende.

Nr	Naam	Hij/zij weet dat ik stemmen hoor	Praat over de stemmen	Hoe vaak?
01		ja/nee	ja/nee	
02		ja/nee	ja/nee	
03		ja/nee	ja/nee	
04		ja/nee	ja/nee	

**12.2** Als er weinig over de stemmen gepraat wordt, hoe komt dat dan? (Angst, schaamte, niet meer interessant enzovoort.) Heb je het gevoel dat in jouw omgeving iedereen accepteert dat je stemmen hoort die andere mensen niet kunnen horen?

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

**12.3** Denk je dat we iets vergeten zijn? Of is er nog iets wat je wilt zeggen?

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