

Prof. Dr. M.A.J. Romme
Dr. A. Escher

HET MAASTRICHTS INTERVIEW voor kinderen en jeugdigen (MIK)

Stemmen horen is een individuele ervaring die heel indringend kan zijn en veel invloed kan hebben in het dagelijks leven. De ervaring is vaak verwarrend, alleen al vanwege de aanwezigheid van de stemmen. Het is bijvoorbeeld moeilijk om door de stemmen te worden toegesproken en tegelijkertijd te luisteren naar de mensen om je heen. En dan is er nog de vraag hoe je, dat wat de stemmen zeggen, moet waarderen.

In 1987 werd door beide auteurs aan de hand van de ervaringen van volwassen stemmenhoorders een gestructureerd interview ontwikkeld voor een dialoog over de stemmen. Dit werd gebruikt voor onderzoek en het werd ontwikkeld tot een instrument dat in de therapeutische setting te gebruiken is. Het interview heeft elf onderwerpen. Met hulp van de kinderpsychotherapeute mevrouw Gijssen-Pinckards pasten we het interview aan voor kinderen en jeugdigen. We gebruikten het in onze driejarige vervolgstudie bij tachtig kinderen van acht tot en met achttien jaar. De helft van deze kinderen was vanwege de stemmen in reguliere behandeling; de andere helft was niet in behandeling. De kinderen werden met een jaar ertussen, vier maal geïnterviewd. In het vierde interview hoorde 60% van de kinderen geen stemmen meer.

In dit artikel zullen we uitgebreid ingaan op het interview, aan de hand van voorbeelden de aard van onderwerpen toelichten en onderzoekscijfers voor zichzelf laten spreken. Bijna alle interviews werden thuis gedaan in aanwezigheid van één ouder of van beide ouders. Onderzoeksopzet en conclusies zijn in twee apart artikelen opgenomen.

Het was een patiënte die de eerste aanzet gaf tot een andere houding ten aanzien van stemmen horen. Deze patiënte hoorde stemmen die haar domineerden. Ze voelde zich machteloos en werd suïcidaal. Het duurde een jaar voordat ze haar psychiater Marius Romme kon overtuigen dat de stemmen voor haar echt waren. De heersende psychiatrische benadering was toen nog om niet op de stemmen in te gaan, onder andere omdat het mensen meer in de war zou brengen.

De consequentie van de acceptatie was dat de patiënte er met andere mensen met dezelfde ervaring, over zou moeten kunnen praten. Dit idee werd getoetst. Over de ervaring praten ging heel goed, maar deze patiënten werden eveneens machteloos gemaakt door de stemmen. Er moest dus iemand gevonden worden die wel met de stemmen om kon gaan. Er werd een oproep gedaan in het populaire tv programma 'Sonja op Maandag'. Via de stichting Korrelatie kwamen ongeveer 500 reacties binnen, zowel van mensen die niet met hun stemmen overweg konden als van mensen die stemmen hoorden, goed functioneerden en nooit patiënt geweest waren. Er werd een enquête gemaakt en een pilotstudy gedaan, waarvan de belangrijkste conclusies waren dat er niet-patiënten zijn die stemmen horen en ermee om kunnen gaan, dat de

stemmen vaak komen naar aanleiding van een trauma of van een machteloos makende situatie en dat de stemmen waarschijnlijk iets te zeggen hebben, ze boodschappers zijn. (Romme en Escher, 1989, 1996, 1999, 2000, Romme e.a. 1992). Deze elementen: de acceptatie van de stemmen, over de stemmen leren praten, met de stemmen leren omgaan en de boodschap leren begrijpen zijn vier facetten die uit het Maastrichtse interview naar voren komen. Het zijn allemaal elementen die in een therapieproces aandacht moeten krijgen.

Het Maastrichtse interview is in de eerste plaats bedoeld als een dialoog, als een gesprek over de ervaring waarbij zowel de geïnterviewde als de interviewer kennis opdoen. Het is een open dialoog waarin ervaringen worden uitgewisseld en nog geen conclusies worden getrokken. Stemmenhoorders hebben de ervaring dat als ze over hun stemmen beginnen te praten, de omgeving dit afhoudt of niet goed weet wat ze er mee moeten doen. Ook in de therapeutische setting is er lang niet altijd aandacht voor de waarde van het verhaal over de ervaring of de ervaring wordt negatief gelabeld. Dat is begrijpelijk.

Stemmenhoorders die hulp zoeken, komen er zelf niet uit. Hulpverleners kunnen doordat een vrij negatief beeld over de ervaring krijgen. Ze ontmoeten immers geen 'niet-patiënten'. Toch zijn die er wel, zelfs twee keer zoveel als mensen die in behandeling zijn. Er zijn diverse onderzoeken bij volwassen niet-patiënt populaties gedaan en verscheidene epidemiologische onderzoeken zowel bij volwassenen als bij kinderen (Sidgwick, 1894; West, 1948; Green, 1973; Posey en Losch, 1983; Bentall en Slade, 1985; Young et al., 1986; Romme en Escher 1989; Tien, 1991; Barrett en Etheridge, 1992; McGee, 2000, Bijl, Ravelli en Van Zessen, 1998).

Uit deze onderzoeken blijkt dat er mensen zijn (ongeveer 2% van de bevolking) die goed functioneren en die geen behoefte hebben aan hulpverlening. De meeste 'normale' stemmenhoorders zijn niet zo maar bereid om over hun stemmen te praten, omdat onze westerse samenleving weinig tolerant is ten aanzien van dit soort ervaringen. Ze worden meestal in relatie gebracht met ziekte.

Het Maastrichtse interview kan stemmenhoorders een idee geven over de structuur in hun ervaring. Ze leren er over na te denken. Gestructureerd in een verhaal met een begin en een eind, wordt het mogelijk het aan andere mensen begrijpelijk te maken. De vragen kunnen bovendien nieuwe vragen oproepen, over dingen waar nooit eerder over nagedacht is, zoals triggers of coping-mechanismen. Voor therapeuten kan het interview informatie geven over een mogelijke relatie met de levensgeschiedenis van de betrokkene, achterliggende problematiek, invloed van de stemmen in het dagelijks leven, machtsrelatie met de stemmen en de wijze waarop er met de stemmen wordt omgegaan. De elf interviewonderwerpen en de soort informatie die ze kunnen opleveren, willen we aan de hand van kwalitatieve en kwantitatieve voorbeelden uit het kinderonderzoek illustreren. De term kind en respondent zal worden gebruikt en met beide wordt de onderzoeks-populatie van 80 kinderen en jongeren van acht tot en met achttien jaar bedoeld.

Aard van de ervaring

De vragen van het eerste onderwerp gaan over de aard van de ervaring: is er sprake van auditieve hallucinaties en zijn er behalve stemmen ook nog andere ervaringen. Gevraagd wordt:

- of de stemmen al of niet in het hoofd of door de oren gehoord worden;
- of de stemmen ik-vreemd of ik-eigen zijn;
- of ze al of niet slaapgebonden zijn (of ze komen bij het inslaapvallen of wakker worden).
- of er andere belevingen zijn, zoals beelden zien, aura's, geluiden of muziek horen;
- of er met de stemmen kan worden gesproken in termen van een dialoog.

Alle 80 respondenten uit het kinderonderzoek horen stemmen die ik-vreemd zijn en niet alleen slaap gebonden. De meeste hebben er ook een redenatie voor zoals: 'het is een ander, want zulke stomme dingen zeg ik niet' of 'ik hoor twee stemmen. Ik kan zelf niet twee stemmen tegelijkertijd zijn'. Alle respondenten geven aan dat anderen de stem niet kunnen horen. De meeste hebben dat in hun omgeving nagevraagd. Er is slechts één kind dat denkt dat een andere het soms ook kunnen horen, maar die ander heeft hij nooit ontmoet.

De meeste kinderen horen de stemmen overdag en in hun hoofd. Meer dan de helft van de kinderen ziet ook beelden.

Aard van de ervaring?

- hoort de stemmen alleen in hun hoofd 67%
- door de oren 33%
- zowel overdag als slaap gerelateerd 27%
- alleen overdag 73%

Andere ervaringen:

- ziet beelden 65%
- ziet beeld en hoort geluid of stem 39%

De beelden die de kinderen zien variëren van vage schaduwen tot heel duidelijke beelden. Niet alle beelden zijn angstwekkend. In dit onderzoek is het accent gelegd op stemmen horen. Er zijn geen kwantitatieve cijfers over de interpretatie van beelden, maar meer een indruk over de ervaringen vanuit de interviews. In de interviews kwam naar voren dat vaak de eigen interpretatie van de beleving angst kon veroorzaken. Sommige kinderen vertelden aura's te zien, waar ze aanvankelijk bang voor waren, omdat ze niet wisten wat die kleuren betekenden. Angstig worden hangt niet alleen samen met het beeld dat men ziet, maar de associatie die men maakt. Een meisje bijvoorbeeld was bang van skeletten, die hun hoofd in de knik van hun elleboog hielden, terwijl een ander meisje niet bang was van beesten die aan stukken waren gesneden en die bloedden.

De helft van de respondenten hoort niet alleen stemmen maar ook geluiden zoals piepen van een deur, kraken van een hekje of muziek.

Karakteristieken van de stemmen

Onder dit kopje wordt uitgebreid gevraagd naar de eigenschappen van de stemmen van de vijf belangrijkste stemmen. Bij iedere stem wordt gevraagd of deze een naam heeft, welk geslacht de stem heeft, de leeftijd van de stem, de toonzetting van de stem en hoe vaak de stem gehoord wordt. Vervolgens wordt gevraagd of de stem op iemand lijkt die ze kennen. Deze vragen worden gesteld omdat uit onderzoek bij volwassen stemmenhoorders naar voren kwam dat:

- stemmen met een duidelijke identiteit een aanwijzing kunnen geven over een ervaren trauma of machteloos makende levenssituatie;
- karakteristieken zoals leeftijd en geslacht van de stemmen een aanwijzing kunnen geven over de identiteit van de persoon die bij het trauma betrokken is;
- stemmen ook positief kunnen zijn en raad en advies kunnen geven;
- stemmen met een duidelijke identiteit bieden ook de mogelijkheid om duidelijker een eigen mening tegenover die van de stemmen te ontwikkelen.

Voor therapeuten kunnen de karakteristieken van de stemmen informatie geven over de aard van het trauma of de personen die erbij betrokken zijn. Twee voorbeelden. Een jongen vertelde de stem van zijn leraar te horen. Het achterliggende probleem bleek in de relatie tussen de jongen en deze leraar te liggen. De vader van de jongen was als beroeps militair naar Bosnië uitgezonden. De jongen bleek niet in staat dit aan te kunnen. Na het vertrek van de vader sprak hij nooit meer over hem. Toen hij een keer op school probeerde er toch over te vertellen, maakte de leraar hem voor de klas belachelijk. Niet lang daarna ging hij de stem van die leraar horen die hem aanzette tot ruzie maken. Een meisje werd aangerand door de buurjongen en twee van zijn vrienden. Ze ging stemmen horen die qua leeftijd, geslacht en ook in dat wat ze zeiden op de ouders leken.

Uit ervaringen met het interview bleek dat de interviewer niet te snel conclusies moet trekken als er ogenschijnlijk duidelijke karakteristieken zijn. Het is beter het interview helemaal af te maken en dan pas te interpreteren. Een 11-jarige jongen hoorde een mannen- en een vrouwenstem die over hem gingen ruziën. Op school bijvoorbeeld als hij het antwoord op een vraag niet wist, gaf de mannenstem een onjuist advies, de vrouwenstem zei dan dat het advies niet juist was en de man en de vrouw kregen vervolgens ruzie, waarop de jongen verward werd. Tijdens het interview werd de jongen gevraagd of de vrouwenstem altijd gelijk had. 'Meestal wel' antwoordde hij 'maar niet in het verkeer'. Nog geen vijf minuten later vertelde zijn moeder liever geen auto te rijden omdat ze niet zo handig in het verkeer was. Er leek een link tussen ouders en kind te liggen, maar in de loop van het onderzoek bleken de stemmen echter samen te hangen met zijn intelligentieniveau en zijn schoolprestaties en niet met zijn ouders.

Uit de analyses kwam naar voren dat het aantal stemmen geen invloed had op het ermee kunnen omgaan of op het verdwijnen van de stemmen. Het is dus niet zo dat een kind gemakkelijker met minder stemmen om kan gaan of dat één stem eerder verdwijnt. In het eerste interview bleek dat de meeste kinderen tussen de twee en de vijf stemmen hoorden.

Aantal stemmen:

- | | | |
|----------------------------------|-----|-----|
| • één stem | | |
| | 21% | |
| • tussen de twee en vijf stemmen | | 37% |
| • tussen de zes en tien stemmen | | 17% |
| • meer dan tien stemmen | | 20% |
| • wisselend aantal stemmen | | 5% |

Behalve naar het aantal werd ook naar de karakteristieken van de stemmen gevraagd. De meeste kinderen hoorden steeds dezelfde, meestal mannelijke stemmen. Minder dan de helft van deze stemmen had een naam.

De respondenten hoorden::

Steeds dezelfde stem(men) 70%

Tussen de 60 en 70% van de stemmen was een mannenstem van iemand tussen de 30 en 40 jaar (ongeveer de leeftijd van de vader)

De stem had een naam 40%

Over de identiteit van de belangrijkste stem vertelden respondenten:

Identiteit van de belangrijkste stem:

- Onbekende 65.4%
- Vader 2.5 %
- Moeder 1.2 %
- Zus/broer 2.4 %
- Opa 2.5%
- Oma 2.5%
- Overleden persoon. 2.5%
- Zichzelf 4.9%
- Leraar 1.2%
- vriend(in) 1.2%
- Buitenaards wezen/computer 3.7%
- Anders (Metalen mannetje, spook, geest of beest) 9.9%

Een van de karaktereigenschappen is de toon van de stemmen.

De toon van de stemmen was:

- Vriendelijk
25%
- Boos of onaangenaam
50%
- Neutraal (ze riepen geen emotie bij de respondenten op)
25%

Hoe vaak worden de stemmen gehoord? Uit de analyses blijkt dat de frequentie van de stemmen een predictor is voor het al dan niet verdwijnen van de stemmen. Hoe vaker de stemmen gehoord worden, hoe kleiner de kans dat ze verdwijnen.

Frequentie van de stemmen:

- Dagelijks
60%
- Continu
Ieder uur
10%
13%
- Wekelijks (variërend van één keer tot een paar keer per week)
20%
- Maandelijks (variërend van één keer tot een paar keer per maand)
3%
- Wisselend (dan komen de stemmen veel en dan weer minder voor)
17%

Triggers

In het interview zijn twee categorieën triggers onderscheiden. De eerste categorie is gerelateerd aan plaats, tijd of activiteit. Meestal is het niet moeilijk om over deze triggers te praten. De tweede categorie is gerelateerd aan emoties zoals blij zijn, boosheid, angst, verdriet, vermoeid zijn, twijfel, jaloezie. Praten over emoties is moeilijker omdat dit eveneens emoties kan oproepen. Door de indeling in categorieën wordt een gesprek over triggers opgebouwd. In de praktijk blijkt er vaak een combinatie van de triggers plaats, tijd en emoties te zijn. Zo waren een aantal respondenten 's avonds bang in het donker in hun slaapkamer of bang om alleen buiten te zijn.

Wanneer vragen in de rubriek triggers met 'ja' beantwoord worden, kan dit aangeven dat er problemen op dit specifieke gebied zijn. In de hulpverlening is het dan goed om na te

gaan of er een relatie is tussen de trigger en bepaalde problematiek. Bijvoorbeeld in het onderzoek waren er nogal wat respondenten waarbij de stemmen op school kwamen. Deze kinderen bleken op school dan ook problemen te hebben. Ze werden door medeleerlingen gepest of door een leerkracht onheus behandeld. Een meisje dat slecht hoorde werd door haar leraar op de achterste schoolbank gezet, waardoor ze helemaal niet meer verstond wat hij zei. Ze had des te meer tijd om met de stemmen bezig te zijn. Een aantal respondenten bleek capaciteitsproblemen te hebben. Hun onvermogen om met de leerstof om te gaan kon resulteren in agressief gedrag. De machteloosheid die met dit onvermogen samengaat, is een emotie die de stemmen nogal eens versterken. Bij verandering van de trigger konden de stemmen verdwijnen. Zo verdwenen bij een aantal respondenten de stemmen nadat ze van school veranderd waren en naar een school gingen die beter bij hun capaciteiten paste. De stemmen konden ook verdwijnen als een kind van de basisschool naar de middelbare school ging. Doordat de kinderen vier keer werden geïnterviewd, ontstond er een zekere vertrouwdheid met de onderwerpen. Zowel kinderen als ouders gingen erover na denken. Voor een moeder werd de relatie tussen stemmen en de problemen op school zo overduidelijk dat ze na afloop van het interview zelf veronderstelde dat de stemmen deze in daarop volgend jaar, als haar kind naar de middelbare school zou gaan wel eens zouden kunnen verdwijnen. Deze moeder kreeg gelijk. Meer inzicht in de triggers geeft meer mogelijkheden om steun te organiseren zoals het meisje dat stemmen hoorde en ook beelden zag in haar slaapkamer. Ze was bang om alleen naar boven te gaan. Het werd in de familie zo geregeld dat haar vader iedere avond naar de slaapkamer ging, die inspecteerde op eventuele stemmen en/of beelden. Als hij beneden kwam, vertelde hij aan zijn dochter dat hij niets gezien had. Het meisje ging dan gerustgesteld naar bed. Alleen 's winters als het vroeg donker werd ontstond er een probleem. Het meisje was dan bang om alleen onder de douche te gaan, maar geen van de gezinsleden had zin om in de kou in het donker de wacht te houden tot ze klaar zou zijn. Er werd een compromis gevonden. 's Winters riep de moeder het meisje om vier uur binnen, dan had ze ruim de tijd om bij daglicht te douchen. Ondersteuning, zoals bij dat meisje, is van belang zolang die redelijk blijft. Als het grenzen overschrijdt komt er een probleem bij, zoals bijvoorbeeld bij ouders die hun kind in hun bed lieten slapen iedere keer als het bang was. Er was een vader die klaagde dat zijn dochter van tien al vier jaar tussen zijn vrouw en hem insliep. Ze werd steeds groter, ging breder in bed liggen, ze had het snel te warm had en verdroeg vaak geen dekbed. Kortom ze werd een dochter die zowel zijn huwelijks- leven als zijn slapen domineerde.

Emotionele triggers

In het interview staat een rijtje met emotionele trigger dat systematisch gevolgd moet worden. Door deze systematiek kunnen er onverwachte feiten naar voren, waardoor het gedrag van de kinderen door de omgeving beter begrepen kan worden. Bij iedere emotie wordt eerst gevraagd of de stemmen komen om vervolgens te vragen wat de stemmen doen: of ze die emotie afdempen of versterken in positieve of in negatieve zin. De vragen geven dus niet alleen inzicht in de aanwezigheid of afwezigheid van de stemmen, maar ook over de reactie van de geïnterviewde erop. Er zijn respondenten die vertellen dat als ze boos zijn, de stem hen helpt door bijvoorbeeld te zeggen: 'Is dit nu wel verstandig. Moet je nu zo boos zijn'. Er zijn ook kinderen die vertellen dat als ze boos zijn, de stem hen nog bozer kan maken. De stem kan er dan ook voor zorgen dat ze te ver gaan. Een mooi, tenger meisje vertelde zo boos te kunnen worden dat ze in een winkel een vrouw over haar winkelwagentje trok. Bij de emotionele triggers geldt hetzelfde als bij de andere triggers. Als de stemmen komen bij bepaalde emoties, kunnen er problemen zijn met die emoties. Om een voorbeeld te geven. Max is 11 jaar. Hij is nooit in behandeling geweest vanwege de stemmen. In het eerste interview vertelde Max dat hij heel boos kon worden en daar bang voor was, omdat hij dan het liefst ging vechten. Hij wist dat hij zo sterk was dat hij die ander waarschijnlijk in elkaar zou slaan. Met deze redenatie zette Max zichzelf klem. In plaats van zelf boos te worden, maakte hij anderen boos.

In het derde onderzoeksjaar kreeg Max toevallig een klassenleraar die hem hielp. Max legde hem uit dat een van zijn klasgenoten hem treiterde en dat hem dat zo ontzettend boos maakte dat hij geen raad wist met die boosheid. Hij was bang dat als hij ging vechten hij de jongen in elkaar zou slaan. De leerkracht nodigde Max en de klasgenoot uit voor een gesprek. In zijn bijzijn moesten beide jongens hun ruzies en de aanleiding daartoe bespreken en tot een compromis komen. Ze moesten daarop elkaar de hand schudden en zich aan gemaakte afspraken houden. Dit systeem werkte goed. Iedere keer als Max boos werd en dat voor zijn gevoel niet kon uiten, consulteerde hij de leerkracht. Als hij thuis erg boos werd, ging hij uit zichzelf naar zijn kamer tot hij gekalmeerd was. In het laatste interview vertelde Max dat hij via een interne dialoog beter met zijn boosheid om kon gaan. Als hij boos werd zei hij tegen zichzelf: 'Ga maar gauw zitten, anders wordt het alleen maar erger'.

In het onderzoek bleek dat een aantal kinderen de omgang met emoties niet in hun omgeving konden leren. Ze zochten hulp en leerden het via een assertiviteitstraining bij de RIAGG. Ze ontploften niet meer, of sloten zich niet af, maar leerden eerder hun ongenoegen uiten.

Opvallend was dat niet alleen de aanwezigheid, maar ook de afwezigheid van bepaalde emoties op de aanwezigheid van bepaalde problematiek kan duiden. Zo vertelde een meisje vertelde dat ze nooit boos kon worden. 'Als ik boos wil worden dan komen de stemmen; ik word dus nooit boos'. In groepstherapie leerde ze die emotie voelen. Ze moest dan aan anderen uitleggen wat er gebeurde, waarom het gebeurde en waarom ze niet kon reageren. Ze moest dat net zolang herhalen tot ze de boosheid ook voelde. Bij de triggers twijfel en onzekerheid namen de stemmen nogal eens de beslissingen over en dat kon dan heel vergaande consequenties hebben. Zoals het meisje dat vertelde alleen nog zwarte kleren te kopen. 'Dat willen de stemmen', vertelde ze, 'Ik vind zwart niet eens mooi.' Een jongen vertelde dat de stemmen bepaalden welk beleg hij op zijn brood moest doen. Het begon bij hem met naar een advies luisteren en het eindigde in totale dominantie. Hij kon alleen nog maar eten wat de stemmen zeiden dat hij moest eten.

Het omgekeerde is ook mogelijk: dat het kind de stem om advies vraagt. Er zijn respondenten die, als ze geen raad weten wat ze aan moeten doen, de stem oproepen en dan advies vragen. Deze kinderen blijven even stilstaan bij het advies om erover na te bedenken of ze het wel willen gebruiken, of het advies hen bijvoorbeeld niet in de problemen brengt. De kinderen die op deze manier met de stemmen omgaan zijn meestal geen patiënt.

De triggers plaats, tijd en activiteit scoorden minder vaak dan de emotionele triggers.

De stemmen komen:

- op hun eigen kamer of op school 52%
- bij activiteiten zoals huiswerk maken of buiten spelen 44%
- op specifieke tijden zoals in het weekeinde of bij het naar bed gaan 38%

Bij de emotionele triggers scoorden angst, boosheid, verdriet hoog. Bijna de helft van de kinderen vertelde dat de stemmen kwamen als ze alleen waren. In het onderzoek werd alleen de aanwezigheid van triggers gemeten. 'Alleen zijn' is onder het kopje emoties gerekend. Het is geen activiteit, geen tijd en geen plaats. Kinderen vertelde dat 'alleen zijn' twee verschillende soorten gevoelens op kon roepen. Het kon zowel angstig maken als het omgekeerde juist als heel prettig ervaren worden.

Emotionele triggers:

- Angst
- Boosheid 70%
- Verdriet 54%
- Alleen zijn 50%
- Twijfel 49%
- Onzekerheid 40%
- Zich ongelukkig voelen 46%
- Schuldig voelen 36%
- Vermoeidheid 35%
- 29%.

Geschiedenis van het stemmen horen

Uit Maastrichts onderzoek bij volwassenen stemmenhoorders (Romme en Escher, 1989) kwam naar voren dat 70% stemmen ging horen naar aanleiding van een trauma of een emotioneel overweldigende gebeurtenis. In het kinderonderzoek was daarom een van de onderzoeksvragen of dit bij kinderen ook het geval zou zijn. Bij volwassen bleek bovendien dat als stemmenhoorder een relatie kon leggen tussen de stemmen en een mogelijk trauma, dit een positieve invloed had op de omgang met de stemmen. Door een relatie te leggen tussen stemmen horen en de levensgeschiedenis worden de stemmen begrijpelijker en als minder vreemd ervaren.

Onder het kopje 'Geschiedenis van het stemmen horen' is een lijst opgenomen met achttien gebeurtenissen (life-events) die machteloos kunnen maken en als traumatiserend ervaren worden zoals het overlijden van bekenden, van school veranderen, scheiding ouders, etcetera. Het zijn gebeurtenissen waarvan volwassenen, kinderen en jeugdigen in een pilotstudy hadden aangegeven dat ze de aanleiding waren voor het begin van het stemmen horen. De lijst wordt systematisch doorgenomen, waarbij eerst gevraagd wordt of de respondent de gebeurtenis heeft meegemaakt en vervolgens of de stemmen daarna gekomen zijn of de respondent al stemmen hoorde en die toen van karakter veranderden.

Een meisje vertelde op haar zesde jaar stemmen te zijn gaan horen, ongeveer in de tijd dat haar oma overleed. De stemmen waren vriendelijk en ondersteunend. Op haar elfde veranderden de stemmen van toon. Ze werden heel negatief en geleidelijk aan destructief. Volgens het meisje was hier geen aanleiding voor. Voor aanvang van het

tweede interview testte ze de interviewster op haar betrouwbaarheid onder andere door te vragen hoe deze over hallucinaties en wanen dacht. Toen tijdens het interview de lijst met gebeurtenissen voor de tweede maal werd afgenomen, vertelde het meisje op haar elfde jaar te zijn aangerand door vrienden van haar eigen vriend. Ze had er nog nooit met iemand over durven praten. Ze dacht dat het haar eigen schuld was.

Een jongen, Wim, vertelde positieve stemmen te zijn gaan horen in de tijd dat er ongeveer tegelijkertijd meerdere gebeurtenissen plaats vonden. Het gezin verhuisde naar een tijdelijke woning. Wim ging van de basisschool naar de middelbare school. Hij had verwacht naar de school van zijn oudere broer te gaan, maar werd tot zijn teleurstelling niet toegelaten. Zijn lerares zou vergeten hebben dat door te geven. Een half jaar voor het eerste onderzoekscontact werden de stemmen negatief. De jongen begon zich heel agressief op school te gedragen. Via de schoolarts en de GGD werd geadviseerd aan het onderzoek mee te doen. In het interview vertelde Wim dat de stemmen zonder aanleiding negatief waren geworden. De interviewster vroeg Wim in de tijd terug te gaan. Was er een half jaar geleden iets speciaals gebeurd? Ineens herinnerden Wim en zijn moeder wat er gebeurd was. Wim had op het voetbalveld naast een vriend van zijn oudere broer gestaan. Deze vriend probeerde een bal tegen te houden en viel daarbij door een ruit. De jongen kreeg een slagaderlijke bloeding waaraan hij bijna overleed. Wim's moeder en zijn broer, die ook op het voetbalveld waren, boden eerste hulp terwijl Wim naar de parkeerplaats liep en regelde dat er plek vrij kwam voor de ambulance. In de volgende weken vertelden Wim's moeder en zijn broer vaak over wat ze gedaan hadden en ze vergaten Wim's aandeel te noemen.

Naar aanleiding van de herinnering aan dat ongeluk ontstond tijdens het interview tussen Wim en zijn moeder een discussie, waarin de moeder toegaf het zelf eigenlijk vreemd te vinden dat ze Wim niet meer bij de gesprekken betrokken had. Ook vond ze dat ze te weinig aandacht had geschonken aan wat Wim gedaan had. In het daarop volgende jaar verdween het agressieve gedrag van Wim op school en ook de stemmen verdwenen.

Van de kinderen die aan het onderzoek deelnamen vertelden 62% over een relatie tussen het stemmen horen en tenminste één trauma. Statistisch zien we dat respondenten met meerdere trauma eerder hulpverlening zoeken.

Aanleidingen voor het stemmen horen of voor verandering van de stemmen in vier onderscheiden categorieën:

Totaal	Aantal	Percentage
Confrontatie met de dood		
18	15%	
Problemen rond de thuissituatie		
Ernstige spanningen thuis met ouders en/of zusjes en broertjes	10	
Scheiding van ouders		6
Verhuizing		3
19	16%	
Problemen rond de schoolsituatie		
Capaciteiten problemen		9
Verandering van school		7
Gepest worden		3
19	16%	
Ander soort problemen/traumata		
Aanranding/verkrachting		4
Problemen met de lichamelijke gezondheid ziekenhuis opnames	4	
Geboorteletsel		2
Iets engs gezien		3

Afwijzing in de liefde	1
Abortus	1
Narcose	1
Verkeersongeluk met hersenletsel	1

17 15%

De invloed van de stemmen

Welke invloed hebben de stemmen in het dagelijks leven? Hebben ze alleen thuis invloed, alleen op school, alleen in sociale contacten of hebben ze invloed op alle niveaus? In deze rubriek staan dertien items. Uit de interviews bleek dat de stemmen de respondenten bang maakten, ze aan zetten tot ruzies maken, tot stelen, of stoorden tijdens het huiswerk maken. Toch was de invloed niet alleen maar negatief en konden de stemmen ook een positieve bijdrage leveren zoals advies geven. Opvallend was dat de helft van de respondenten behulpzame stemmen hoort. Een voorbeeld: 'Zou jij niet eens je huiswerk gaan maken; je moet zo naar bed'.

Bij het nagaan van het lijstje van mogelijke invloeden, wordt ook gevraagd naar de gevolgen ervan op het gedrag van de respondenten. Respondenten antwoordden daarop bijvoorbeeld dat de stemmen hen zo konden irriteren dat ze ruzie gingen zoeken met andere gezinsleden of zich liever op hun kamer terugtrokken om te wachten tot de irritatie over was.

De vragen in deze rubriek zijn misschien nog wel belangrijker voor de directe omgeving dan voor de stemmenhoorder. Hier volgen twee voorbeelden. Een meisje zei, terwijl ze langs de interviewster heen boog in de richting van haar vader: "Daarom kon ik gisteren niet me je schaken papa. De stemmen verboden het". Een jongen zei ineens heel direct naar zijn moeder kijkend: "Daarom wacht ik 's avonds altijd tot je naar de keuken gaat. De stem kan in het gangetje bij de wc zitten".

Tijdens het onderzoek werd duidelijk dat als het gedrag begrijpelijker werd, ouders toleranter werden, zich minder onzeker voelden en ook openlijk meer affectie toonden. Sommige ouders formuleerden die verandering bij het laatste interview als volgt: "Mijn kind is weer als één van de andere kinderen geworden, niet meer hét kind met de stemmen. Ik durf nu ook gewoon weer boos op hem te worden".

Uit de analyses kwam naar voren dat de stemmen in het eerste jaar veel invloed hadden in het dagelijks leven. Van de respondenten vertelden 70% problemen thuis te hebben vanwege de stemmen en 82% had problemen op school. De meeste respondenten (80%) waren bang voor de stemmen. Problemen thuis konden bestaan uit extreem ruzie maken. Een jongen bedreigde zijn broertje met een mes, een andere jongen sloeg met zijn pols door een ruit en beschadigde zijn pezen. Problemen op school ontstonden door niet op letten (de stemmen vroegen te veel aandacht), hardop tegen de stemmen te gaan praten of in de war te raken omdat de stemmen je lijken te helpen maar de cijfers omdraaien etc.

Bij veel respondenten is in het tweede jaar is de invloed van de stemmen al fors afgenomen. Er horen nog 57 kinderen stemmen. Van deze respondenten vertelde 35% thuis nog problemen te hebben vanwege de stemmen en had 42% op school nog problemen. In de onderstaande tabel worden data van de 57 kinderen die in het tweede jaar nog stemmen, vergeleken met die in het eerste jaar.

De invloed van de stemmen.

N=57

De stemmen:		eerste	
jaar	tweede jaar		
• Maken bang			
78%	42%		
• Brengen in de war			
66%	54%		
• Geven concentratie problemen		63%	35%
• Veroorzaken dat respondenten ruzie gaan maken	52%	32%	
• Storen bij huiswerk			
38%	19%		
• Maken dat respondenten straf krijgen (bv.door opdrachten)			
42%	21%		
• Maken dat respondenten dingen doen die ze niet willen			
54%	46%		
• Maken dat respondenten weglopen		15%	7%

Interpretatie van de stemmen

Uit het onderzoek bij volwassenen kwam naar voren komen dat stemmenhoorders vaak een andere verklaring voor hun belevingen hadden dan hun behandelaars. Als de verklaring van de stemmenhoorder door de behandelaar niet geaccepteerd werd, ontstond er vanaf het begin een strijd. Voor volwassen stemmenhoorders lijkt een verklaring van belang, omdat dit helpt om de stemmen te kunnen accepteren, de ervaring een naam te geven en die in een kader te kunnen plaatsen. Het stelt iemand in staat om er een taal voor te vinden en er met anderen over te communiceren. Hoe meer de verklaring sociaal geaccepteerd wordt, des te gemakkelijker zijn de stemmen te accepteren. Opvallend is dat maar heel weinig stemmenhoorders denken dat de stemmen een ziekte zijn.

Bij de kinderen bleek uit de interviews dat zij, in tegenstelling tot de volwassenen, niet erg bezig waren met een verklaring. Hun ouders hechten er meer belang aan. Voor hen was het acceptabeler de stemmen als een gave te zien dan als een ziekte. Deze opvatting was voor een paar moeders reden om paranormale cursussen te gaan volgen. De vragen in deze rubriek zijn ook belangrijk voor het organiseren van ondersteuning. Om een voorbeeld te geven. In het eerste interview krijgt Erik lichamelijke reacties als hij over de stemmen praat. Hij is bleek en zweet. Hij heeft ook nauwelijks woorden voor zijn ervaringen. Erik's moeder vertelt de interviewster dat haar kind gevoelig is en een gave heeft. 'Onzin', zegt de vader die juist binnen komt: "Hij is gewoon onhandig. Hij kan nauwelijks fietsen". Gelukkig voor Eric, is de verklaring van zijn vader niet doorslaggevend. Erik's moeder vindt dat hij hulp nodig heeft, maar haar huisarts weet bijna niets van stemmen horen af en naar een psychiater wil ze niet. In het tweede jaar gaat Erik samen met zijn moeder naar een therapeut. In bijeenkomsten met andere kinderen leert deze therapeut Erik over zijn ervaringen te praten. In het tweede interview heeft hij geen lichamelijke reacties meer en kan hij al heel helder vertellen wat hij

meemaakt. Gedurende de onderzoeksperiode blijft Erik samen met zijn moeder regelmatig naar bijeenkomsten van de therapeute gaan. Er is contact met lotgenoten.

Hoewel de meeste kinderen de stemmen verklaren als een paranormale gave, zijn er heel wat die denken dat de stemmen uit een andere wereld komen of met geesten te maken hebben. Slechts 3% van de kinderen denkt dat het een ziekte is.

Interpretatie van de stemmen.

Stemmen hebben te maken met:

- een paranormale gave 39%
- een geest
20 %
- een andere wereld 18%
- godsdienst
16%
- een ziekte (deze respondenten zijn in behandeling) 3%
- een nog andere verklaring (poppetjes, mannetjes etc.) 20%

Relatie met de stemmen

De vragen in deze rubriek moeten de stemmenhoorder bewust maken van het feit dat deze een relatie met de stemmen heeft. Een relatie betekent dat er twee partijen zijn die invloed op elkaar hebben. Zoals in iedere relatie is er sprake van actie en reactie. Stemmenhoorders denken liever niet in termen van relatie omdat ze er niet zelf voor gekozen hebben. Echter met onaangename burens heb je ook een relatie. De redenatie is dat als je toch een relatie hebt, je beter kunt kijken of je die niet zo aangenaam mogelijk kunt maken. Of je er zelf meer invloed op kunt hebben.

Deze rubriek komt voort uit het onderzoek bij volwassenen, waarin naar voren kwam dat stemmenhoorders die nooit in psychiatrische zorg waren geweest, hun stemmen als positief of overwegend positief ervoeren. Ze bleken ook anders met de stemmen om te gaan. Als de stemmen informatie gaven die niet beviel, werden de stemmen weggestuurd, negeerde men de informatie of dacht men na over de informatie en nam dan een eigen besluit. Ze waren veelal in staat om zowel de stemmen op te roepen, als zich ervoor af te sluiten, kortom hun eigen houding te bepalen. Bij de groep patiënten bleek dat allemaal niet het geval te zijn. Voor hen waren de stemmen overwegend negatief. Ze waren er vaak zo bang voor dat ze niet kritisch konden zijn en alles deden wat de stemmen opdroegen. Mensen die door de stemmen erg machteloos worden gemaakt, realiseren zich vaak niet dat een relatie bestaat uit actie en reactie en dat je je ook anders kunt leren opstellen.

Vragen in deze rubriek geven de hulpverlener informatie over hoe actief of hoe passief de stemmenhoorder is in zijn/haar relatie met de stemmen. Een relatie is een subjectief gegeven en kan veranderen als de machtsverhouding verandert. In de loop van het onderzoek gebeurde dat bij een vrij veel kinderen.

Om die wederzijdsheid van de relatie in kaart te brengen werd aan de respondenten gevraagd of de stemmen ook wel eens naar hen luisterden, of zichzelf in staat waren een

opdracht te weigeren, of ze in staat waren de stemmen op te roepen of dat ze zo bang voor de stemmen waren dat ze helemaal niets konden doen. Er verlamd door raakten.

Inbreng in de relatie met de stemmen:

- Stem luistert
48%
- Kan opdrachten weigeren
37%
- Kan stem oproepen
30%
- Verlamd van angst voor de stem
19%
- Is de baas over de stem
42%

Kinderen die de stem konden oproepen of opdrachten konden weigeren bleken minder last van de stemmen te hebben. Een kind die negatieve stemmen hoorde, die ook wel eens naar hem luisterden had ook minder last van de stemmen dan een kind dat door de stemmen verlamd raakte. Uit de literatuur (Chadwick en Birchwood, 1994; Watkins, 1998) en uit eigen onderzoek, (Escher en Romme, 2002) komt naar voren dat de macht die de stemmenhoorder aan de stemmen toeschrijft van invloed is op het verloop.

In het tweede interview bleken nog 57 kinderen stemmen te horen. We vergeleken de opvattingen over de stemmen van de kinderen die in het tweede jaar nog stemmen hoorden, met hun opvattingen in het eerste jaar.

Attributie van de stemmen:

Stemmen worden ervaren als

		N=57
jaar	tweede jaar	Eerste
Overwegend negatief 63%	59%	
Overwegend positief 17%	24%	
Wisselend 20%	7%	

Uit de analyses komt naar voren dat ongeveer de helft van de kinderen, ongeacht of ze wel of niet in hulpverlening zijn, aangeeft positieve stemmen te horen. Dit lijkt de veronderstelling te bevestigen dat waarschijnlijk het idee is dat stemmenhoorders zelf over de stemmen hebben van veel invloed is op de manier waarop ze ermee omgaan. Een jongen vertelt stemmen te horen die hem aanzetten alle dingen die hij leuk vindt kapot te maken. Hij vindt wat de stem zegt wel negatief, maar hij is er niet bang van. Over het geheel genomen vindt hij de stemmen niet alleen maar slecht.

Coping

De vragen in deze rubriek zijn bedoeld om inzicht te krijgen over de manier waarop kinderen met de stemmen omgaan. Het gaat er niet alleen om hoe actief of hoe passief de kinderen hierbij zijn, maar ook of ze slechts één machteloos makende manier gebruiken of dat ze variëren. De vragen zijn ook bedoeld om de stemmenhoorder te laten zien dat er verschillende omgangsmanieren zijn.

Als het interview in de hulpverlening gebruikt wordt, moeten deze vragen de kinderen helpen om op een andere manier over hun omgang met de stemmen na te gaan denken. Ze op het idee brengen eens iets anders te proberen.

Gebaseerd op literatuur is er in het interview een indeling van drie strategieën van omgaan met de stemmen onderscheiden:

- Cognitieve strategieën zoals stemmen wegsturen, afspraak maken, alleen naar de leuke dingen luisteren, aan iets anders denken of schelden tegen de stemmen.
- Gedragsstrategieën zoals iets gaan doen, je voor de stemmen afsluiten, afleiding zoeken of een dagboek bijhouden.

- Fysiologische strategieën zoals medicijnen nemen, snoepen of eten.

Gebaseerd op literatuur is er bovendien een indeling gemaakt in actieve en passieve coping. Onder actieve coping valt: wegsturen, selectief luisteren, afspraak maken, afleiding zoeken, een dagboek bijhouden. Onder passieve coping valt negeren, schelden en rituelen.

Sommige respondenten konden heel creatief zijn. Zoals een jongen die een computerspel aangepaste. In een doolhof rende een ronde etende kop een voorwerp achterna om het op te eten. Hij maakte van het voorwerp zijn stem, die hij achterna liet zitten om die op te eten. Sommige respondenten maakten een tekening van de stem en dan konden ze tegen de tekening zeggen dat die stem weg moest gaan. Een jongen hoorde twee metalen mannetjes. Hij tekende de mannetjes en een grote injectiespuit. Hij ontdekte dat als hij fantaseerde dat hij de mannetjes een injectie gaf, ze ook verdwenen. Het gaat er dus om hoe creatief een stemmenhoorder of de therapeut durft te zijn. Het is belangrijk uit te proberen wat werkt en wat niet werkt.

De 80 kinderen die aan het onderzoek meededen gaven samen aan 193 keer een vorm van coping te hebben gebruikt. Dat betekent dat de meeste kinderen meer dan één manier gebruikten.

De meest gebruikte vormen van coping:

	N=193
- Afleiding zoeken	(N=33)
• Stemmen wegsturen	(N=28)
• Stemmen negeren	(N=28)
• Naar de stemmen luisteren	(N=25)
• Iets anders gaan doen	(N=23)
• Naar iemand toegaan	(N=20)
• Tegen de stemmen schelden	(N=19)

- Aan iets anders denken

(N=17)

Hulpverleningsgeschiedenis

In deze rubriek wordt geïnventariseerd welke vormen van hulpverlening hebben plaats gevonden en welke resultaten werden bereikt. De data van deze inventarisatie worden in een apart artikel in dit themanummer behandeld.

Sociaal Netwerk

Uit onderzoek bij volwassen stemmenhoorders kwam naar voren dat door mensen die nooit in psychiatrische behandeling waren geweest (de groep niet-patiënten) meer ondersteuning thuis werd ervaren. Bovendien was bij deze groep het aantal mensen dat in de directe omgeving op de hoogte was van het stemmen horen groter. Er waren ook meer mensen waarmee ze over hun ervaringen konden praten. Ook bij deze vragen gaat het over de mate van ondersteuning.

Op grond van deze informatie wordt geïnventariseerd welke tien mensen voor de stemmenhoorder emotioneel belangrijke zijn, of deze van de stemmen afweten en met wie van de tien ze over de stemmen praten. Er waren soms verrassingen. Sommige respondenten wilden hun broertjes en zusjes niet in het lijstje hebben. Van een meisje mocht haar vader niet op de lijst staan. Voor een intieme relatie blijkt het belangrijk te zijn om over de stemmen te kunnen praten. Sommige jeugdigen twijfelden of ze aan hun vriend/vriendin wel moesten vertellen. In de loop van het onderzoek bleek dat niet-vertellen geen goede strategie was. Geheimen scheppen afstand en leidde tot het verbreken van de relatie.

De kunst van het interviewen

De basis voor het interview wordt voor aanvang gelegd. De stemmenhoorder moet dan besluiten of hij/zij de interviewer vertrouwd. Bovendien moet de interviewer zelf ook tenminste twee boodschappen kwijt. Er zijn stemmenhoorders die nog nooit met anderen over hun stemmen gesproken hebben, er zijn er die veel praten. In beide gevallen kan er een woordenvloed komen, die de kwaliteit van de informatie beïnvloed. Voor het interview moet daarom aan de stemmenhoorder worden verteld dat als hij/zij te veel van het onderwerp afwijkt de interviewer zal ingrijpen en terug zal gaan naar de vragen. Als deze informatie vooraf wordt gegeven zal het geen invloed hebben op het contact. Een tweede zaak is dat de interviewer de stemmenhoorder vooraf waarschuwt dat praten over de stemmen emoties kan oproepen: "De stemmen reageren vaak op emoties. Daar hoef je niet van te schrikken; dat is een normale reactie. Als je erover wilt praten, bel dan maar". In Maastricht is er de gewoonte om een telefoonnummer te geven voor de eerste 24 uur. Daar is nooit misbruikt van gemaakt.

Heel belangrijk is te realiseren dat tijdens het interview geen interpretaties gegeven moeten worden. Het interview is er om informatie te verzamelen. Als de interviewer te snel interpretaties maakt, verstoort hij/zij het interview. Het kan ook zijn dat de stemmenhoorder dan dichtklapt en waardevolle informatie voor zich houdt. De interviewer moet zich bewust zijn van zijn/haar eigen oordelen en vooroordelen ten aanzien van het stemmen horen. Een interviewer die er vanuit gaat dat het fantasie is, of een niet bestaande werkelijkheid zal dit in de manier waarop hij/zij de vragen stelt laten merken. Ook dan loopt men kans dat de geïnterviewde informatie gaat achter houden. Een ander probleem is dat stemmenhoorders de ervaring hebben dat als ze over de stemmen praten, mensen vaak niet naar hun verhaal luisteren maar beginnen te vertellen wat zij denken dat een stemmenhoorder moet doen of denken. Het interview is dus vooral bedoeld om naar de ervaring van de stemmenhoorder te luisteren. Dit klinkt

gemakkelijk, maar in de praktijk is dit vaak heel moeilijk omdat therapeuten geleerd hebben door middel van vragen te sturen naar een aanknopingspunten voor een diagnose.

Van interview naar rapport en construct (Romme en Escher, 2000)

Het interview neemt ongeveer anderhalf uur in beslag. Het tijdsbestek zal ook afhangen van de ervaring van de interviewer. Het is de bedoeling om vervolgens van de gegevens uit het interview een rapport te maken (Romme en Escher, 1999, 2000). Het rapport is een korte samenvatting van ongeveer anderhalf tot twee A-viertjes waarin alle behandelde onderwerpen gezamenlijk het stemmen horen begrijpelijk moeten maken. Begrijpelijk in termen van invloed, triggers en in de relatie met de achterliggende problematiek. Door een paar keer een rapport te maken, leert men vanzelf welke informatie belangrijk is en waar men te kort komt en meer door moet doorvragen. Het rapport wordt samen met de stemmenhoorder besproken. Het is zijn/haar ervaring en die moet hij/zij ook herkennen dat kan onder andere gebeuren door letterlijke citaten te gebruiken. Het is ook goed om op deze manier te controleren of de informatie correct is overgekomen. Wanneer een stemmenhoorder zich niet in het rapport herkent, is het niet goed.

Wanneer de stemmenhoorder het eens is met het rapport, dan is dit rapport de basis voor een construct en een interventieplan. Het construct is eigenlijk een sociale diagnose. Het maakt, indien mogelijk, een samenhang tussen de stemmen en achterliggende problematiek. Als informatie wordt gebruikt: de identiteit van de stemmen, de karakteristieken van de stemmen, de triggers, de aanvang van het stemmenhoren, en informatie uit de jeugd.

Twee vragen zijn hierbij van belang:

Wie vertegenwoordigen de stemmen? Welke problemen worden door de stemmen aangeduid? De identiteit en de karakteristieken van de stemmen geven de meeste informatie over de eerste vraag, de geschiedenis en informatie uit de jeugd over de tweede vraag.

Construct en interventieplan en de fases daarin zijn te uitgebreid en hebben een eigen ruimte nodig. Ze staan beschreven in het boek 'Werken met stemmenhoorders'. Het boek gaat in op alle elementen van het interview, het maken van een rapport en het maken van een construct. Er wordt ingegaan op korte, middellange en lange termijn interventies. Hoewel het boek geënt is op het onderzoek en de contacten met volwassenen is de basis van het boek bij kinderen en jeugdigen hetzelfde.