

WERKEN MET STEMMEN

in gesprek over stemmen horen

Dirk Corstens

Studiedag van het Zorgcircuit Psychose NW-Vlaanderen

in Brugge

27 november 2018



Het ontdekken van de relatie tussen
stemmen horen en levensomstandigheden

een systematische aanpak

Programma

- Inleiding en uitgangspunten
- Het Maastrichts Stemmen Horen Interview
- Maken van een construct – demonstratie
- Herstelplan
- Praten met stemmen

websites

- www.intervoice.org
- www.levenmetstemmen.nl
- www.stichtingweerklank.nl
- www.omgaanmetstemmenhoren.nl

Mette's Stemme



**PEOPLE WHO SAY
IT CANNOT BE
DONE SHOULD NOT
INTERRUPT THOSE
WHO ARE DOING IT**



Stemmen Horen

☞ **Een persoonlijke en normale ervaring**

versus

symptoom van ziekte

☞ **Een ervaring die betekenis heeft**

versus

verschijnsel van abnormaliteit

☞ **Een reactie op specifieke omstandigheden**

versus

een genetische afwijking

Stemmen Horen

☞ **Een ervaring die wat over je zegt**

☞ versus

je moet het negeren en ervan af zien te komen

☞ **Een ervaring waar je mee om kunt leren
gaan**

versus

daar is geen beginnen aan

☞ **Een ervaring die je leven kan verrijken**

versus

een symptoom dat je hersenen doet krimpen

Gemiddeld voorkomen in de bevolking

- ∞ Tien (1991) N=18.000 10 - 15%
- ∞ Ohayon (2000) N=13.000 38,7 %
- ∞ Van Os (2000) N=7.000 1,7-6,2 %
- ∞ Olfsen (2002) N=1.000 13 %
- ∞ Johns (2004) N=8.500 4,2 %
- ∞ Studenten N=2000 11-37%

Aleman & Laroi (2008) *Hallucinations. The science of idiosyncratic Perception*

Oorzaken

De rol van de omgeving

- Overweldigende emoties waar de persoon op dat moment niet mee om kon gaan
- Een reactie op omstandigheden
- *The wound is peopled* (McCarthy-Jones)
- De inhoud heeft betekenis, spiegelt als het ware de omgeving

Behandeling

- ∞ Geen bewijs op groepsniveau dat antipsychotische medicatie helpt(1) Schatting dat de helft van de mensen met de diagnose schizofrenie die stemmen horen minder last van hun stemmen hebben. NNT=6 (2)
- ∞ Enig bewijs dat psychologische behandeling helpt
- ∞ Hoewel antipsychotica een rol kunnen hebben, moeten behandelaars altijd, waar mogelijk, de gelegenheid te baat nemen om betekenis te geven aan de ervaringen van patiënten in relatie tot hun levensverhaal en op die manier de beangstigende invloed van de ervaringen te verminderen (3). In this respect, such interventions should not only be restricted to CBT, given that its evidence-base for psychosis is not wholly robust and its effects not necessarily better than less complex and less costly treatments (4)

- (1) McCarthy-Jones (2012) *Hearing Voices*; Sanjuan (2010) in Laroi & Aleman *Hallucinations a guide to treatment and management* .
- (2) McCarthy-Jones (2017) *Can't you hear them? The science and significance of Hearing Voices* Kingsley London
- (3) Corstens, Longden, Rüdiger, Bentall, van Os (2012) Comment on Treatment of Hallucinations. *Psychosis*.
- (4) Cormac; I., Jones, C., Campbell, C., & Silveira, D.M.N.J. (2002). Cognitive behaviour therapy for schizophrenia. *Cochrane Data Systematic Review*, 1.

Onze Uitgangspunten

- Stemmen horen is een normaal en persoonlijk verschijnsel
- Stemmen horen houdt verband met overweldigende levenservaringen
- Stemmen hebben betekenis in relatie tot deze levenservaringen

Onze uitgangspunten

- Stemmen representeren emoties en/of personen die een rol speelden met betrekking tot deze omstandigheden
- Stemmen zijn boodschappers die ons wijzen op significante problemen
- Stemmen zijn zowel een aanval op de identiteit als een manier om de identiteit te beschermen
- Deze boodschappen van de stemmen proberen we helder te krijgen met het *construct*

Systematische aanpak

- Maastrichts stemmen horen interview
- Maken van een construct
- Opstellen van een herstelplan
- Uitvoeren van dit herstelplan

Maastrichts stemmen horen interview

Romme en Escher

1. De aard van de ervaring.
2. Karakteristieken van de stemmen.
3. Persoonlijke geschiedenis van het stemmen horen.
4. Wat lokt de stemmen uit.
5. Wat zeggen de stemmen.
6. Welke verklaring heb je voor de stemmen.

Maastrichts stemmen horen interview

7. De invloed van de stemmen op je dagelijks leven.
8. Balans in de relatie met de stemmen.
9. Coping strategieën: Cognitief – Gedrag – Fysiologisch.
10. Jeugd ervaringen.
11. Behandelingsgeschiedenis.
12. Sociale netwerk.

Het verhaal achter de stemmen

Honderd constructen

Construct - Diagnose

Het leggen van een relatie tussen het stemmen horen en levensomstandigheden

Een goede anamnese: Kenmerken, Omstandigheden, Etiologie

Van 'ziekte' naar problemen

Hallucinaties bij schizofrenie

Sociaal-emotionele problemen



Het Construct beantwoordt twee vragen:

☞ Wie, of wat, representeren de stemmen?

☞ Welke problemen representeren de stemmen?

- ☞ Romme and Escher (2000) *Making Sense of Voices / Stemmen horen betekenis geven*
- ☞ Longden, E., Corstens, D., Escher, A. and Romme, M. (2012) Hearing voices in a biographical context: A framework to give meaning to voice hearing experiences. *Psychosis: Psychological, Social and Integrative Approaches*. 4(3): 224-234
- ☞ Corstens D & Longden E (2013) The Origins of Voices: Links Between Life History and Voice Hearing in a Survey of 100 Cases. *Psychosis: Psychological, Social and Integrative Approaches*. 5(3)270-285.
- ☞ Corstens, D., Longden, E., McCarthy-Jones, S, Waddingham, R & Thomas, N. (2014) Emerging perspectives from the Hearing Voices Movement: implications for research and practice. *Schizophrenia Bulletin* doi 10.1093/schbul/sbu007

Construct: items

- Identiteit
- Karakteristieken en inhoud
- Uitlokkende factoren
- Geschiedenis van de stemmen
- Geschiedenis vóóordat de stemmen er waren

Voorbeeld Laura 21 jaar oud

- Identiteit

1. Satan mannelijk 22 jaar oud
2. Aurora vrouwelijk 40 jaar oud
3. Een Koor van tien stemmen – geslacht noch leeftijd

Casus Laura

∞ Karakteristieken en Inhoud

1. Bedreigend en agressief: ‘dood jezelf’; ‘bijt, steek, verbrandt anderen’; ‘jij bent machteloos’; je bent een trut’. Voorspellingen.
2. Goedaardig en ondersteunend – geeft bevestiging en advies.
3. Kleinerend, bedreigend, vernederend. Discussiëren over de beste manier om Laura te straffen.

Casus Laura

- Uitlokkende factoren
 1. Constant - meer doordringend wanneer zij zich depressief voelt
 2. Als Laura zich verdrietig en/of hopeloos voelt.
 3. Sociale situaties, schuld en schaamte.

Casus Laura

- Geschiedenis van de stemmen
 - Vanaf achtste jaar stemmen gaan horen
 - Aurora uit Doornroosje (Charles Perrault)
 - Satan vormde zich uit George van 'De Vijf' (Enyd Blyton)
 - Kon goed met ze omgaan tot twee jaar geleden
 - Verkrachting: Aurora verdween - George werd Satan - Chorus

Casus Laura

- Geschiedenis vóór de stemmen
 - ❖ Een begaafd kind
 - ❖ Eenzaam, had geen vriendjes 'nodig', had de stemmen
 - ❖ Heeft haar behoeften niet leren uiten

Casus Laura

Wie representeren de stemmen

- Denkbeeldige vriendjes – Aurora verwaarlozing door moeder (leeftijd) – George een speelkameraadje
- Trauma veranderde de stemmen: Satan de verkrachter – het Koor de pestende en lachende leeftijdgenoten
- Satan en het Koor hangen samen met boosheid, schuld en schaamte

Casus Laura

Welke problemen representeren de stemmen

- Eenzaamheid als kind
- Onopgeloste traumatische reacties
- Een gevoel van machteloosheid in het gezin – niet geleerd om gevoelens woorden te geven en behoeften te uiten

100 constructen

Samenvatting van:

Corstens D & Longden E (2013)

**The Origins of Voices: Links Between Life History and Voice Hearing
in a Survey of 100 Cases.**

Psychosis: Psychological, Social and Integrative Approaches 5(3)270-285.

Psychiatrische Diagnose

Psychiatrische classificatie	N
Schizofrenie	68
Andere psychotische stoornis	12
Borderline persoonlijkheidsstoornis	8
Stemmingsstoornis	5
Classificatie onbekend	7

Jaren in de GGZ	gemiddeld 9.48	SD 7.56
Stemmen al jaar	gemiddeld 18.21	SD 13.77

Aantal stemmen

Aantal Stemmen	N
Een	18
Twee - Vijf	52
Zes - Tien	21
Elf - Twintig	2
Meer dan Twintig	7

Identiteit van de Stemmen

Kenmerk		Aantal
Leeftijd	Kinderen (< 11 jaar)	19
	Adolescenten (11-18 jaar)	10
	Volwassenen	94
	Onbekend	21
Geslacht	Vrouwelijk	66
	Mannelijk	83
	Geen geslacht	30
Naam	Alle stemmen een naam	46
	Geen stemmen een naam	32
	Gemengd	22

Karakteristieken en inhoud van de stemmen

Karakteristieken		N
Affect	Kwaadaardig	92
	Goedaardig	41
	Beide	37
Inhoud	Kritiek	98
	Bedreigingen	64
	Adviserend	35
persoon	Tweede persoon	97
	Derde persoon	66
	Eerste persoon	42

Uitlokkende factoren

Triggers	N
Specifieke emoties	76
Spec omstandigheden	50
Onduidelijk	19

Geschiedenis van de stemmen

		N
Leeftijd bij begin	< 10 jaar	35
	11-20	24
	21-30	24
	31-40	10
	> 41	5
Nieuwe stemmen later nog		65
Omstandigheden	Verwaarlozing	47
	Emotioneel misbruik	45
	Ernstige persoonlijke kritiek	36
	Huiselijk geweld	35
	Seksueel misbruik	23
	Fysiek misbruik	23

Geschiedenis vóór stemmen

Gebeurtenissen voordat stemmen begonnen	N
Emotioneel misbruik	72
Gezinsconflicten	65
Pesten	41
Seksueel misbruik	30
Pfysiek misbruik	26
Hoge verwachtingen	18
Lichamelijke ziekte	9
Geen stressoren genoemd	13

Wie of wat representeren de stemmen?

Wie of wat	N = 100
Aspecten van zichzelf	48
Misbruikend familielid	45
Niet-misbruikende bekende	32
Niet-misbruikend familielid	30
Andere daders	23
Niet te achterhalen	22

Welke problemen worden door de stemmen gerepresenteerd?

Welke sociaal-emotionele problemen	N=100
Problemen met zelfwaardering	93
Problemen met boosheid	60
Schaamte en schuldgevoelens	60
Hechtingsproblemen en moeite met intimiteit	45
Problemen met de seksuele identiteit	7
Niet te herleiden	6
Andere	57

Conclusies

- Het is *mogelijk* en *productief* om door te vragen over de stemmen bij zogenaamde ernstige psychiatrische patiënten die stemmen horen.
- Het is *mogelijk* om betekenis te geven aan de stemmen bij zogenaamde 'therapie resistente' psychiatrische patiënten die stemmen horen.
- Een construct maken is het aangaan van een *proces* waarbij de diagnostische classificatie naar de achtergrond verdwijnt terwijl concrete problemen naar voren komen. Met zulke zaken kun je iets gaan doen - een herstelplan maken.

Herstel en behandeling

Samen op weg

Herstel- of behandelplan

- De meest hinderlijke aspecten van de stemmen: kies een strategie uit en oefen deze methode.
- De relatie met moeilijke emoties: oefen alternatieve omgangsvormen met deze emoties.
- De relatie met de omstandigheden waarin het trauma plaats vond: het probleem leren accepteren en werken aan angst- en schuldgevoelens.

De meest hinderlijke aspecten van de stemmen

- Stemmen dagboek
- Luisteren
- Antwoorden
- Tijd structureren, spreekuur
- Stemmen anticiperen

De relatie met moeilijke emoties

- Zelfbeeld versterken
- Leren omgaan met agressie / assertiviteit
- Contact leren maken
- Seksualiteit / seksuele identiteit

De relatie met de omstandigheden waarin het trauma plaats vond

- Traumabehandeling
- Omgaan met schuld en schaamte

Specifieke methoden

- Zelfhulpgroep
- Stemmen horen netwerk
- Driedaagse cursus voor stemmenhoorders en professionals
- Praten met de stemmen - transformeren

Dialogoog met de stemmen

Voice Dialogue

Uitgangspunten:

- ∞ Naar de ervaring toe, vermijding doorbreken
- ∞ Angst overwinnen
- ∞ Leren afgrenzen en onderhandelen
- ∞ Productief met eigen emoties omgaan
- ∞ Eigen identiteit ontwikkelen

Voice Dialogue

- ∞ Persoonlijkheid bestaat uit verschillende delen, subpersoonlijkheden, “voices” ...tegenstellingen
- ∞ Door levensgebeurtenissen, om te overleven, ontstaan primaire delen en raken andere delen verstoten
- ∞ Primaire staan op de voorgrond en verstoten kanten verdwijnen naar de achtergrond
- ∞ De verstoten delen blijven op de loer liggen en kunnen destructief worden (dromen, controleverlies, stemmen..)

Voice Dialogue voorbeelden

Primaire delen

- De Rechter
- De Pleaser

Beschermend

Verstoten delen

- Het Gekwetste Kind
- De Egoïst

Onderdrukt

Voice Dialogue: de praktijk

- ∞ Rechtstreeks contact maken met de delen
- ∞ “Eren” (honouring): beschermende functie
- ∞ Gewone vragen: wie ben je, hoe oud, wat doe je, wat wil je, wat vind je lastig.....
- ∞ Meegaan met die stem
- ∞ Onderzoeken van de verschillende delen
- ∞ Ontwikkelen van een “bewust ego” in de middenpositie

Voice Dialogue: de praktijk

- Beginnen (!) met de primaire delen
- Dit roept vanzelf de tegenstelling op
- En dus ook de middenpositie
- “Bewust ego”
- Meer keuzevrijheid / handelingsruimte
- Ongekende kwaliteiten (zelfrealisatie)

Dialogoog met de stemmen

- Zowel de stemmen als de persoon willen meewerken
- De therapeut moet het gevoel hebben dat hij het kan hanteren (werkrelatie)
- De persoon moet het kunnen begrijpen
- Geen al te uitgebreid waansysteem
- Niet in acute psychose

Casus: Erika

- Aanvankelijk wilde de stem niet met mij praten maar Erika wilde wel dat ik met de stem zou praten. Zij wilde verder kunnen komen met de stem.
- Nadat ik de stem had verzekerd dat ik hem niet wilde wegsturen, zoals Erika, en dat ik alleen benieuwd was stemde hij toe.
- Het duurde even voordat Erika goed begreep wat de bedoeling was. Uiteindelijk echter was het heel goed mogelijk contact met de stem te hebben.

Casus: Erika

- De stem vertelde dat hij wilde samenwerken met Erika, dat hij haar wilde steunen, met haar verdriet en al.
- Toen hem gevraagd werd waarom hij soms zei dat Erika zich moest ophangen zei hij niet precies te weten waarom, hij was dan gewoon boos en wist niet veel anders te zeggen. Erika moest zich daar niet teveel van aantrekken.
- De boodschap was dat Erika niet bang voor hem hoefde te zijn, dat hij haar vriend wilde worden. Na het gesprek met de stem dit alles samengevat voor haar, zij had zelf nauwelijks iets van het gesprek meegekregen (dissociatie). Ze toonde zich verbaasd over de vriendelijkheid van de stem en was zichtbaar opgelucht.

Casus: Karin

- Vrouw, 28 jaar oud, gehuwd.
- Vier jaar opgenomen geweest, nu in ambulante rehabilitatieprogramma
- Hoge dosis cisordinol (60 mg), geen effect op de stemmen
- MAVO, secretaresse
- Beperkt sociaal netwerk
- Christelijke achtergrond

Casus: Karin

- Vier mannelijke stemmen
- Ze gaven haar de opdracht zichzelf te snijden. Gaven op alles commentaar. Ze moest naar ze luisteren en gehoorzamen. Beperkten haar dagelijks functioneren.
- Ze had besloten zichzelf niet meer te snijden

Casus: Karin

- ⌘ Gesprekken met de vier stemmen afzonderlijk
- ⌘ De stemmen uitten hun kwaadheid
- ⌘ Over het feit dat ze voorheen wel positief mochten ondersteunen
- ⌘ Gesprek over hoe doelen te bereiken
- ⌘ Tijd reserveren en de stemmen vragen stellen
- ⌘ Grenzen stellen
- ⌘ Dagboek
- ⌘ Zelfhulp groep

Casus: Karin

- 5 sessies
- Zij praatte veel met de stemmen; een heel andere dialoog
- Twee stemmen verdwenen
- De medicatie werd sterk verminderd
- Verwezen naar haar eigen casemanager
- Twee kinderen en verhuisd naar ander deel van het land
- Heeft paar jaar geen stemmen meer gehoord, inmiddels één stem die ondersteunend van aard is

Besluit

- Stemmen horen is een (psychologische) realiteit
- De stemmen kunnen een beschermende functie hebben
- De aard van de dialoog tussen de stemmenhoorder en de stemmen heeft invloed op diens functioneren

Besluit

- De stemmen kunnen aanwijzingen geven over emotionele thema's die voor de verdere sociale ontwikkeling van de stemmenhoorder van belang zijn.
- In de behandeling kunnen wij door rechtstreeks contact met de stemmen de dialoog en verdere ontwikkeling mede gestalte geven.

Literatuur

- Romme & Escher *Accepting voices*
- Romme & Escher *Making sense of voices*
- McCarthy Jones (2012) *Hearing Voices* (2017) *Can't you hear them.*
- D. Corstens, A. Escher en M. Romme (2009) *Accepteren en betekenis geven aan stemmen. De Maastrichtse benadering. De Psycholoog, 44, 433-440.*
- Moskowitz & Corstens (2007) *Auditory hallucinations: Psychotic symptom or dissociative experience* (*Journal of psychological trauma,*)
- Corstens & Romme (2004) *Praten met de stemmen* (Directieve therapie)
- Stone & Stone (1989) *Voice Dialogue* (Embracing ourselves)
- Corstens D & Romme M. (2016) *Een persoonlijke diagnose voor patiënten die stemmen horen; van symptoom naar klacht in een context. Nederlands Tijdschrift Psychiatrie 58(2016)2,132-139.*

