

# „INTERVIEW MED EN PERSON, DER HØRER STEMME“

Af Sandra Escher og professor Marius Romme

Anvendes sammen med  
*Making Sense of Voices.*

*En vejledning til psykiatrisk personale,  
som arbejder med personer, der hører stemmer*  
(Mind Publications 2000)

## Interview med en person, der hører stemmer

Den interviewedes navn: \_\_\_\_\_

Adresse: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Telefonnummer: \_\_\_\_\_

### Baggrundsinformation:

Fødselsdato og alder: \_\_\_\_\_

Køn: M  K

Ægteskabelig status: \_\_\_\_\_

Antal børn: \_\_\_\_\_

Boligforhold: \_\_\_\_\_

Stilling: \_\_\_\_\_

Nationalitet/etnisk oprindelse: \_\_\_\_\_

### Information om interviewet

Interviewerens navn: \_\_\_\_\_

Dato for første interview: \_\_\_\_\_

Dato for opfølgning: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Journalnummer: \_\_\_\_\_

## 1. Selve oplevelsernes karakter

Dette spørgeskema er beregnet til mennesker, der hører stemmer. Formålet er at hjælpe dig til at opnå større indsigt i dine oplevelser med at høre stemmer. Formålet er også at gøre det lettere for dig og mig at tale om dine oplevelser og om, hvordan du forholder dig til stemmerne. På den måde kan vi i fællesskab finde ud af, hvordan du bedst forholder dig til stemmerne.

1. Jeg vil bede dig fortælle mig om dine oplevelser med at høre stemmer.  
Hvor mange stemmer hører du? Hører du også lyde? Har du synsoplevelser?

---

---

---

---

- 1.2 Kan andre mennesker også høre de lyde/stemmer, som du hører?  
Kan du forklare hvorfor?

---

---

- 1.3 Hvor kommer lydene/stemmerne fra (hvor befinder de sig)? I hovedet, i ørerne (venstre/højre/begge) eller et andet sted i kroppen?

---

---

- 1.4 Kommer de stemmer, du hører, fra dig selv eller fra en anden person? (Vi prøver at finde ud af, hvordan du opfatter stemmerne, når du oplever dem). Kommer stemmerne fra dit indre (ego-synton/jeg), eller kommer stemmerne fra en anden eller noget andet uden for dig selv (ego-dyston/ikke-jeg). Kan du forklare hvorfor?

---

---

---

- 1.5 Kan du tale med stemmerne eller kommunikere med dem på nogen måde? Kan du give et eksempel?

---

---

---

Intervieweren konkluderer: Har oplevelsen af at høre stemmer de samme eller tilsvarende karakteristika som hørehallucination (som denne defineres inden for psykiatrien)?

- |   |        |
|---|--------|
| 1. Den interviewede hører stemmer, som andre ikke kan høre                            | Ja/nej |
| 2. Den interviewede hører stemmer gennem ørerne                                       | Ja/nej |
| 3. Den interviewede hører stemmer inde i sit hoved                                    | Ja/nej |
| 4. Den interviewede kan føre en samtale eller på anden måde kommunikere med stemmerne | Ja/nej |
| 5. Stemmerne opleves som jeg (1) eller ikke-jeg (2)                                   | 1 / 2  |

## 2. Stemmernes karakteristika

- 2.1 Hører du én eller flere stemmer? Hvor mange? Har det altid været sådan?  
Har antallet af stemmer nogensinde ændret sig? Har det altid været de samme stemmer, du har hørt?

---

---

---

- 2.2 Kan du sige noget om, hvem stemmerne tilhører, og/eller hvad du kalder dem? Hvad fortæller de dig, i hvilket tonefald, og hvor ofte hører du dem?

Nr.	Navn	Alder	Køn	Indhold/tonefald	Hyppighed
1					
2					
3					
4					
5					

- 2.3 Minder stemmernes måde at tale på – eller deres tonefald – om nogen, du kender eller tidligere har kendt? Hvis ja, hvem?

---

---

## 3. Anamnesticke oplysninger om at høre stemmer

- 3.1 Lad os vende tilbage til det tidspunkt, hvor du begyndte at høre stemmer.  
Hvor gammel var du, da du første gang hørte stemmer? Kan du huske, hvor gammel du var, da du begyndte at høre hver enkelt af stemmerne (se 2.2)? I hvilke senere perioder af dit liv har du hørt stemmer?

---

---

---

- 3.2 Kan du for hver enkelt af stemmerne beskrive omstændighederne, da du hørte dem første gang?

---

---

---

- 3.3 Vi har lavet en liste over forskellige omstændigheder og situationer, som man kan komme ud for i løbet af livet. Hvilke af disse har du oplevet?  
Hvor gammel var du, da du oplevede dem? Var det, da du begyndte at høre stemmer, eller forandrede det på nogen måde stemmerne?

OMSTÆNDIGHEDER	Ja/nej	Alder	Stemmer
<b>Stressende forandringer</b>			
Bo alene for første gang			
Flyttet til ny bolig, skole, by eller landsby			
Påbegyndt studier eller videreuddannelse			
Dummet til en eksamen			
Været arbejdsledig/afskediget/nødt til at lukke en forretning			
Ændringer i ansættelsesforhold/status/job			
Pensionering/manglende eller nedsat arbejdsevne			
Børn, der er flyttet hjemmefra			
Gæld/økonomiske problemer			
<b>Sygdom og død</b>			
Alvorlig fysisk tilskadekomst eller sygdom			
Indlagt på sygehus eller fået narkose			
Familiemedlem eller nær ven afdøet ved døden			
Et elsket kæledyrs død			
Alvorlig sygdom hos en af dine nærmeste			
Indlagt på psykiatrisk sygehus			
Oplevelse med selvmord eller selvmordsforsøg			
<b>Kærlighed og seksualitet</b>			
Skilsmisse eller afbrydelse af kærlighedsforhold			
Menstruation/graviditet/abort			
Blevet forelsket og afvist			
Alvorlige spændinger i hjemmet eller i et kærlighedsforhold			
Erfaringer med socialt mindre acceptable former for seksualitet som fx homoseksualitet eller ekshibitionisme			
Uventede ændringer i et forhold i form af egen eller partners utroskab			
<b>Religion, åndeligt liv, mystiske eller kosmiske oplevelser</b>			
Deltaget i seance, satanistisk ritual eller spiritistisk begivenhed			
Problemer inden for et religiøst samfund eller en sekt			
Andet			

3.4 Har en eller flere af disse omstændigheder nogen sammenhæng med, at du begyndte at høre stemmer, eller med, at stemmerne forandrede sig (fx fra at være venlige til at være negative)? Kan du fortælle mere om det?

---



---

#### 4. Hvad får stemmerne til at komme?

4.1 Har du lagt mærke til, om stemmerne har en tendens til at dukke op, når du deltager i bestemte aktiviteter, eller om de kommer i forbindelse med bestemte situationer? Kan du i så fald beskrive hvilke? (Fx når du handler, ser tv, laver mad, er alene eller lignende).

---

---

---

4.2 Er stemmerne til stede eller væk på bestemte tidspunkter (fx om dagen, om natten, i weekenden eller på bestemte tidspunkter af døgnet)? Har du nogen idé om hvorfor?

---

---

---

4.3 Har du lagt mærke til, om stemmerne kommer fra bestemte genstande, som fjernsyn, radio eller computer? Hvilke genstande kommer stemmerne i så fald fra?

---

---

---

4.4 Hvordan oplever du det, når stemmerne begynder?

---

---

---

4.5 Har du nogensinde lagt mærke til, om stemmerne er til stede, når du befinder dig i en bestemt sindstilstand eller har bestemte følelser? Lad os se på denne liste. Dukker stemmerne op i forbindelse med følelser som:

- |  |   |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> usikkerhed                | <input type="checkbox"/> jalousi                      |
| <input type="checkbox"/> frygt                     | <input type="checkbox"/> sorg                         |
| <input type="checkbox"/> tvivl                     | <input type="checkbox"/> udmattelse                   |
| <input type="checkbox"/> forelskelse               | <input type="checkbox"/> depressivitet eller tristhed |
| <input type="checkbox"/> vrede eller aggressivitet | <input type="checkbox"/> dine egne seksuelle følelser |
| <input type="checkbox"/> glæde                     | <input type="checkbox"/> andres seksuelle følelser    |
| <input type="checkbox"/> ensomhed                  |   |

Kan du beskrive, hvordan stemmerne reagerer? (Trøster de dig og hjælper dig, eller er de skræmmende og hjælper dig ikke?). Har stemmerne indflydelse på dine følelser, så de fx gør dig mere eller mindre ked af det eller mere eller mindre glad?

---

---

---

## 5. Hvad siger stemmerne?

5.1 Hører du positive (venlige) stemmer? Hvad siger de? Kan du give et eksempel på, hvilke ord de helt nøjagtigt bruger?

---

---

---

5.2 Hører du negative (uvenlige) stemmer? Hvad siger de? Kan du give et eksempel på, hvilke ord de helt nøjagtigt bruger?

---

---

---

5.3 Taler stemmerne om bestemte emner eller personer? Kan du beskrive dem? Hvad siger stemmerne? Angår disse emner også dig?

---

---

---

## 6. Hvad tror du, forårsager stemmerne?

Du har sandsynligvis gerne villet finde en forklaring på, hvorfor du hører stemmer. Du har måske allerede fundet frem til din egen forklaring på eller fortolkning af, hvad stemmerne betyder, ligesom både fagfolk og alle andre forsøger at finde en forklaring. Det kan imidlertid være, at vi har en anden opfattelse af, hvad der har forårsaget stemmerne. Det kan skyldes, at vi ikke selv har oplevet at høre stemmer, og at vi er uddannet til at betragte stemmernes betydning ud fra en sundhedsfaglig og teoretisk baggrund. Her drejer det sig om, hvad du tror, der forårsager stemmerne, og hvem du mener, stemmerne tilhører.

6.1 Stemmerne tilhører en levende person, som er:

- |   |        |
|---|--------|
| 1. en del af din hverdag                | ja/nej |
| 2. dine forældre eller andre i familien | ja/nej |
| 3. en, du ikke kender                   | ja/nej |

Stemmerne tilhører en afdød person, som:

- |                   |        |
|-------------------|--------|
| 4. du kendte godt | ja/nej |
| 5. du ikke kendte | ja/nej |

Stemmerne er:

- |  |        |
|--|--------|
| 6. symptomer på en sygdom  | ja/nej |
| 7. en eller flere dele af din egen personlighed<br>(fra underbevidstheden) | ja/nej |

Stemmerne er:

- |   |        |
|---|--------|
| 8. en god rådgiver  | ja/nej |
| 9. et genfærd eller nogen, som har levet tidligere<br>(reinkarnation) | ja/nej |
| 10. guder, genfærd eller engle  | ja/nej |
| 11. en god gud  | ja/nej |
| 12. en ond ånd eller djæveln  | ja/nej |

- |  |        |
|--|--------|
| 13. væsener (en ånd eller kraft, som er usynligt til stede. Du kan mærke eller høre den) | ja/nej |
| 14. usædvanlige oplevelser (telepati, medium)  | ja/nej |
| 15. en følge af andres smerte eller af noget andet i dine omgivelser                     | ja/nej |

Interviewerens uddybning

---



---



---

6.2 Har hver af stemmerne forskellige forklaringer på, hvorfor de er der? Hvis ikke, kan du så sige hvorfor?

---



---



---

## 7. Hvordan påvirker stemmerne dig i din hverdag?

Jeg vil gerne høre lidt om, hvilken indflydelse stemmerne har på dig.

- | 7.1 Hvordan forsøger stemmerne at påvirke dig?   | Kan du give et eksempel? |
|--|--------------------------|
| 1. De foreslår en løsning på et problem  | <hr/>                    |
| 2. De rådgiver og hjælper dig  | <hr/>                    |
| 3. De beskriver, hvad du tænker  | <hr/>                    |
| 4. De kommenterer det, du gør/tænker, eller kommenterer de personer, du er sammen med      | <hr/>                    |
| 5. De overtager din tankevirksomhed, så du ikke kan skelne dine egne tanker fra stemmernes | <hr/>                    |
| 6. De bander ad dig eller er meget kritiske over for det, du foretager dig                 | <hr/>                    |
| 7. De forbyder dig at gøre de ting, du har lyst til  | <hr/>                    |
| 8. De forstærker de følelser, du har   | <hr/>                    |
| 9. De forstærker de tanker, du er optaget af   | <hr/>                    |
| 10. De afbryder aktiviteter, du godt kan lide  | <hr/>                    |
| 11. De blander sig, når du taler med nogen   | <hr/>                    |
| 12. De beordrer dig til at gøre ting   | <hr/>                    |



Hvordan påvirker stemmerne dig og/eller andre? Hvordan gør de det (ved deres tilstedeværelse eller gennem den måde, de siger tingene på)?

---

---

---

7.2 Har du det godt med nogle af stemmerne? Hvorfor? Har det altid været sådan?

---

---

7.3 Hvordan oplever du stemmerne:	NU	I BEGYNDELSEN
hovedsagelig positive stemmer	ja/nej	ja/nej
hovedsagelig negative stemmer	ja/nej	ja/nej
neutralt	ja/nej	ja/nej
både negativt og positivt	ja/nej	ja/nej

## 8. Forholdet til stemmerne

Jeg vil gerne vide noget om, hvilket forhold du har til stemmerne.

8.1 Kan du påvirke stemmerne på nogen måde? ja/nej  
Kan du give et eksempel?

---

---

8.2 Får stemmerne dig til at føle dig afmægtig? Hvis ja, hvordan gør de det?  
(Ved deres tilstedeværelse eller med det, de siger?)

---

---

8.3 Har du kontrol over stemmerne? Har det altid været sådan? Kan du beskrive det?

---

---

8.4 Kan du tale med stemmerne? Taler du sommetider med dem? Taler du højt, eller tænker du kun ordene (eller begge dele)? Hvordan reagerer stemmerne? Har de altid reageret på den måde? Hvis ikke, hvorfor? Kan du give et eksempel?

---

---

8.5 Giver du nogensinde stemmerne navne? Hvis ja, gør du det højt eller i tankerne? Kan du kalde på stemmerne og få dem til at komme?

---

---

8.6 Kan du sige nej til ordrer fra stemmerne? Hvis du kan, hvilke ordrer kan du sige nej til, og hvilke kan du ikke sige nej til? Hvad sker der, hvis du nægter at gøre, hvad stemmerne beordrer dig til?

---

---

---

8.7 Kan du lukke af for stemmerne og derefter lukke op for dem igen?

---

---

8.8 Når du hører stemmer, koncentrerer du dig så mest om, hvad stemmerne siger, eller om, hvad du gør? Er der i den sammenhæng forskel på forskellige stemmer eller forskellige episoder?

---

---

---

## 9., 10., 11. Mestringsstrategier

Vi har allerede talt om dit forhold til stemmerne, og nu vil jeg gerne høre lidt om, hvad du helt konkret gør, når du hører stemmer. Hvis svaret er ja, spørges om hvor mange gange, og hvilken virkning det har. Hvad gør du, når du hører stemmer?

### 9. Kognitive strategier

Nr.	Strategi	Ja/nej	Hvis ja, beskriv
1	Sender stemmerne væk		
2	Ignorerer stemmerne		
3	Koncentrerer dig om at lytte		
4	Har selektivt lyttemønster		
5	Tvinger dine tanker i en anden retning		
6	Laver en aftale med stemmerne		
7	Begrænser du sommetider stemmerne		

### 10. Adfærdsstrategier

Nr.	Strategi	Ja/nej	Hvis ja, beskriv
8	Begynder at gøre noget		
9	Flygter fra stemmerne		
10	Ringer til nogen		
11	Besøger nogen		
12	Afleder dig selv		
13	Fører dagbog over stemmerne		
14	Bestemt adfærd eller bestemte ritualer		

### 11. Fysiologiske strategier

Nr.	Strategi	Ja/nej	Hvis ja, beskriv
15	Afslapningsøvelser som fx yoga		
16	Medicin		
17	Alkohol og stoffer		
18	Mad		

## 12. Konklusion vedr. mestringsstrategier

12.1 Hvilken metode bruger du oftest? Hvor ofte bruger du den? Bruger du den systematisk? Hvis ikke, hvorfor ikke?

---

---

12.2 Hvad er resultatet (får du mere eller mindre styrke)?

---

---

12.3 Hvad gør du, hvis du ved, at stemmerne dukker op i bestemte situationer? (Forsøger du at finde alternativer, forsøger du at undgå dem, eller forsøger du at undgå, at de påvirker dig?)

---

---

12.4 Har du nogensinde gjort noget, som så ud til at hjælpe?

---

---

## 13. Spørgsmål om din barndom

Barndommen opleves meget forskellig fra person til person. Nogle mennesker kan lide at tænke tilbage på deres barndom, mens andre foretrækker at glemme den så hurtigt som muligt. Hvordan husker du din barndom?

13.1. Var din barndom vanskelig eller god? Kan du fortælle lidt om den?

---

---

13.2. Følte du dig tryk i skolen, på gaden og hjemme? Hvis ikke, kan du så forklare hvorfor?

---

---

13.3. Er du nogensinde blevet mishandlet som barn? Hvordan?

---

---

13.4. Blev du som barn nogensinde udsat for specielle afstraffelsesmetoder? Blev du fx låst inde på et toilet eller bundet?

---

---

13.5. Er du som barn eller teenager nogensinde blevet råbt efter eller nedgjort? Har du haft en følelse af at være uønsket, eller følte du, at du aldrig var i stand til at gøre noget som helst rigtigt?

---

---

13.6. Har du nogensinde set en i din familie blive mishandlet?

---

---

13.7. Er du nogensinde blevet seksuelt misbrugt af et familiemedlem?

---

13.8. Er du nogensinde blevet tvunget til sex mod din vilje (hvor du hverken kunne gøre modstand eller flygte)?

---

---

#### 14. Anamnese

14.1 Har du nogensinde fået behandling? Har du nogensinde fået behandling pga. stemmerne? Hvilken slags behandler gik du i så fald til?

År	Indlæggelse/ambulant	Behandler type	Varighed	Behandlingsindikation

14.2 Hvilken behandler talte du med om stemmerne?

---

---

14.3 Hvad gjorde behandleren i forhold til stemmerne?

---

---

#### 15. Socialt netværk

Kontakt med andre mennesker er en vigtig del af livet. Først vil jeg bede dig fortælle mig om en person, som du har et personligt forhold til, og om andre, som også er vigtige for dig. Rækkefølgen er ikke vigtig, og du behøver ikke at oplyse personernes fulde navn. Det er tilstrækkeligt at bruge initialer, benævnelser som "min søn" eller lignende.

##### SVAR OM SOCIALT NETVÆRK

Nr.	Navn	Kender til stemmerne ja/nej	Taler om stemmerne ja/nej