

Vooral gezonde mensen horen 'stemmen'

MAASTRICHT - De groep mensen die stemmen horen afkomstig uit het eigen brein, terwijl zij zeker zijn dat die stemmen van buiten komen, is veel groter dan altijd wordt aangenomen. Bijna 500 000 Nederlanders horen stemmen. Maar slechts een derde ondervindt daar hinder van en is psychiatrisch patiënt.

ALDERT SCHIPPER 31 augustus 1995

De meeste 'stemmenhoorders' hebben er geen last van of ondervinden zelfs voordeel. Het komt zelfs voor dat een stemmenhoorder anderen laat meeprofiteren. De grootste Nederlandse deskundige, de Maastrichtse hoogleraar sociale psychiatrie Marius Romme, rekent Socrates, Boeddha, Jezus en ook wel Jomanda tot deze laatste categorie.

Vandaag begint in Maastricht een groot internationaal congres 'Stemmen Horen', waar de psychiatrische experts en stemmenhoorders zelf, beide uit binnen- en buitenland, aan het woord komen.

Ongeveer acht jaar geleden confronteerde een cliënte die stemmen hoorde professor Romme (62) met het probleem dat psychiaters geen belangstelling tonen voor die stemmen. "Ook ik dacht meestal bij zo'n patiënt: 'Oh, dat is een akoestische hallucinatie. Dat heb je nu eenmaal bij patiënten met bepaalde aandoeningen.' Maar deze vrouw stond erop dat ik op de beleving zelf zou ingaan. Ik leerde zo dat je bij stemmen horen onderscheid kunt maken. Die mevrouw voelde zich alleen al ellendig omdat niemand op die stemmen zelf inging. Daarnaast werd ze enorm

somber doordat die stemmen haar verboden de straat op te gaan. Ze raakte daardoor sociaal geïsoleerd en overwoog zichzelf van het leven te beroven.”

Wakker geworden door het verhaal van deze patiënte, bedacht Romme dat hij wel meer mensen kende die stemmen hoorden. “Die bracht ik met elkaar in contact en het leverde zulke interessante gesprekken op, dat we er mee doorgingen. Het was ook voor de mensen zelf verbazend en wonderlijk met anderen over hun ervaringen te kunnen spreken.”

In 1987 deed Romme via de tv een oproep aan stemmenhoorders zich te melden en zo leerde hij een grote groep mensen met deze ervaring kennen met wie verder niets aan de hand was. “Ik wist niet eens dat stemmen horen ook bij niet-patiënten bestond. Stemmenhoorders die ik kende waren meestal mensen die als schizofreen te boek stonden of als mensen met een dissociatieve stoornis. Maar zo kwam ik tot de ontdekking dat deze groep maar een derde vormt van al degenen die stemmen horen.”

Niet-patiënten en patiënten beleven precies dezelfde soort hallucinaties. Ieder denkt absoluut dat de stem van buiten komt. De patiënten zijn daar nog iets beslist in en een psychiater die zo iemand tegenspreekt en zegt dat het uit zijn eigen brein komt, kan wel inpakken. “Dan breng je de relatie in gevaar”, zegt Romme. “De beleving is in alle oprechtheid dat de stemmen van buiten komen.”

Wie stemmen hoort, wordt uitgescholden, ontvangt commentaren op zijn handelingen en wordt tegengesproken. Niet-patiënten ervaren al dat gepraat als iets dat er nu eenmaal bij hoort of als iets positiefs.

Uit het onderzoek dat prof. Romme vanochtend in het Maastrichtse MECC presenteert, blijkt dat de oorzaak dat iemand stemmen gaat horen en de

oorzaak om daarmee patiënt te worden, niet dezelfde is. Hij komt met een paar voorbeelden. “Een man van 41 begint stemmen te horen voordat hij een examen moet doen, waarvoor hij waarschijnlijk zal zakken. Hij verwacht dat hij daarom niet meer als winkelier kan werken. Het is een traumatische herhaling van een jeugdervaring, toen zijn vader hem te dom vond om de boerderij van de familie over te nemen. De man kon dit niet verwerken en kwam in de psychiatrie terecht.”

Romme: “Bij de meeste stemmenhoorders treffen we een ingrijpende en traumatische ervaring in het eerdere leven aan, waardoor men zich ernstig bedreigd had gevoeld. Zoals een dodelijke ziekte of het verlies van een of meer dierbaren. Dat gebeurde kort voordat het stemmen horen begon. Maar of men al dan niet patiënt wordt, hangt van andere factoren af.”

Het tweede voorbeeld dat Romme geeft is een vrouw die stemmen gaat horen nadat binnen drie maanden drie belangrijke en geliefde personen overleden: haar man, haar vader en haar schoonzus. “Zij ging stemmen horen maar werd geen patiënt. Het verschil met de 41-jarige man is dat de gebeurtenis voor deze niet-patiënte geen ontwrichtende gevolgen had. Er kwamen geen financiële problemen. Bovendien vond deze gebeurtenis plaats bij een weerbaar persoon afkomstig uit een gezin waarin ze werd gewaardeerd.”

Mensen die patiënt zijn en stemmen horen willen daar graag van af. Daarvoor is innige samenwerking tussen patiënt en psychiater nodig. Romme: “Dan moet je samen op zoek naar die catastrofe die het stemmen horen uitlokte en naar de sociale situatie die het stemmen horen zo moeilijk maakt en waardoor iemand patiënt werd. Dikwijls moet je eerst de sociale situatie verbeteren. Vervolgens zegt de psychiater: 'Als u stemmen hoort, moet er iets moeilijks in uw leven zijn gebeurd, waarover u bereid moet zijn te praten.' Medicijnen kunnen de stemmen tot zwijgen brengen. Het

kan zijn waarde hebben doordat een patiënt afstand kan krijgen van het stemmen horen, maar op de langere duur dempen die medicijnen de hele emotionaliteit.”

“Soms lukt het iemand de patiënten rol te verlaten”, zegt Romme, “maar het is heel lastig. Hoe krijg je iemand uit die slachtofferrol. Of zo'n persoon daar voldoende durf voor heeft, hangt sterk samen met de overige leefsituatie. Het is mogelijk in het dagelijks leven anders te leren omgaan met stemmen, zodat men ze niet meer als bedreiging ervaart. Maar het lukt lang niet altijd, want het kan ook te bedreigend blijken.”