

INTERVIEWGUIDE TIL EN PERSON, DER SER SYNER

Udarbejdet ud fra Maastrichtinterviewet vedrørende stemmer
af Sandra Escher og professor Marius Romme

Udarbejdet af:

Michael Cidlik
i samarbejde med Trevor Eyles m. fl

Kan med fordel anvendes sammen med
Making Sense of Voices.

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

©
A.D.M.A.C.Escher
&
Prof.Dr.M
M.A.J.Romme

Interview med en person, der ser syner

Den interviewedes navn/Initialer: _____

Alder: _____

Dato for første interview: _____

Eventuel supplerende information (Kan undlades)

Adresse: _____

Telefonnummer: _____

Fødselsdato: _____

Køn: Mand Kvinde

Gift: _____

Kæreste: _____

Bor du sammen med nogen: _____

Antal børn: _____

Boligforhold: _____

Skole/Arbejde: _____

Pensionist: _____

Nationalitet: _____

Information om interviewet:

Interviewers navn: _____

Dato for opfølgning: _____

1. Oplevelserne af dine syner.

Formålet er at hjælpe dig til at opnå større indsigt i dine oplevelser med at se syner. Formålet er også at gøre det lettere for dig og mig at tale om dine oplevelser og om hvordan du forholder dig til dine syner. På den måde kan vi i fællesskab finde ud af, hvordan du bedst forholder dig til dine oplevelser.

Måske du også kommer til at lære hvordan du bedst kan være sammen med dine syner og hvordan du bedst kan forholde dig til dem.

1.1

Jeg vil bede dig fortælle mig om dine oplevelser med at se syner. Hvor mange syner oplever du? Er der lyde forbundet med dem?

1.2

Kan andre mennesker se det du ser?

Kan du forklare hvorfor?

1.3

Hvor ser du synerne? Eksempelvis i periferien, lige foran, over, under eller i en af siderne

1.4

Hvordan oplever du dine syner?

Er det noget du ser for dit indre? Et det stille som et billede eller er det mere som en film? Er synerne lige så tydelige som alt andet du ser eller er det gennemsigtigt eller sløret?

1.5

Når du tænker på synerne, har du så den opfattelse at det er noget du selv er med til at vise, eller er det igennem påvirkning fra andre? (Vi prøver at finde ud af, hvordan du opfatter synerne, når du oplever dem). Kommer de fra dit indre (ego-synton/jeg), eller kommer de fra en anden eller noget andet uden for dig selv (ego-dyston/ikke-jeg). Kan du forklare hvorfor? Kommer dine syner fra en anden eller noget andet omkring dig? – Altså er der nogen der sender dig synerne Kan du fortælle hvordan?

1.6

Kan du tale med dine syner, eller kommunikere med dem på nogen måde? Kan du give et eksempel?

2. Synernes karakteristika

I dette afsnit skal vi forsøge at sætte lidt flere ord på hvad dine syner forestiller, og om der er noget genkendeligt i dem.

2.1

Hvor mange forskellige syner ser du? Har det altid været sådan? Har antallet af syner nogensinde ændret sig? Har det altid været de samme syner, du har set?

2.2

For at jeg bedre kan forstå dine oplevelser vil jeg gerne have at vi tydeligt adskiller synerne ad. Hvordan opdeler du oplevelserne? Kan vi måske give dem et navn vil kan tale ud fra?

Nr.	Navn	Hvad forestiller det? Primær figur/Handlingen	Hvordan ser du det?	Hvor ofte ser du synen?
1				
2				
3				
4				
5				

2.3

Minder noget i synerne dig om nogen du kender?

Ser de som nogen du kender? Eller måske fragmenter af synerne. Det kan også være at de bevæger sig som noget du kender fra andre Hvis der er lyde – minder de dig om nogen? Hvem?

3. Anamnetiske oplysninger om synerne

Vi skal nu sammen se på hvordan det var for dig da du begyndte at se syner og hvordan det har været siden. Syner reagerer ofte på begivenheder i dit liv og det skal vi sammen prøve at finde ud af mere om.

3.1

Lad os vende tilbage til det tidspunkt, hvor du begyndte at se syner. Hvor gammel var du, da du første gang så en syne? Kan du huske, hvor gammel du var, da du begyndte at se hver enkelt af synerne? I hvilke senere perioder af dit liv har du set syner?

3.2

Kan du for hver enkelt af synerne beskrive omstændighederne, da du så dem første gang?

3.3

Er synerne til stede eller væk på bestemte tidspunkter? (fx om dagen, natten, weekenden eller på bestemte tidspunkter af døgnet) Har du nogen ide om hvorfor?

Fx – når du er i bad, køre offentlig transport, eller sammen med bestemte mennesker.

3.4

Har du nogensinde lagt mærke til, om synerne er tilstede når du befinder dig i en bestemt sindstilstand eller har bestemte følelser? Lad os se på denne liste.

Stressende/hårde forandringer:	Ja/nej	Alder	Aktive syner i situationen?
Bo alene			
Flyttet til et nyt sted			
Skiftet skole			
Begyndt på en uddannelse			
Dumpet en eksamen			
Stoppet eller fyret fra arbejde			
Ændringer på arbejde, herunder omstruktureringer, degraderinger og lign			
Blevet førtidspensionist eller manglende evne til at arbejde			
Økonomiske problemer			
Kommet alvorlig til skade			
Haft alvorlig fysisk sygdom			
Været indlagt på et psykiatrisk sygehus			
Været indlagt på et sygehus			
Været i narkose			
Et dødsfald i din familie			
Et kæledyr der døde			
En i din familie der har været alvorlig syg			
Forsøgt selvmord eller selvmordsforsøg			
Er du blevet skilt eller haft et svært brud			
Er dine forældre blevet skilt			
At blive teenager			
Haft en abort			
Været gravid			
Været forelsket eller blevet afvist			
Dårlig stemning i hjemmet			
Dårligt parforhold			
Interesseret seksuelt i det samme køn			
Egen eller partners utroskab			
Deltaget i spirituelle begivenheder			
Udfordringer i forbindelse med religion eller været i en sekt			

3.5

Synes du at der er nogen af de ting på listen, der har gjort at dine syner har ændret sig?

4. Hvad får synerne til at komme?

Det kan føles som om at synerne kommer helt tilfældigt, men vi ser ofte at synerne bliver trigget af specifikke oplevelser, og det skal vi sammen undersøge.

4.1

Har du lagt mærke til om synerne 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 (f.eks. når du handler, ser TV, laver mad, er alene, er udendørs e.l.).

4.2

Er synerne til stede eller væk på bestemte tidspunkter, (f.eks. om dagen, om natten, i weekenden, eller på bestemte tidspunkter på døgnet) Har du nogen idé om hvorfor??

4.3

Har du en oplevelse af at synerne kommer når du er i nærheden af specifikke ting?

4.4

Hvordan oplever du det når synerne begynder?

4.5

Har du nogensinde lagt mærke til om synerne er til stede når du befinder dig i en bestemt sindstilstand eller har bestemte følelser? Lad os se på denne liste:

- | | |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> Usikkerhed | <input type="checkbox"/> Ensomhed |
| <input type="checkbox"/> Frygt | <input type="checkbox"/> Jalousi |
| <input type="checkbox"/> Tvivl | <input type="checkbox"/> Sorg |
| <input type="checkbox"/> Forelskelse | <input type="checkbox"/> Udmattelse |
| <input type="checkbox"/> Vrede eller aggressivitet | <input type="checkbox"/> Deprimeret |
| <input type="checkbox"/> Glæde | <input type="checkbox"/> Dine egne seksuelle følelser |
| | <input type="checkbox"/> Andre seksuelle følelser |

Kan du beskrive hvordan synerne fremtræder? (beroliger de dig og hjælper dig, eller er de skræmmende og hjælper dig ikke?) Har synerne indflydelse på dine følelser, så de f.eks. gør dig mere eller mindre ked af det, eller mere eller mindre glad?

5. Hvordan oplever du dine syner?

5.1

Oplever du positive syner (ikke skræmmende syner)? Kan du give et eksempel??

5.2

Oplever du negative syner (skræmmende syner)? Kan du give et eksempel?

5.3

Fremstår synerne som bestemte objekter, personer eller dyr? Kan du beskrive dem? Har synerne en relation til dig?

6. Hvad tror du forårsager synerne?

Du har sandsynligvis gerne ville finde en forklaring på, hvorfor du oplever syner. Du har måske allerede fundet frem til din egen forklaring på, eller fortolkning af, hvad synerne 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 synerne. Det kan skyldes at vi ikke selv har oplevet at se syner, og at vi er uddannet til at betragte synernes betydning ud fra en sundhedsfaglig og teoretisk baggrund. Her drejer det sig om, hvad du tror, der forårsager synerne.

6.1

Ligner synerne en levende person, som er:

- | | |
|---|--------|
| 1. en du ser hver dag | ja/nej |
| 2. dine forældre eller andre i familien | ja/nej |
| 3. en, du ikke kender | ja/nej |

Synerne ligner en afdød person, som:

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

Tror du dine synerne

- | | |
|--|--------|
| 6. er et symptom på en sygdom | ja/nej |
| 7. en eller flere dele af dig selv (underbevidsthed) | ja/nej |

Oplever du synerne som:

- | | |
|-----------------------------------|--------|
| 8. gode til at give råd og hjælpe | ja/nej |
| 9. et spøgelse | ja/nej |
| 10. guder eller engle | ja/nej |

11. en god gud	ja/nej
12. en ond ånd eller djævlén	ja/nej
13. et rumvæsen eller et usynligt væsen	ja/nej
14. mystiske oplevelser (fx tankeoverførsel)	ja/nej
15. kommet fordi andre har haft det svært	ja/nej

6.2

Kan dine syner forklare hvorfor de er hos dig?

Er der andre der kan forklare hvorfor synerne er hos dig?

Hvorfor tror du det?

Har dine syner forskellige opgaver de skal hjælpe dig med?

7. Hvordan påvirker synerne dig i hverdagen?

Syner kan påvirke dig på mange måder, der kan opleves positive, neutrale eller negative, og i dette afsnit vil jeg gerne høre hvordan de påvirker dig.

7.1

Hvordan forsøger synerne at påvirke dig?

Kan du give et eksempel?

1) Guider de til en løsning på et problem?

2) Rådgiver de og hjælper dig?

3) Udtrykker de hvad du tænker?

4) Reagerer de på det du tænker eller på de personer du er sammen med?

5) Kan dine synsoplevelser gøre dig i tvivl om din egen virkelighed og andres virkelighed?

6) Reagerer de kritisk eller negativt på det du foretager dig?

7) Forhindrer de dig i at gøre ting du har lyst til?

- 8) Forstærker de følelser du har? _____
- 9) Forstærker de tanker du har? _____
- 10) Afbryder de aktiviteter du godt kan lide? _____
- 11) Blander de sig, når du taler med nogen? _____
- 12) Får de dig til at gøre nogle ting? _____

7.2

Hvordan påvirker synerne dig og / eller andre? hvordan gør de det? (ved deres tilstedeværelse eller gennem den måde de viser sig på?) Interagerer de med omgivelserne?

7.3

<u>Hvordan oplever du synerne?</u>	<u>Nu</u>	<u>I begyndelsen</u>
Hovedsageligt positive syner?	Ja/Nej	Ja/Nej
Hovedsageligt negative syner?	Ja/Nej	Ja/Nej
Neutrale syner?	Ja/Nej	Ja/Nej

8 Forholdet til synerne

Jeg vil godt vide noget om, hvilket forhold du har til synerne?

8.1

Kan du påvirke synerne? Kan du give et eksempel?

8.2

Få synerne dig til at føle dig afmægtig? Hvis ja, hvordan gør de det? (ved deres tilstedeværelse eller med deres reaktion)

8.3

Har du kontrol over synerne? Har det altid været sådan?

8.4

Kan du kommunikere med synerne? Og gør du somme tider det? Hvordan kommunikerer du med synerne?

8.5

Hvordan reagerer de når du kommunikerer eller forsøger at kommunikere med dem? Har de altid reageret på den måde?? Hvis ikke, hvorfor? kan du give et eksempel?

8.6

Jeg har før spurgt ind til om du giver synerne navne. Hvis du har navne til dem taler du så til dem højt eller i tankerne? Kan du kalde på synerne og få dem til at komme?

8.7

Kan du sige fra over for synerne eller afvise dem? Hvis du kan, hvilke ting kan du sige fra til, og hvilke ting kan du ikke sige fra til?

Hvad sker der, hvis du nægter at gøre, hvad synerne opfordrer dig til?

8.8

Kan du lukke af for synerne og derefter lukke op for dem igen?

8.9

Når du ser syner koncentrerer du dig så mest om deres tilstedeværelse eller hvad du gør? Er der i den sammenhæng forskel på forskellige syner eller forskellige episoder?

9., 10., 11. Mestringsstrategier

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

9 Kognitive strategier

Nr.	Strategi	Ja/nej	Hvis ja, beskriv
1	Siger til synerne at de skal forsvinde?		
2	Ignorerer synerne?		
3	Koncentrerer dig om at se?		
4	Ignorerer specifikke dele af synerne?		
5	Tvinger dine tanker i en anden retning?		
6	Laver en aftale med synerne?		
7	Begrænser du sommetider synerne?		

10. Adfærdsstrategier

Nr.	Strategi	Ja/Nej	Beskriv
8	Begynder at gøre noget		
9	Flygter fra synerne		
10	Ringer til nogen		
11	Besøger nogen		
12	Afleder dig selv		
13	Fører dagbog over synerne		
14	Bestemt adfærd eller bestemte ritualer		

11. Fysiologiske strategier

Nr.	Strategi	Ja/Nej	Beskriv
15	Afslapningsøvelser som fx yoga		
16	Medicin		
17	Alkohol og stoffer		
18	Mad		
19	Fysisk aktivitet f.eks. sport/løb		
20	Ball Stick		
21	NADA		

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 synerne 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 (Sygehistorie)

14.1

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

Årstal/Alder	Indlæggelse/ambulant	Behandler type	Varighed	Behandlingsindikation

14.2

Hvilken behandler talte du med om synerne?

14.3

Hvad gjorde behandleren i forhold til synerne?

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 vedrørende socialt netværk

Nr.	Navn/relation	Kender til synerne (ja/nej)	Taler om synerne (ja/nej)