



## MANIFEST STEMMEN HOREN EN MENSENRECHTEN

### **Stemmen horen: een lange geschiedenis van pathologisering, stigmatisering en mensenrechtenschendingen**

Het horen van stemmen zonder dat er een extern stemgeluid aanwezig is, wordt door veel mensen gezien als een teken van waanzin, ziekte of stoornis. In de psychiatrie is het horen van stemmen lange tijd gezien als een symptoom van schizofrenie, waarbij er van uit gegaan werd dat schizofrenie een levenslange ziekte was, waarbij de stemmen tot zwijgen gebracht dienen te worden. De standaardbehandeling bestond in belangrijke mate uit het voorschrijven van 'antipsychotica'. Antipsychotica zijn middelen die milde tot ernstige, en in sommige gevallen zelfs dodelijke gezondheidsrisico's met zich mee kunnen brengen. Lange tijd was er bij de behandeling geen of weinig ruimte om te praten over stemmen en over traumatische of andere levenservaringen, die (mede) de oorzaak van het stemmen horen kunnen zijn. Door het stempel 'levenslange ziekte' werd de mogelijkheid om te kunnen herstellen niet als reëel gezien. Tegen veel stemmenhoorders is gezegd dat zij hun doelen in het leven niet zouden kunnen bereiken. Het gaat hierbij om levensdoelen zoals zelfstandig wonen, een baan of studie uitvoeren, een liefdesrelatie onderhouden en kinderen krijgen. Bij veel stemmenhoorders zijn dwangbehandelingen toegepast, zoals dwangopname, isoleercel, dwangmedicatie, ECT, fixatie, visitatie en voeding. Alhoewel de laatste jaren er op deze gebieden veranderingen hebben plaatsgevonden, komen deze ziens- en handelwijzen in mindere of meerdere mate nog steeds voor in de psychiatrie. Stemmen horen als symptoom van ziekte is nog steeds het leidend principe.

De beeldvorming vanuit de psychiatrie heeft eraan bijgedragen dat stemmen horen bij het brede publiek ook veelal gezien wordt als een teken van ziekte, waanzin of beperking. Dit beeld heeft geleid tot allerlei vormen van maatschappelijke stigmatisering, uitsluiting en discriminatie van stemmenhoorders - denk aan 'verwarde mensen'.

Tezamen genomen is het duidelijk dat stemmenhoorders een lange geschiedenis van mensenrechtenschendingen hebben doorgemaakt. Een situatie die op veel plekken voortduurt tot op de dag van vandaag.

### **Wereldwijde stemmenhoorbeweging: Emancipatie van het stemmen horen**

De internationale stemmenhoorbeweging is van mening dat stemmen horen een veel voorkomende menselijke ervaring is waar je mee om kunt leren gaan. Zij ziet stemmen horen niet als een symptoom van een ziekte of stoornis, maar als menselijke variatie. De meeste stemmenhoorders kunnen met hun stemmen goed omgaan. De stemmenhoorbeweging heeft daarom onder andere als doel stemmenhoorders te emanciperen en te empoweren. De uitgangspunten en doelen van de stemmenhoorbeweging staan beschreven in de Melbourne Stemmenhoorverklaring uit 2013.

#### **Doel van dit Manifest Stemmen Horen en Mensenrechten:**

- 1) de aandacht en erkenning te vragen voor mensenrechtenschendingen die stemmenhoorders aan zijn gedaan,
- 2) duidelijk te maken wat de mensenrechten van stemmenhoorders zijn,
- 3) concrete doelen vast te stellen om beter in de mensenrechten van stemmenhoorders te voorzien en onrecht te voorkomen.



### **Universele Rechten van de Stemmenhoorder**

- Stemmenhoorders hebben dezelfde rechten als ieder ander mens. Alle mensenrechten, zoals beschreven in de Universele Verklaring van de Rechten van de Mens gelden voor mensen die stemmen horen. Wie je ook bent en waar je ook bent.

### **Stemmen horen als een menselijke variatie**

- Stemmen horen is een natuurlijk verschijnsel, een menselijke variatie.
- Stemmenhoorders maken deel uit van de diversiteit van de mensheid.
- Het horen van stemmen is een uiting van de diversiteit van de menselijke ervaring.

### **Recht op leven, veiligheid en vrijheid**

- Stemmenhoorders hebben recht op leven, veiligheid en vrijheid. Stemmenhoorders dienen te worden behoed voor uitbuiting, geweld en misbruik. Stemmenhoorders mogen niet onderworpen worden aan martelingen of aan wrede, onmenselijke of vernederende behandelingen of bestraffingen.

### **Recht op non-discriminatie**

- Stemmenhoorders mogen niet gediscrimineerd worden om het feit dat ze stemmen horen.
- Stemmen horen mag niet zonder meer als gek worden gezien, of als ziek of gevaarlijk worden omschreven.

### **Recht op gelijke kansen**

- Stemmenhoorders behoren dezelfde mogelijkheden en keuzevrijheden te hebben om hun leven vorm te geven als ieder ander mens:
- Recht op zelfstandig wonen, deel uitmaken van de samenleving, onderwijs, werk naar keuze, behoorlijke levensstandaard, het starten van een gezin, het hebben van een levensbeschouwing / godsdienst naar keuze, genieten en uitoefenen van kunst en cultuur.

### **Recht op eigen overtuiging en mening**

- Stemmenhoorders hebben het recht op het hebben van hun eigen mening en overtuiging over hun stemmen.
- De overtuigingen die stemmenhoorders over hun stemmen hebben mogen niet zonder meer als ziek of gek gezien worden.

### **Recht op vereniging**

- Stemmenhoorders hebben het recht om bijeen te komen met andere stemmenhoorders en andere mensen, en met hen open over stemmen horen en andere onderwerpen te praten.
- Stemmenhoorders hebben recht op sociale steun op basis van wederzijdse begrip, respect, acceptatie en waardering..





#### **Wij zullen ons ervoor inzetten dat:**

- Stemmenhoorders zich kunnen emanciperen.
- We samen zullen opkomen voor de rechten van stemmenhoorders.
- De samenleving goed geïnformeerd wordt over stemmen horen en over mensenrechten, in het bijzonder stemmenhoorders zelf, familie en vrienden van stemmenhoorders, hulpverleners, beleidsmakers, politici en juristen.
- Stemmenhoorders in de samenleving een erkende minderheidsgroepering worden die beschermd dient te worden tegen onrecht.
- Zowel stemmen horen, als overtuigingen over stemmen horen niet meer gepathologiseerd zullen worden als een symptoom van een stoornis, maar gezien worden als menselijke variaties.
- Er vrijplaatsen komen waar stemmenhoorders en hun bondgenoten elkaar kunnen ontmoeten en open ervaringen, ideeën en informatie kunnen uitwisselen en activiteiten kunnen ondernemen.
- De hulpverlening wordt voorzien van informatie op het gebied van stemmen horen en ondersteuning/behandeling bij stemmen horen, zoals ervaringsdeskundige ondersteuning en verschillende therapiesoorten, zodat mensen kunnen kiezen.
- Wij zullen opkomen voor keuzevrijheid voor stemmenhoorders in de ggz, wat betreft de manier waarop zij omgaan met stemmen, de betekenis die zij geven aan hun ervaringen en door wie zij ondersteund willen worden en op welke manier.
- Stemmenhoorders goede steun krijgen in het geval hun mensenrechten worden geschonden.
- Nationale wetten waar nodig aangepast worden om te voorzien in de rechten van mensen die stemmen horen.
- Richtlijnen en protocollen in de ggz aangepast worden om te voorzien in de rechten van mensen die stemmen horen.

#### **Erkenning van de rechten van ieder mens en solidariteit met andere minderheden**

- We onderschrijven de rechten van ieder mens, zoals vastgelegd in de Universele Verklaring van de Rechten van de Mens.
- We uiten onze solidariteit met mensen met andersoortige psychische, verstandelijke of lichamelijke variaties. Er dient te worden voorzien in ieders mensenrechten.

