

AVHRS-Q – Zelfinvul vragenlijst over stemmenhoren

Geslacht*: **M / V**

Geboortedatum: _____

Datum invullen: _____

** svp omcirkelen wat van toepassing is*

In deze lijst wordt gevraagd naar de ervaringen die u hebt gehad bij het horen van stemmen. Het gaat om uw ervaringen zoals die zich **over het algemeen** in de **afgelopen maand** voordeden. Wilt u het antwoord aankruisen dat het meest op u van toepassing is. Wij verzoeken u om per vraag slechts één hokje aan te kruisen.

(1) Hebt u de afgelopen maand altijd slechts één stem gehoord of meer dan één?

- altijd slechts één stem
- meer dan één stem: aantal verschillende stemmen =

Als u de afgelopen maand altijd slechts één stem hoorde, dan kunt u vraag 2 overslaan.

(2) Spreken de stemmen na elkaar (één voor één) of door elkaar?

- de stemmen spreken altijd na elkaar (één voor één)
- de stemmen spreken na elkaar *en* door elkaar
- de stemmen spreken altijd door elkaar

In de volgende vragen gaat het steeds over meerdere stemmen. Als u slechts één stem hoorde dan gelden de vragen voor die ene stem.

(3) Hoe vaak hoort u de stemmen?

- niet meer dan één keer in de afgelopen maand
- ongeveer één keer per week
- ongeveer één keer per dag
- ongeveer één keer per uur
- meer dan één keer per uur

(4) Hoe lang houden de stemmen over het algemeen aan?

- kort / vluchtig, slechts enkele seconden
- enkele minuten
- van enkele minuten tot ongeveer een kwartier
- van een kwartier tot ongeveer één uur
- langer dan een uur tot (bijna) voortdurend

(5) Wanneer hoort u de stemmen? Alleen bij het inslapen of wakker worden of ook op andere tijden van de dag?

- alleen bij het in slaap vallen (als ik al bijna in slaap ben)
- alleen bij het wakker worden (als ik nog niet helemaal wakker ben)
- zowel bij het in slaap vallen als bij het wakker worden maar niet op andere tijden
- de stemmen kunnen op alle tijden van de dag voorkomen

(6) Hoort u de stemmen in uw hoofd of komen ze uit de omgeving?

- ik hoor de stemmen meestal in mijn hoofd
- ik hoor zowel stemmen in mijn hoofd als uit de omgeving
- ik hoor de stemmen vooral buiten mijn hoofd, maar wel in de directe omgeving
- ik hoor de stemmen vooral buiten mijn hoofd, verder weg uit de omgeving

(7) Praten de stemmen tegen u of over u? Of zeggen ze meestal wat u zelf denkt?

- de stemmen zeggen meestal wat ik zelf denk
- de stemmen praten meestal tegen mij
- de stemmen praten zowel tegen mij als over mij
- de stemmen praten meestal over mij of leveren commentaar op wat ik doe

(8) Hoe luid klinken de stemmen?

- meestal een zacht gefluister of geroezemoes
- meestal stiller dan mijn eigen stem
- ongeveer even luid als mijn eigen stem
- meestal luider dan mijn eigen stem
- meestal veel luider dan mijn eigen stem (ook roepen, schreeuwen of gillen)

(9) Zijn de stemmen positief of negatief?

- de stemmen zijn altijd positief
- meestal positief, maar een enkele keer onaangenaam of vervelend
- even vaak positief als negatief, of over het geheel genomen neutraal
- meestal negatief, vervelend of onaangenaam
- altijd negatief, vervelend of onaangenaam

Als u bij deze vraag 'altijd positief' hebt aangekruist, dan kunt u vraag 10 overslaan.

(10) Hoe vervelend zijn de negatieve dingen die de stemmen zeggen?

- wel vervelend, maar ze zeggen geen negatieve dingen over mijzelf of anderen
- ze zeggen meestal negatieve dingen over wat ik doe (of wat anderen doen)
- ze zeggen meestal negatieve dingen over wat of hoe ik ben (of hoe anderen zijn)
- de stemmen bedreigen mij of geven opdrachten om mijzelf of anderen iets aan te doen

(11) Maken de stemmen u wel eens bang of angstig?

- nee, nooit
- een enkele keer
- ongeveer de helft van de tijd
- meestal wel
- ja, altijd (of soms raak ik door de stemmen volledig in paniek)

(12) Hinderen de stemmen u in het dagelijks leven? Verstoren of belemmeren ze de dagelijkse gang van zaken?

- nee, nooit
- af en toe
- ongeveer de helft van de tijd
- meestal wel
- ja, voortdurend

(13) Beheersen of verstoren de stemmen uw gedachten, zodat u niet goed of helder kunt denken?

- nee, nooit
- af en toe
- ongeveer de helft van de tijd
- meestal wel
- ja, voortdurend

(14) Hebt u het idee dat u de baas bent over uw stemmen? Hebt u ze onder controle? Kunt u ze bijvoorbeeld oproepen of laten verdwijnen?

- ja, ik ben de baas over mijn stemmen; ik heb ze altijd onder controle
- ik heb meestal wel enige controle over mijn stemmen
- ik heb ongeveer de helft van de tijd controle over mijn stemmen
- ik heb meestal geen controle over mijn stemmen
- nee, ik heb nooit controle over mijn stemmen

(15) **Wat is volgens u de oorzaak van uw stemmen? Worden ze veroorzaakt door dingen die met uzelf te maken hebben (bijvoorbeeld uw eigen gedachten, gevoelens of spanningen) of worden ze veroorzaakt door invloeden van buitenaf (bijvoorbeeld andere personen, computers, geesten of buitenaardse wezens)?**

- de stemmen hebben alleen met mijzelf te maken
- ze hebben voor het grootste deel met mijzelf te maken
- ze hebben evenveel met mijzelf als met invloeden van buitenaf te maken
- ze worden voor het grootste deel door invloeden van buitenaf veroorzaakt
- de stemmen worden volledig door invloeden van buitenaf veroorzaakt

(16) **Wilt u op een schaal van 1 tot 10 aangeven hoe vaak u in de afgelopen maand last hebt gehad van de stemmen; '1' betekent 'nooit' en '10' betekent 'voortdurend'.**

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

(17) **Wilt u op een schaal van 1 tot 10 aangeven hoe erg of hoe veel u in de afgelopen maand onder de stemmen geleden hebt; '1' betekent 'helemaal niet' en '10' betekent 'zeer intens'.**

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Tot slot:

Wanneer hebt u voor het eerst één of meerdere stemmen gehoord?

Aantal = maanden / jaren geleden (*svp omcirkelen wat van toepassing is*)