

Nærdødsoplevelses-indhold skalaen

translated into Danish by Tobias Kvist Stripp & Niels Christian Hvidt, University of Southern Denmark (2021).

Contact: tkstripp@health.sdu.dk

Vi inviterer dig til at svare på hvert af de 20 udsagn herunder ud fra de følelser og tanker, du havde lige i øjeblikket af oplevelsen (hverken før eller efter) ved at vælge det svar, som du mener er det mest korrekte (kun ET svar pr. udsagn).

Da oplevelsen eller følelsen kan have været mere eller mindre intens, vil vi bede dig om at præcisere den oplevede intensitet ved hjælp af 4 svarmuligheder (fra 1 til 4) ved hvert udsagn. Hvis du ikke har oplevet det nævnte fænomen i udsagnet, bedes du markere "0 – overhovedet ikke ; fraværende ". Hvis du har gennemlevet det samme fænomen flere gange i løbet af oplevelsen, vil vi bede dig om at svare ud fra den mest markante oplevelse af fænomenet.

Svarmuligheder:

0 – overhovedet ikke ; fraværende

1 – let

2 – middel

3 – intenst ; på niveau med alle andre intense oplevelser op til nu

4 – ekstremt ; mere end på noget andet tidspunkt i mit liv og mere intenst end 3

	0	1	2	3	4
1. Din tidsopfattelse blev ændret	☐	☐	☐	☐	☐
2. Dine tanker blev hurtigere	☐	☐	☐	☐	☐
3. Du hørte en eller flere stemmer, som ikke kom fra en fysisk krop	☐	☐	☐	☐	☐
4. Du havde opfattelsen af pludseligt at forstå dig selv, andre og/eller universet fuldstændigt	☐	☐	☐	☐	☐
5. Du havde en følelse af fred og/eller velvære	☐	☐	☐	☐	☐
6. Du havde en følelse af harmoni eller samhørighed, som om du var en del af et hele	☐	☐	☐	☐	☐
7. Du så eller var omgivet af et skinnende lys uden et bestemt fysisk udgangspunkt	☐	☐	☐	☐	☐
8. Du havde usædvanlige sanseoplevelser (se, høre, lugte, føle og/eller smage)	☐	☐	☐	☐	☐
9. Du var bevidst om ting udover, hvad dine sanser sædvanligvis kan opfatte	☐	☐	☐	☐	☐
10. Du opnåede indsigt i fremtiden	☐	☐	☐	☐	☐
11. Du havde en følelse af at være "udenfor" eller adskilt fra din krop	☐	☐	☐	☐	☐

Copyright ©2020 Charlotte Martial et al. All rights reserved.

Reproduction, distribution, translation or other use of this scale, in whole or in part, is strictly prohibited without the prior written permission of the author or rights holder. For all requests to use, translate, modify or adapt this scale, please contact cmartial@uliege.be.

Any unauthorized use will be prosecuted.

12. Du havde en oplevelse af at forlade den jordiske verden eller at gå ind i en ny dimension og/eller nyt miljø	☐ ☐ ☐ ☐ ☐
13. Du genså eller genoplevede én eller flere begivenheder fra din fortid	☐ ☐ ☐ ☐ ☐
14. Du mødte en tilstedeværelse og/eller et væsen (fx en afdød person)	☐ ☐ ☐ ☐ ☐
15. Du havde en følelse af ikke-eksistens, af fuldstændig tomhed og/eller frygt	☐ ☐ ☐ ☐ ☐
16. Du havde oplevelsen af en grænse og/eller et punkt, hvorfra du ikke ville kunne komme tilbage igen	☐ ☐ ☐ ☐ ☐
17. Du tog beslutningen om eller var tvunget til at komme tilbage fra oplevelsen	☐ ☐ ☐ ☐ ☐
18. Du fik indtryk af at dø og/eller at være død	☐ ☐ ☐ ☐ ☐
19. Du så eller kom ind i et overgangsområde (fx en tunnel eller en port)	☐ ☐ ☐ ☐ ☐
20. Du oplever, at du ikke besidder de rette ord til at beskrive din oplevelse	☐ ☐ ☐ ☐ ☐