

Escala de Conteúdo da Experiência de Quase Morte (Versão em Português Europeu da The Near-Death Experience Content Scale - NDE-C © Charlotte Martial et al., 2020)¹

Por favor, responda às 20 afirmações a seguir apresentadas de acordo com os seus sentimentos e pensamentos no momento da experiência (não antes, nem depois) escolhendo a resposta que lhe pareça mais apropriada (selecione apenas UMA resposta por afirmação)

Todas as experiências ou sensações variam em intensidade, por isso pedimos-lhe que especifique a intensidade da sua experiência através de uma escala de classificação (de 1 a 4) para cada uma das afirmações. Se, pelo contrário, não experimentou o fenómeno descrito na afirmação, por favor escolha '0 – De nenhuma forma'. Caso tenha experimentado diversas vezes o mesmo fenómeno durante a experiência, por favor responda levando em consideração a experiência mais intensa.

Escala de Classificação:

0 – De nenhuma forma

1 - Ligeiramente

2 - Moderadamente

3 - Fortemente; de grau equivalente a qualquer outra experiência intensa vivida até o momento

4 – Extremamente; mais do que qualquer outra ocasião na minha vida e mais intenso do que 3

	0	1	2	3	4
1. A sua percepção do tempo alterou-se	☐	☐	☐	☐	☐
2. Os seus pensamentos aceleraram	☐	☐	☐	☐	☐
3. Escutou uma ou diversas vozes que realmente não existiam	☐	☐	☐	☐	☐
4. Sentiu que subitamente entendia tudo sobre si mesmo, os outros e/ou o universo	☐	☐	☐	☐	☐
5. Teve um sentimento de paz e/ou bem-estar	☐	☐	☐	☐	☐
6. Experimentou uma sensação de harmonia ou unidade, como se pertencesse a um todo maior	☐	☐	☐	☐	☐
7. Viu ou sentiu-se envolvido por uma luz brilhante sem qualquer origem material determinada	☐	☐	☐	☐	☐
8. Experimentou sensações invulgares (visão, audição, olfato, tato e/ou paladar)	☐	☐	☐	☐	☐
9. Apercebeu-se de coisas para além daquilo que os seus sentidos costumam perceber	☐	☐	☐	☐	☐
10. Ganhou um conhecimento revelador sobre o futuro	☐	☐	☐	☐	☐
11. Teve a impressão de estar fora, ou separado(a), do seu próprio corpo	☐	☐	☐	☐	☐
12. Teve a sensação de sair do mundo terreno ou de entrar numa nova dimensão e/ou ambiente	☐	☐	☐	☐	☐
13. Viu ou reviveu acontecimentos do seu passado	☐	☐	☐	☐	☐
14. Sentiu uma presença/ou uma entidade (que pode estar falecida)	☐	☐	☐	☐	☐
15. Teve a sensação de não existência, de estar num vazio total, e/ou de medo	☐	☐	☐	☐	☐

¹ Traduzida e adaptada por Óscar Gonçalves e Gabriella Andrietta –Proaction Lab, Center for Research in Neuropsychology and Cognitive Behavioral Intervention, Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação – Universidade de Coimbra (oscar@fpce.uc.pt)

16. Chegou perto de uma fronteira e/ou ponto sem regresso	☐	☐	☐	☐	☐
17. Tomou a decisão, ou foi forçado, a regressar da experiência	☐	☐	☐	☐	☐
18. Teve a sensação de morrer e/ou de estar morto	☐	☐	☐	☐	☐
19. Viu ou atravessou uma passagem (por exemplo um túnel ou uma porta)	☐	☐	☐	☐	☐
20. Sente que a experiência não pode ser adequadamente descrita em palavras	☐	☐	☐	☐	☐