

# M-ASD

## Vragenlijst

### Instructies aan invuller

Op de volgende pagina's vindt u een aantal uitspraken. We willen u vragen aan te geven in hoeverre deze voor u van toepassing zijn. Er zijn vier antwoordmogelijkheden (niet waar, beetje waar, tamelijk waar, helemaal waar). Lees iedere uitspraak zorgvuldig en omcirkel uw antwoord.

Sla geen uitspraken over en omcirkel één antwoord per uitspraak. Als u twijfelt tussen meerdere antwoorden, kies dan het antwoord dat voor u het meest in de buurt komt. Het resultaat van deze vragenlijst hangt niet af van één uitspraak, maar van meerdere uitspraken bij elkaar.

niet waar  
beetje waar  
tamelijk waar  
helemaal waar

Voorbeeld van een vraag:

8 Ik vind contact met mensen moeilijk.

1 2 3 4

Omcirkel 1 als deze uitspraak niet waar is voor u.

Als u uw antwoord wilt veranderen, zet dan een kruis door het foute antwoord en omcirkel het goede antwoord, zoals in onderstaand voorbeeld.

8 Ik vind contact met mensen moeilijk.

~~1~~ 2 3 4

Omcirkel 4 als deze uitspraak helemaal waar is voor u.

V1.0

# Algemene gegevens

Naam: .....

Geslacht:  man  vrouw  anders

Geboortedatum: .. / .. / ....

Invuldatum: .. / .. / ....

## Uitspraken

		<i>niet waar</i>	<i>beetje waar</i>	<i>tamelijk waar</i>	<i>helemaal waar</i>
1	Ik vind het moeilijk om vrienden te maken.	1	2	3	4
2	Ik kan erg moeilijk tegen veranderingen.	1	2	3	4
3	Het kost me veel moeite, maar ik doe mijn best om sociaal te zijn.	1	2	3	4
4	Ik heb moeite met het scheiden van hoofd- en bijzaken.	1	2	3	4
5	Ik ben erg gespannen in contact met mensen.	1	2	3	4
6	Ik ben <u>overgevoelig</u> voor bepaalde prikkels (zoals geluid, licht, kleur, aanraking, geur, honger, pijn, temperatuur).	1	2	3	4
7	Hoe ik me moet gedragen in contact met anderen leer ik door mensen te observeren en na te doen.	1	2	3	4
8	Ik vind contact met mensen moeilijk.	1	2	3	4
9	Ik kan me haast niet over problemen heen zetten.	1	2	3	4
10	Ik moet mezelf dwingen om sociaal te doen.	1	2	3	4
11	Ik verlies vaak het overzicht omdat ik teveel bezig ben met details.	1	2	3	4
12	Ik vind het moeilijk om vriendschappen te onderhouden.	1	2	3	4

**Ga op de volgende bladzijde verder met het beoordelen van de uitspraken**

		niet waar	beetje waar	tamelijk waar	helemaal waar
13	Persoonlijke verzorging voelt onprettig (zoals douchen, haren kammen, nagels knippen).	1	2	3	4
14	Ik ben moe na sociaal contact.	1	2	3	4
15	Ik heb me altijd anders gevoeld dan anderen.	1	2	3	4
16	Ik zou eigenlijk willen dat alles elke dag hetzelfde gaat.	1	2	3	4
17	In contact met mensen speel ik meer een rol dan dat ik mezelf ben.	1	2	3	4
18	Ik heb moeite met schakelen van de ene naar de andere bezigheid.	1	2	3	4
19	Ik vind het moeilijk om rekening te houden met sociale hiërarchie.	1	2	3	4
20	Ik merk prikkels vertraagd op (zoals geluid, licht, kleur, aanraking, geur, honger, pijn, temperatuur).	1	2	3	4
21	Ik ben altijd bezig met het verbergen van mijn sociale tekortkomingen.	1	2	3	4
22	Ik vind het moeilijk om in een gesprek te weten wanneer het mijn beurt is om iets te zeggen.	1	2	3	4
23	Ik heb veel moeite met flexibel zijn.	1	2	3	4
24	Ik doe altijd mijn best om 'sociaal normaal' over te komen.	1	2	3	4
25	Ik vind oogcontact veel moeilijker wanneer ik tegelijkertijd moet luisteren.	1	2	3	4
26	Ik voel anderen niet intuïtief aan.	1	2	3	4
27	Ik draag het liefst erg strakke of juist erg wijde kleding.	1	2	3	4
28	Ik bereid me uitgebreid voor op contact met mensen (hoe ik me kan gedragen, wat ik kan zeggen, ...).	1	2	3	4
29	Ik vind het moeilijk om gevoelens van anderen in te schatten.	1	2	3	4
30	Ik ben dwangmatig.	1	2	3	4
31	Omdat ik me zo aanpas aan anderen, weet ik niet meer wie ik zelf ben.	1	2	3	4
32	Als ik iets in theorie geleerd heb, vind ik het lastig dit toe te passen in de praktijk.	1	2	3	4
33	Ik ben te hard of te direct in mijn reacties.	1	2	3	4
34	Ik raak snel overprikkeld.	1	2	3	4
35	Ik let extreem veel op de lichaamssignalen van anderen.	1	2	3	4
36	Als ik met iemand praat, vind ik het moeilijk om te zien wanneer iemand niet meer geïnteresseerd is.	1	2	3	4
37	Ik kan er niet tegen als dingen anders lopen dan ik had verwacht.	1	2	3	4
38	In gezelschap verberg ik mijn bijzondere bewegingen (wiegen, fladderen, ...).	1	2	3	4

**Ga op de volgende bladzijde verder met het beoordelen van de uitspraken**

		niet waar	beetje waar	tamelijk waar	helemaal waar
39	Ik voel niet goed aan wat gepast is om te zeggen of te doen. Ik moet hier over nadenken.	1	2	3	4
40	Ik ben <u>onder</u> gevoelig voor bepaalde prikkels (zoals geluid, licht, kleur, aanraking, geur, honger, pijn, temperatuur).	1	2	3	4
41	Na contact met mensen heb ik veel hersteltijd nodig.	1	2	3	4
42	Ik begrijp mensen niet.	1	2	3	4
43	Ik heb één of meer grote interesses waar ik het liefst al mijn tijd aan zou besteden.	1	2	3	4
44	Ik heb het niet zo snel door wanneer er een grapje wordt gemaakt.	1	2	3	4
45	Ik heb veel moeite om me aan te passen aan de wensen van anderen.	1	2	3	4
46	Ik ben extreem gevoelig voor emoties van anderen.	1	2	3	4
47	Ik heb mezelf geleerd om oogcontact te maken.	1	2	3	4
48	Ik vind het moeilijk te schakelen tussen verschillende maatschappelijk rollen (partner, ouder, werknemer, vriend(in) ...).	1	2	3	4
49	Ik heb het nodig om al mijn activiteiten zorgvuldig voor te bereiden.	1	2	3	4
50	Ik heb moeite om gevoelens bij mezelf te herkennen.	1	2	3	4

**Bedankt voor het invullen van de vragenlijst**

Heeft u nog opmerkingen?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

