

Manische gedachtenlijst

Naam: _____

Invuldatum: _____

Lees elk van de gepresenteerde gedachten hieronder en geef aan hoe vaak elke gedachte bij u opkomt wanneer u een **manische stemming** ervaart. Probeer u zich de meest recente periode te herinneren waarin u zich in een manische toestand bevond. Lees elke gedachte aandachtig en omcirkel de juiste antwoorden.

Probeer niet teveel na te denken over elke vraag. Er zijn geen goede of foute antwoorden op deze vragenlijst.

	1= helemaal niet	2 = soms	3 = regelmatig	4 = vaak	5 = voortdurend
1. Ik begrijp hoe alles in elkaar zit	1	2	3	4	5
2. Ik kan iedereen overtuigen van mijn ideeën en bedoelingen	1	2	3	4	5
3. Dit ben ik, dit is mijn ware aard	1	2	3	4	5
4. Ik ben mentaal sterker dan een ander	1	2	3	4	5
5. Ik kan de hele wereld aan	1	2	3	4	5
6. Anderen zijn langzaam	1	2	3	4	5
7. Anderen begrijpen mij niet	1	2	3	4	5
8. Ik ben geweldig	1	2	3	4	5
9. Ik ben grappig	1	2	3	4	5
10 Ik heb geen slaap nodig	1	2	3	4	5
11 Ik ben aantrekkelijk	1	2	3	4	5
12 Ik durf alles aan	1	2	3	4	5
13 Ik weet wat iedereen denkt	1	2	3	4	5
14 Niemand mag tegen mij in gaan	1	2	3	4	5
15 Ik moet met iedereen in contact zijn	1	2	3	4	5
16 Ik heb zo'n zin om dit te doen	1	2	3	4	5
17 Anderen moeten tijd en aandacht voor mij hebben	1	2	3	4	5
18 Ik ben gelukkig	1	2	3	4	5
19 Ik heb veel ideeën en plannen	1	2	3	4	5
20 Ik kan me heel goed concentreren	1	2	3	4	5
21 Ik ben heel efficiënt	1	2	3	4	5
22 Niemand doet me wat	1	2	3	4	5
23 Ik heb meer energie	1	2	3	4	5
24 Ik moet dit nu kopen	1	2	3	4	5
25 Alles is een goed idee	1	2	3	4	5
26 Ik weet het beter dan anderen	1	2	3	4	5
27 Ik wil maar doorgaan	1	2	3	4	5
28 Ik weet nu hoe ik dingen moet doen en aan moet pakken	1	2	3	4	5
29 Wat zijn andere mensen saai	1	2	3	4	5

30 Ik ben origineler dan anderen	1	2	3	4	5
31 Andere mensen moeten maar accepteren dat ik doe waar ik zin in heb	1	2	3	4	5
32 Ik ga alles doen wat lang is blijven liggen	1	2	3	4	5
33 Ik kan alles tegelijk	1	2	3	4	5
34 Ik ben interessant	1	2	3	4	5
35 Ik denk heel snel	1	2	3	4	5
36 Mijn denken is helder	1	2	3	4	5
37 Niets is onmogelijk	1	2	3	4	5
38 Ik kan de wereld redden	1	2	3	4	5
39 Ik ben fitter	1	2	3	4	5
40 Wat is de wereld prachtig	1	2	3	4	5
41 Ik ben zeker van mezelf	1	2	3	4	5
42 Ik voel me eindelijk eens goed	1	2	3	4	5
43 Ik ben speciaal	1	2	3	4	5
44 Wat is het heerlijk om zo hard te kunnen werken	1	2	3	4	5
45 Ik houd van iedereen	1	2	3	4	5
46 De wereld gaat me niet snel genoeg	1	2	3	4	5
47 Als iedereen doet wat ik nu doe, komt het allemaal goed	1	2	3	4	5

Hanssen, I., Ten Klooster, P., Huijbers, M., Lochmann van Bennekom, M., Boere, E., El Filali, E., Geerling, B., Goossens, P., Kupka, R., Speckens, A., & Regeer, E. (2023). Development and validation of a Manic Thought Inventory. *Bipolar disorders*, 25(7), 564–570. <https://doi.org/10.1111/bdi.13311>