

Klinisch Psychologisches Diagnosesystem 38 (KPD-38)

Nachfolgend finden Sie einzelne Aussagen, die sich auf Ihr derzeitiges Wohlbefinden beziehen. Nehmen Sie eine Einschätzung vor, inwieweit diese zur Zeit zutreffen. Versuchen Sie nicht einen möglichst guten Eindruck zu machen, sondern antworten Sie so, wie es für Sie persönlich zutrifft.

	<i>trifft nicht zu</i>	<i>trifft weniger zu</i>	<i>trifft eher zu</i>	<i>trifft genau zu</i>
1) Meine körperliche Leistungsfähigkeit und meine Ausdauer sind ganz erheblich beeinträchtigt	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2) Ich leide an einem anhaltenden Schwächegefühl	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3) Wenn ich Beschwerden habe, bieten mir nahestehende Menschen ohne zu zögern ihre Hilfe an	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4) In letzter Zeit bin ich ständig erschöpft und abgespannt	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5) Um mich herum sind Menschen, an die ich mich auch in schwierigen Situationen jederzeit vertrauensvoll wenden kann	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6) Ich habe oft Schmerzen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7) Ich fühle mich im allgemeinen körperlich ziemlich unwohl	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8) Wenn ich an meine derzeitigen Angelegenheiten denke, bin ich etwas beunruhigt	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9) Ich blicke stets voller Zuversicht in die Zukunft	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10) Es gibt Situationen, die ich meide, obwohl ich weiß, dass sie eigentlich ziemlich harmlos sind	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11) Ich lasse mich manchmal von anderen etwas einschüchtern	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12) Manchmal fühle ich mich niedergeschlagen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13) Ich grübele manchmal über mein bisheriges Leben nach	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14) Ich bin sehr glücklich	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15) Gelegentlich vergleiche ich mich mit anderen und fühle mich ein wenig als Versager	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
16) Wenn ich in eine schwierige Situation gerate, vertraue ich ohne jede Einschränkung auf meine Fähigkeit, sie zu meistern	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
17) Ich habe ab und zu ein Gefühl der inneren Leere	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
18) Ich lasse mich manchmal von anderen ein wenig ausnutzen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

	<i>trifft nicht zu</i>	<i>trifft weniger zu</i>	<i>trifft eher zu</i>	<i>trifft genau zu</i>
19) Manchmal habe ich ein Gefühl unbestimmter Gefahr oder Angst	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
20) Termindruck und Hektik lösen bei mir körperliche Beschwerden aus	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
21) Ich glaube, ich bin manchmal ein wenig ängstlich	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
22) Ich habe Freunde/Angehörige, die immer gut zuhören können, wenn ich mich aussprechen möchte	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
23) Ab und zu fällt es mir etwas schwer, eine Entscheidung zu treffen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
24) Ich fühle mich dem Leben und seinen Schwierigkeiten immer gut gewachsen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
25) Manchmal fühle ich mich ein wenig einsam	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
26) Ich bin sehr zufrieden	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
27) Ich bin immer gut in der Lage, meine Interessen durchzusetzen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
28) Wenn ich mich ärgere, fällt es mir manchmal schwer, meine Gefühle mitzuteilen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
29) Ich wünsche mir von anderen mehr Verständnis und Zuwendung	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
30) Es fällt mir schwer, mich anderen Menschen zugehörig zu fühlen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
31) Ich fühle mich manchmal ein wenig als Außenseiter	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
32) Auch wenn mich etwas ziemlich aus der Fassung bringt, beruhige ich mich rasch wieder	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
33) Ich rege mich schnell auf	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
34) Ich neige manchmal dazu, alles ein wenig schwer zu nehmen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
35) Manchmal bin ich ein wenig ärgerlicher, als ich zugeben möchte	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
36) Es fällt mir schwer, nein zu sagen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
37) Manchmal habe ich das Gefühl, dass mir alles zuviel ist	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
38) Manchmal wünsche ich mir, von anderen ein wenig mehr beachtet zu werden	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>