

Testverfahren aus dem Elektronischen Testarchiv

Liebe Nutzerinnen und liebe Nutzer,

wir freuen uns, dass Sie unsere Dienste in Anspruch nehmen!

Das Elektronische Testarchiv des ZPID stellt Ihnen eine kostenfreie Sammlung von psychologischen Testverfahren aus dem deutschen Sprachraum bereit, die urheberrechtlich geschützt sind und unter der Creative Commons Lizenz CC BY-NC-ND 3.0 verwendet werden können. Sie sollen ausschließlich der Forschung und Lehre vorbehalten sein. Mit der Nutzung des Testarchivs stimmen Sie der Lizenzverpflichtung zu.

Wir möchten Sie als Nutzer eines hier heruntergeladenen Verfahrens bitten, dem Testautor/den Testautoren Rückmeldungen (siehe letzte Seite: Rückmeldeformular) zum Einsatz des Verfahrens und zu den damit erzielten Ergebnissen zu liefern. Die Anschriften finden Sie in der jeweiligen Testbeschreibung, die mit einer PSYNDEX-Tests Dokumentennummer versehen ist. Die Testbeschreibung können Sie auf unserer Seite <https://www.zpid.de/Testarchiv> herunterladen.

Falls nur Teile eines Instruments verwendet werden, sind die entsprechenden Einschränkungen hinsichtlich der Gütekriterien im Vergleich zum Einsatz des vollständigen Verfahrens zu beachten.

Viel Erfolg!

Ihr ZPID-Team

CHOICE

Broschüre für Forscher und Therapeuten

Die folgende Broschüre gibt Ihnen eine Einführung in das CHOICE-Maß: *CHoice of Outcome in Cbt for psychotic Experiences*. Die Broschüre wurde zur parallelen Benutzung neben dem CHOICE-Outcome-Maß durch Forscher/Therapeuten entwickelt. Sie enthält eine Standardbeschreibung jedes Outcomes und kann für jedes Item, dessen Bedeutung unklar ist, herangezogen werden. Die vorliegenden Beschreibungen wurden anhand der Beurteilung von Nutzern darüber, was ein wichtiges Outcome darstellt, erstellt und in individuellen Interviews erprobt.

1. Die Fähigkeit, Probleme mit einer Vielzahl von Herangehensweisen anzugehen

Hier geht es darum, über verschiedene Möglichkeiten zu verfügen, mit einem Problem umzugehen. Dies könnte auch beinhalten, herauszufinden, was hilfreich ist, um mit verschiedenen Problemen umzugehen und welche Ansätze weniger gut funktionieren.

2. Selbstbewusstsein

Dabei geht es darum, wie selbstsicher Sie sind und wie sehr Sie Ihren Fähigkeiten vertrauen.

3. Positive Herangehensweisen im Umgang mit Menschen

Dabei geht es darum, andere Menschen positiv zu sehen und mit einem guten Gefühl mit ihnen in Kontakt treten zu können.

4. Auswirkungen unangenehmer Erfahrungen (z.B. Überzeugungen, Gedanken, Stimmen, Gefühle) auf mein Leben

Hierbei geht es darum, welche Auswirkungen unangenehme Gedanken und Erfahrungen auf Ihr Leben, Ihr Verhalten und Ihre Gefühle haben.

5. Sich von negativen Gefühlen überwältigt fühlen (z.B. Furcht, Depression, Ärger)

Hier geht es darum, wie sehr Sie sich von starken negativen Gefühlen wie Ärger, Angst oder Depressionen überwältigt fühlen.

6. Das Wissen, dass ich nicht die einzige Person bin, die ungewöhnliche Erfahrungen hat

Dabei geht es darum, wie sehr Sie sich andersartig oder stigmatisiert fühlen und wie sehr Sie sich dessen bewusst sind, dass einige andere Personen ähnliche Erfahrungen machen könnten wie Sie selbst.

7. Die Fähigkeit, zu hinterfragen, wie ich Dinge betrachte

Hier geht es darum, wie sehr es Ihnen gelingt, verschiedene mögliche Betrachtungsweisen einer Situation zu berücksichtigen, um zu einer ausgewogenen Sicht zu gelangen.

8. Die Fähigkeit, zu entspannen

Hierbei geht es darum, wieviel von Ihrer Zeit Sie sich entspannen können

9. Bewältigung

(i) Herangehensweisen zum Umgang mit alltäglichen Belastungen

Dabei geht es darum, wie sehr Sie den Eindruck haben, dass Sie über Strategien verfügen, um Alltagsstress zu bewältigen.

(ii) Herangehensweisen zum Umgang mit belastenden Erfahrungen (z.B. Überzeugungen, Gedanken, Stimmen)

Hier geht es darum, wie sehr Sie den Eindruck haben, dass Sie über Strategien verfügen, um mit Stimmen, Gedanken oder anderen belastenden Erlebnissen umzugehen.

(iii) Herangehensweisen zum Umgang mit unangenehmen Stimmungen und Gefühlen (z.B. Depression, Sorge, Ärger)

Dies betrifft wie sehr Sie den Eindruck haben, über Strategien zu verfügen, um mit Depression, Sorgen, Ärger oder anderen unangenehme Gefühle umzugehen.

(iv) Herangehensweisen zum Umgang mit Krisen

Hierbei geht es darum, wie sehr Sie den Eindruck haben, dass Sie über Strategien verfügen, die darauf abzielen, was Sie und andere tun können, um eine Krise zu bewältigen.

(v) Herangehensweisen zum Umgang mit Gruppensituationen

Hier geht es darum, wie sehr Sie den Eindruck haben, dass Sie über Strategien verfügen, die Ihnen helfen mit dem zusätzlichen Stress, sich in einer Gruppe von Menschen zu befinden, umzugehen.

10. Gefühl, dass es jemanden gibt, der mich versteht und mir zuhört

Hierbei geht es darum, dass Ihnen zugehört wird und Ihnen Bestätigung und Anerkennung zuteil werden.

11. Fähigkeit, Dinge aus einer neuen Perspektive zu sehen

Hier geht es um die Fähigkeit, Ihre Gedanken und Erfahrungen aus anderen Perspektiven sehen zu können.

12. Sich sicher und geschützt fühlen

Dabei geht es darum, wie sicher Sie sich in Ihrer Umgebung fühlen.

13. Sich den eigenen beunruhigenden Gedanken und Gefühlen stellen

Dabei geht es darum, dazu fähig zu sein, unangenehme Gedanken und Gefühle zu akzeptieren und ihnen entgegenzutreten anstatt sie zu vermeiden.

14. Innere Ruhe

Hier geht es darum, inneren Frieden zu empfinden und weniger belastet oder besorgt zu sein.

15. Sich fröhlich fühlen

Dabei geht es darum, wie glücklich Sie sich in der letzten Zeit gefühlt haben.

16. Mich selbst und meine Vergangenheit verstehen

Hierbei geht es darum, Ihre eigene Vergangenheit zu verstehen, sich selbst zu verstehen und zu verstehen, wieso Sie so denken, fühlen und handeln wie Sie es tun.

17. Mein Erleben verstehen (z.B. Überzeugungen, Gedanken, Stimmen, und zugehörige Gefühle)

Dabei geht es darum, eigene Überzeugungen, Stimmen oder andere belastende Erfahrungen zu begreifen und zu verstehen, wie sie entstehen und wieso sie andauern.

18. Positive Art zu denken

Dabei geht es darum, positive alternative Denkweisen in Bezug auf Situationen zu haben und fähig zu sein, negative Gedanken durch positive Alternativen zu ersetzen.

19. Eine positive Bestimmung und Richtung im Leben

Dabei geht es darum, eine neue positive Richtung im Leben zu haben und fähig zu sein, mit den positiven Dingen, die Sie verwirklichen möchten, voranzukommen.

20. Gefühl, mein Leben unter Kontrolle zu haben

Hierbei geht es darum, das Gefühl zu haben, das eigene Leben unter Kontrolle zu haben.

21. Hier haben Sie Platz zum Aufschreiben von ein oder zwei anderen wichtigen Zielen, die Sie durch die Therapie gern erreichen würden

Dies wurde inkludiert, da jeder seine eigenen individuellen Erfahrungen hat. Hier können Sie jedes weitere individuelle Anliegen notieren, die Sie im Laufe der Therapie erreichen möchten.

Absender: _____

Adresse des/der Testautoren:

Rückmeldung über die Anwendung eines Verfahrens aus dem Elektronischen Testarchiv des Leibniz-Zentrums für Psychologische Information und Dokumentation (ZPID) an den/die Testautoren

Sehr geehrte/r Herr/Frau

ich möchte Ihnen hiermit mitteilen, dass ich das unten näher bezeichnete Verfahren aus dem Elektronischen Testarchiv des ZPID in einer Forschungsarbeit eingesetzt habe. Im Folgenden finden Sie dazu nähere Erläuterungen.

Thema der Arbeit:
.....
eingesetztes Testverfahren:
.....
Publikation geplant in:
.....

Datum Unterschrift