

|  |  |
| --- | --- |
| **Leibniz-Zentrum für Psychologische Information und Dokumentation (ZPID)** | Elektronisches Testarchiv |

**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** [**http://www.zpid.de/Testarchiv**](http://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**

PSQ (Levenstein et al. 1993)

For each sentence, circle the number that describes how often it applies to you in general, during the last year or two. Work quickly, without bothering to check your answers, and be careful to describe your life in the long run.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  | Almost never | Some-times | Often | Usually |
|  |  | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 01 | You feel rested |  |  |  |  |
| 02 | You feel that too many demands are being made on you |  |  |  |  |
| 03 | You are irritable or grouchy |  |  |  |  |
| 04 | You have too many things to do |  |  |  |  |
| 05 | You feel lonely or isolated |  |  |  |  |
| 06 | You find yourself in situations of conflict |  |  |  |  |
| 07 | You feel you’re doing things you really like |  |  |  |  |
| 08 | You feel tired |  |  |  |  |
| 09 | You fear you may not manage to attain your goals |  |  |  |  |
| 10 | You feel calm |  |  |  |  |
| 11 | You have too many decisions to make |  |  |  |  |
| 12 | You feel frustrated |  |  |  |  |
| 13 | You are full of energy |  |  |  |  |
| 14 | You feel tense |  |  |  |  |
| 15 | Your problems seem to be piling up |  |  |  |  |
| 16 | You feel you’re in a hurry |  |  |  |  |
| 17 | You feel safe and protected |  |  |  |  |
| 18 | You have many worries |  |  |  |  |
| 19 | You are under pressure from other people |  |  |  |  |
| 20 | You feel discouraged |  |  |  |  |
| 21 | You enjoy yourself |  |  |  |  |
| 22 | You are afraid for the future |  |  |  |  |
| 23 | You feel you’re doing things because you have to not because you want to |  |  |  |  |
| 24 | You feel criticized or judged |  |  |  |  |
| 25 | You are lighthearted |  |  |  |  |
| 26 | You feel mentally exhausted |  |  |  |  |
| 27 | You have trouble relaxing |  |  |  |  |
| 28 | You feel loaded down with responsibility |  |  |  |  |
| 29 | You have enough time for yourself |  |  |  |  |
| 30 | You feel under pressure from deadlines |  |  |  |  |

Instruction for the “recent” questionnaire

For each sentence, circle the number that describes how often it applies to you during the last month (in the currently used German version it is “during the last 4 weeks). Work quickly, without bothering to check your answers, and be careful to consider only the last month.

Score 5 minus circled number for items 1, 7, 10, 13, 17, 21, 25, 29

Score circled number for all other items

See German version for transformation to values between 0 and 1

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

Absender:

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