

www.testarchiv.eu

## Open Test Archive

Repositorium für Open-Access-Tests

### CHOICE

#### Choice of Outcome in Cognitive Behaviour Therapy for Psychoses - deutsche Fassung

Lincoln, T. M. (2017)

Lincoln, T. M. (2017). CHOICE. Choice of Outcome in Cognitive Behaviour Therapy for Psychoses - deutsche Fassung [Verfahrensdokumentation, Fragebogen und Broschüre]. In Leibniz-Institut für Psychologie (ZPID) (Hrsg.), Open Test Archive. Trier: ZPID.  
<https://doi.org/10.23668/psycharchives.4648>

Alle Informationen und Materialien zu dem Verfahren finden Sie unter:

**<https://www.testarchiv.eu/de/test/9007272>**

#### Verpflichtungserklärung

Bei dem Testverfahren handelt es sich um ein Forschungsinstrument, das der Forschung, Lehre und Praxis dient. Es wird vom Testarchiv online und kostenlos zur Verfügung gestellt und ist urheberrechtlich geschützt, d. h. das Urheberrecht liegt weiterhin bei den AutorInnen.

Mit der Nutzung des Verfahrens verpflichte ich mich, die Bedingungen der [Creative Commons Lizenz CC BY-NC-ND 4.0](#) zu beachten. Ich werde nach Abschluss meiner mit dem Verfahren zusammenhängenden Arbeiten mittels des [Rückmeldeformulars](#) die TestautorInnen über den Einsatz des Verfahrens und den damit erzielten Ergebnissen informieren.

---

#### Terms of use

The test instrument is a research instrument that serves research, teaching and practice. It is made available online and free of charge by the test archive and is protected by copyright, i.e. the copyright remains with the author(s). By using this test, I agree to abide by the terms of the [Creative Commons License CC BY-NC-ND 4.0](#). After completion of my work with the measure, I will inform the test authors about the use of the measure and the results I have obtained by means of the [feedback form](#).

## CHOICE

Dieser Fragebogen wurde auf Grundlage von Ansichten von Personen entwickelt, die Kognitive Verhaltenstherapie (KVT) zum Umgang mit ihren ungewöhnlichen belastenden Erfahrungen in Anspruch genommen haben. Er beinhaltet die Dinge, an denen man möglicherweise innerhalb einer KVT arbeitet. Die Bearbeitung dauert ca. 8 bis 10 Minuten.

Der Fragebogen besteht aus 21 Aussagen. Sie können ihn entweder allein oder zusammen mit Ihrem Therapeuten ausfüllen.

Bitte lesen Sie jede Aussage aufmerksam durch. Beantworten Sie anschließend jedes Mal die zwei Fragen bezüglich der Aussage. Bitte kreuzen Sie die Stelle auf der Linie an um zu beschreiben, wie Sie es **innerhalb der letzten Woche** empfunden haben. Für jede Aussage werden die zwei Fragen wie folgt lauten:

(a) Wie würden Sie sich selbst diesbezüglich einschätzen?	<div>0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10</div> <div>am schlechtesten am besten</div>
(b) Wie zufrieden sind Sie damit?	<div>0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10</div> <div>überhaupt nicht zufrieden sehr zufrieden</div>

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

(a) Wie würden Sie sich selbst diesbezüglich einschätzen?	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
	<i>am schlechtesten</i>										<i>am besten</i>
(b) Wie zufrieden sind Sie damit?	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
	<i>überhaupt nicht zufrieden</i>										<i>sehr zufrieden</i>

### 2. Selbstbewusstsein

(a) Wie würden Sie sich selbst diesbezüglich einschätzen?	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
	<i>am schlechtesten</i>										<i>am besten</i>
(b) Wie zufrieden sind Sie damit?	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
	<i>überhaupt nicht zufrieden</i>										<i>sehr zufrieden</i>

### 3. Positive Herangehensweisen im Umgang mit Menschen

(a) Wie würden Sie sich selbst diesbezüglich einschätzen?	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
	<i>am schlechtesten</i>										<i>am besten</i>
(b) Wie zufrieden sind Sie damit?	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
	<i>überhaupt nicht zufrieden</i>										<i>sehr zufrieden</i>

### 4. Auswirkung von unangenehmen Erfahrungen (z.B. Überzeugungen, Gedanken, Stimmen, Gefühlen) auf mein Leben

(a) Wie würden Sie sich selbst diesbezüglich einschätzen?	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
	<i>am schlechtesten</i>										<i>am besten</i>
(b) Wie zufrieden sind Sie damit?	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
	<i>überhaupt nicht zufrieden</i>										<i>sehr zufrieden</i>

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

(a) Wie würden Sie sich selbst diesbezüglich einschätzen?	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
	<i>am schlechtesten</i>										<i>am besten</i>
(b) Wie zufrieden sind Sie damit?	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
	<i>überhaupt nicht zufrieden</i>										<i>sehr zufrieden</i>

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

(a) Wie würden Sie sich selbst diesbezüglich einschätzen?	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
	<i>am schlechtesten</i>										<i>am besten</i>
(b) Wie zufrieden sind Sie damit?	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
	<i>überhaupt nicht zufrieden</i>										<i>sehr zufrieden</i>

## 7. Die Fähigkeiten zu Hinterfragen, wie ich Dinge betrachte

(a) Wie würden Sie sich selbst diesbezüglich einschätzen?	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
	<i>am schlechtesten</i>										<i>am besten</i>
(b) Wie zufrieden sind Sie damit?	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
	<i>überhaupt nicht zufrieden</i>										<i>sehr zufrieden</i>

## 8. Die Fähigkeit zu entspannen

(a) Wie würden Sie sich selbst diesbezüglich einschätzen?	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
	<i>am schlechtesten</i>										<i>am besten</i>
(b) Wie zufrieden sind Sie damit?	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
	<i>überhaupt nicht zufrieden</i>										<i>sehr zufrieden</i>

## 9. Bewältigung:

### (i) Herangehensweisen zum Umgang mit alltäglichen Belastungen

(a) Wie würden Sie sich selbst diesbezüglich einschätzen?	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
	<i>am schlechtesten</i>										<i>am besten</i>
(b) Wie zufrieden sind Sie damit?	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
	<i>überhaupt nicht zufrieden</i>										<i>sehr zufrieden</i>

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

(a) Wie würden Sie sich selbst diesbezüglich einschätzen?	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
	<i>am schlechtesten</i>										<i>am besten</i>
(b) Wie zufrieden sind Sie damit?	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
	<i>überhaupt nicht zufrieden</i>										<i>sehr zufrieden</i>

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

(a) Wie würden Sie sich selbst diesbezüglich einschätzen?	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
	<i>am schlechtesten</i>										<i>am besten</i>
(b) Wie zufrieden sind Sie damit?	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
	<i>überhaupt nicht zufrieden</i>										<i>sehr zufrieden</i>

### (iv) Herangehensweisen zum Umgang mit Krisen

(a) Wie würden Sie sich selbst diesbezüglich einschätzen?	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
	<i>am schlechtesten</i>										<i>am besten</i>
(b) Wie zufrieden sind Sie damit?	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
	<i>überhaupt nicht zufrieden</i>										<i>sehr zufrieden</i>

### (v) Herangehensweisen zum Umgang mit Gruppensituationen

(a) Wie würden Sie sich selbst diesbezüglich einschätzen?	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
	<i>am schlechtesten</i>										<i>am besten</i>
(b) Wie zufrieden sind Sie damit?	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
	<i>überhaupt nicht zufrieden</i>										<i>sehr zufrieden</i>

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

(a) Wie würden Sie sich selbst diesbezüglich einschätzen?	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
	<i>am schlechtesten</i>										<i>am besten</i>
(b) Wie zufrieden sind Sie damit?	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
	<i>überhaupt nicht zufrieden</i>										<i>sehr zufrieden</i>

**11. Fähigkeit, Dinge aus einer neuen Perspektive zu sehen**

(a) Wie würden Sie sich selbst diesbezüglich einschätzen?	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
	<i>am schlechtesten</i>										<i>am besten</i>
(b) Wie zufrieden sind Sie damit?	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
	<i>überhaupt nicht zufrieden</i>										<i>sehr zufrieden</i>

**12. Sich sicher und geschützt fühlen**

(a) Wie würden Sie sich selbst diesbezüglich einschätzen?	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
	<i>am schlechtesten</i>										<i>am besten</i>
(b) Wie zufrieden sind Sie damit?	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
	<i>überhaupt nicht zufrieden</i>										<i>sehr zufrieden</i>

**13. Sich den eigenen beunruhigenden Gedanken und Gefühlen stellen**

(a) Wie würden Sie sich selbst diesbezüglich einschätzen?	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
	<i>am schlechtesten</i>										<i>am besten</i>
(b) Wie zufrieden sind Sie damit?	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
	<i>überhaupt nicht zufrieden</i>										<i>sehr zufrieden</i>

**14. Innere Ruhe**

(a) Wie würden Sie sich selbst diesbezüglich einschätzen?	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
	<i>am schlechtesten</i>										<i>am besten</i>
(b) Wie zufrieden sind Sie damit?	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
	<i>überhaupt nicht zufrieden</i>										<i>sehr zufrieden</i>

**15. Sich fröhlich fühlen**

(a) Wie würden Sie sich selbst diesbezüglich einschätzen?	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
	<i>am schlechtesten</i>										<i>am besten</i>
(b) Wie zufrieden sind Sie damit?	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
	<i>überhaupt nicht zufrieden</i>										<i>sehr zufrieden</i>

**16. Mich selbst und meine Vergangenheit verstehen**

(a) Wie würden Sie sich selbst diesbezüglich einschätzen?	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
	<i>am schlechtesten</i>										<i>am besten</i>
(b) Wie zufrieden sind Sie damit?	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
	<i>überhaupt nicht zufrieden</i>										<i>sehr zufrieden</i>

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

(a) Wie würden Sie sich selbst diesbezüglich einschätzen?	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
	<i>am schlechtesten</i>										<i>am besten</i>
(b) Wie zufrieden sind Sie damit?	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
	<i>überhaupt nicht zufrieden</i>										<i>sehr zufrieden</i>

**18. Positive Art zu denken**

(a) Wie würden Sie sich selbst diesbezüglich einschätzen?	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
	<i>am schlechtesten</i>										<i>am besten</i>
(b) Wie zufrieden sind Sie damit?	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
	<i>überhaupt nicht zufrieden</i>										<i>sehr zufrieden</i>

**19. Eine positive Bestimmung und Richtung im Leben**

(a) Wie würden Sie sich selbst diesbezüglich einschätzen?	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
	<i>am schlechtesten</i>										<i>am besten</i>
(b) Wie zufrieden sind Sie damit?	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
	<i>überhaupt nicht zufrieden</i>										<i>sehr zufrieden</i>

**20. Gefühl, mein Leben unter Kontrolle zu haben**

(a) Wie würden Sie sich selbst diesbezüglich einschätzen?	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
	<i>am schlechtesten</i>										<i>am besten</i>
(b) Wie zufrieden sind Sie damit?	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
	<i>überhaupt nicht zufrieden</i>										<i>sehr zufrieden</i>

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

**Thema 1** \_\_\_\_\_

(a) Wie würden Sie sich selbst diesbezüglich einschätzen?	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
	<i>am schlechtesten</i>										<i>am besten</i>
(b) Wie zufrieden sind Sie damit?	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
	<i>überhaupt nicht zufrieden</i>										<i>sehr zufrieden</i>

**Thema 2** \_\_\_\_\_

(a) Wie würden Sie sich selbst diesbezüglich einschätzen?	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
	<i>am schlechtesten</i>										<i>am besten</i>
(b) Wie zufrieden sind Sie damit?	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
	<i>überhaupt nicht zufrieden</i>										<i>sehr zufrieden</i>