



www.testarchiv.eu

## Open Test Archive

Repositorium für Open-Access-Tests

**TF**

### **Trauerfragebogen**

Weiser, P. & Ochsmann, R. (2004)

Weiser, P. & Ochsmann, R. (2004). TF. Trauerfragebogen [Verfahrensdokumentation, Trauerfragebogen und Studie zu Trauereaktionen]. In Leibniz-Institut für Psychologie (ZPID) (Hrsg.), Open Test Archive. Trier: ZPID.  
<https://doi.org/10.23668/psycharchives.6589>

Alle Informationen und Materialien zu dem Verfahren finden Sie unter:

**<https://www.testarchiv.eu/de/test/9004952>**

#### **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 dem/den Autor/en.

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](#).

Bitte erinnern Sie sich an den für Sie persönlich bedeutsamsten Todesfall (gleiche Person wie vorne).  
 Lesen Sie nun die folgenden Aussagen sorgfältig durch. Wählen Sie dann aus den fünf vorgegebenen  
 Antworten diejenige aus, die am besten beschreibt, wie Sie sich in der gegenwärtigen Zeit fühlen.  
 Kreuzen Sie die dazugehörige Ziffer (1, 2, 3, 4 oder 5) an. Es gibt keine richtigen oder falschen  
 Antworten. Bitte lassen Sie keine Aussage aus. Sollten Sie eine Zahl irrtümlich angekreuzt haben,  
 machen Sie einfach einen Kreis um diese Zahl und kreuzen Sie die richtige an.

- 1**     **stimmt nicht**  
**2**     **stimmt eher nicht**  
**3**     **stimmt etwas**  
**4**     **stimmt größtenteils**  
**5**     **stimmt voll und ganz**

- |   |           |
|---|-----------|
| 1. All meine Hoffnungen sind zerschlagen.....   | 1 2 3 4 5 |
| 2. Ich habe gelernt, mit dem Leben besser zurechtzukommen.....                                  | 1 2 3 4 5 |
| 3. Über das Kommen und Gehen meiner Traurigkeit habe ich kaum Kontrolle.....                    | 1 2 3 4 5 |
| 4. Ich mache mir ständig Sorgen.....  | 1 2 3 4 5 |
| 5. Ich bin oft verbittert.....  | 1 2 3 4 5 |
| 6. Ich fühle mich, als stände ich unter Schock.....   | 1 2 3 4 5 |
| 7. Manchmal fängt mein Herz grundlos an zu rasen.....   | 1 2 3 4 5 |
| 8. Ich bin gereizt.....   | 1 2 3 4 5 |
| 9. Ich habe das Gefühl, wertlos zu sein.....  | 1 2 3 4 5 |
| 10. Ich fühle mich so, als wäre ich jetzt ein besserer Mensch.....                              | 1 2 3 4 5 |
| 11. Ich denke, es wäre besser gewesen, wenn ich gestorben wäre und sie/er noch leben würde..... | 1 2 3 4 5 |
| 12. Ich sehe jetzt wieder hoffnungsvoller in die Zukunft.....                                   | 1 2 3 4 5 |
| 13. Ich habe häufig Kopfschmerzen.....  | 1 2 3 4 5 |
| 14. Ich fühle eine Schwere in meinem Herzen.....  | 1 2 3 4 5 |
| 15. Ich spüre Rachegefühle in mir.....  | 1 2 3 4 5 |
| 16. Ich fühle ein Brennen in meinem Magen.....  | 1 2 3 4 5 |
| 17. Ich möchte sterben, um bei ihr/ihm zu sein.....   | 1 2 3 4 5 |
| 18. Ich habe häufig Muskelverspannungen.....  | 1 2 3 4 5 |
| 19. Ich habe jetzt mehr Mitgefühl für andere.....   | 1 2 3 4 5 |
| 20. Ich vergesse jetzt häufiger Dinge, wie z.B. Namen oder Telefonnummern.....                  | 1 2 3 4 5 |
| 21. Ich fühle mich wankend und unsicher.....  | 1 2 3 4 5 |
| 22. Ich weiß nicht mehr, wer ich wirklich bin.....  | 1 2 3 4 5 |
| 23. Ich habe mein Selbstvertrauen verloren.....   | 1 2 3 4 5 |
| 24. Durch die Trauer, die ich erlebt habe, bin ich innerlich stärker geworden.....              | 1 2 3 4 5 |
| 25. Ich glaube nicht, daß ich jemals wieder glücklich sein werde.....                           | 1 2 3 4 5 |
| 26. Es fällt mir schwer, mich an Dinge aus der Vergangenheit zu erinnern.....                   | 1 2 3 4 5 |

27. Ich bin oft voller Angst.....1 2 3 4 5
28. Ich fühle mich unfähig, mit der derzeitigen Situation fertig zu werden.....1 2 3 4 5
29. Ich quäle mich oft mit Gedanken über ihren/seinen Tod.....1 2 3 4 5
30. Ich bin jetzt eine nachsichtigere Person.....1 2 3 4 5
31. Schon Kleinigkeiten lösen bei mir Panikattacken aus.....1 2 3 4 5
32. Ich habe Schwierigkeiten, mich zu konzentrieren.....1 2 3 4 5
33. Ich fühle mich so, als wäre ich in Trance.....1 2 3 4 5
34. Ich leide unter Kurzatmigkeit.....1 2 3 4 5
35. Ich vermeide Zärtlichkeiten.....1 2 3 4 5
36. Ich bin mir gegenüber toleranter geworden.....1 2 3 4 5
37. Ich habe feindselige Gefühle.....1 2 3 4 5
38. Manchmal ist mir schwindelig.....1 2 3 4 5
39. Ich habe Schwierigkeiten, neue Dinge zu lernen.....1 2 3 4 5
40. Es fällt mir schwer zu akzeptieren, daß der Tod endgültig ist.....1 2 3 4 5
41. Ich bin anderen gegenüber toleranter.....1 2 3 4 5
42. Ich schiebe anderen die Schuld zu.....1 2 3 4 5
43. Ich habe das Gefühl, als würde ich mich selber nicht kennen.....1 2 3 4 5
44. Ich bin oft müde.....1 2 3 4 5
45. Ich sehe voller Hoffnung in die Zukunft.....1 2 3 4 5
46. Abstraktes Denken fällt mir seit ihrem/seinem Tod schwer.....1 2 3 4 5
47. Ich habe keine Hoffnung mehr.....1 2 3 4 5
48. Ich möchte anderen Schaden zufügen.....1 2 3 4 5
49. Ich habe Schwierigkeiten, neue Informationen zu behalten.....1 2 3 4 5
50. Ich fühle mich häufiger krank.....1 2 3 4 5
51. Ich habe einen Wendepunkt erreicht, an dem ich begonnen habe,  
einen Teil meiner Trauer loszulassen.....1 2 3 4 5
52. Ich habe oft Rückenschmerzen.....1 2 3 4 5
53. Ich habe Angst davor, daß ich die Kontrolle über mich verliere.....1 2 3 4 5
54. Ich spüre eine Distanz zwischen mir und anderen.....1 2 3 4 5
55. Ich weine häufig.....1 2 3 4 5
56. Ich erschrecke leicht.....1 2 3 4 5
57. Alle Aufgaben erscheinen mir unüberwindlich.....1 2 3 4 5
58. Ich werde oft ärgerlich.....1 2 3 4 5
59. Mich schmerzt oft die Einsamkeit.....1 2 3 4 5
60. Ich habe mehr gute als schlechte Tage.....1 2 3 4 5
61. Ich zeige anderen gegenüber jetzt mehr Anteilnahme.....1 2 3 4 5