

[www.testarchiv.eu](http://www.testarchiv.eu)

## Open Test Archive

### Repositorium für Open-Access-Tests

PSQ20 Skalenberechnung:

#### PSQ Perceived Stress Questionnaire

Fliege, H., Rose, M., Arck, P., Levenstein, S. & Klapp, B. F. (2009)

Fliege, H., Rose, M., Arck, P., Levenstein, S. & Klapp, B. F. (2009). PSQ. Perceived Stress Questionnaire [Verfahrensdokumentation, Skalenberechnung PSQ20 und PSQ30, PSQ20 auf Deutsch, Englisch, Deutsch (letzte 2 Jahre), PSQ30 auf Deutsch, Englisch, Französisch, Italienisch, Italienisch (letzter Monat) und Spanisch]. In Leibniz-Institut für Psychologie (ZPID) (Hrsg.), Open Test Archive. Trier: ZPID.  
<http://doi.org/10.23668/psycharchives.12937>

Alle Informationen und Materialien zu dem Verfahren finden Sie unter:

<https://www.testarchiv.eu/de/test/9004426>

#### 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](https://creativecommons.org/licenses/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)/publisher. By using this test, I agree to abide by the terms of the [Creative Commons License CC BY-NC-ND 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/), which excludes all commercial use. 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](#).

## Skalenberechnung

### Stress-Fragebogen (PSQ) gekürzt auf 20 Items

#### Codierung 1-4

<b>Sorgen =</b> (worries)	$\left( \left( \left( \text{psq15} + \text{psq18} + \text{psq22} + \text{psq09} + \text{psq12} \right) / 5 \right) - 1 \right) / 3 \cdot 100$
<b>Anspannung =</b> (tension)	$\left( \left( \left( \text{psq14} + (5 - \text{psq01}) + \text{psq26} + \text{psq27} + (5 - \text{psq10}) \right) / 5 \right) - 1 \right) / 3 \cdot 100$
<b>Freude =</b> (joy)	$\left( \left( \left( \text{psq07} + \text{psq21} + \text{psq25} + \text{psq13} + \text{psq17} \right) / 5 \right) - 1 \right) / 3 \cdot 100$
<b>Anforderungen =</b> (demands)	$\left( \left( \left( \text{psq04} + (5 - \text{ps29}) + \text{psq30} + \text{psq16} + \text{psq02} \right) / 5 \right) - 1 \right) / 3 \cdot 100$
<b>Gesamtscore =</b> (overall score)	$\left( \left( \left( \left( \text{psq15} + \text{psq18} + \text{psq22} + \text{psq09} + \text{psq12} + \text{psq14} + (5 - \text{psq01}) + \text{psq26} + \text{psq27} + (5 - \text{psq10}) + (5 - \text{psq07}) + (5 - \text{psq21}) + (5 - \text{psq25}) + (5 - \text{psq13}) + (5 - \text{psq17}) + \text{psq04} + (5 - \text{ps29}) + \text{psq30} + \text{psq16} + \text{psq02} \right) / 20 \right) - 1 \right) / 3 \right) \cdot 100$

- Division der Itemssumme durch Itemanzahl bestimmt den Mittelwert (scale=summed up item scores divided by number of items)
- -1 verändert den Skalenrange von 1 – 4 zu 0 – 3 (linear transformation to values 0-3))
- Division durch 3 ergibt einen Wert zwischen 0-1 (linear transformation to values 0-1)
- Multiplikation mit Faktor 100 ergibt einen Skalenrange von 0-100 (linear transformation to values 0-100)

Skala Freude: hohe Werte bedeuten viel Freude → nicht umcodieren („joy“-scale is not recoded per se; higher values = greater joy))

Gesamtscore : Umcodierung der Items „Freude“ („Joy“ items recoded when calculating overall score)

#### **Sorgen:** Sorgen, Zukunftsängste und Frustrationsgefühle

Psq-09: Sie fürchten, Ihre Ziele nicht erreichen zu können

Psq-12: Sie fühlen sich frustriert

Psq-15: Ihre Probleme scheinen sich aufzutürmen

Psq-18: Sie haben viele Sorgen

Psq-22: Sie haben Angst vor der Zukunft

#### **Anspannung:** Erschöpfung, Unausgeglichenheit und das Fehlen körperlicher Entspannung

Psq-01: Sie fühlen sich ausgeruht

Psq-10: Sie fühlen sich ruhig

Psq-14: Sie fühlen sich angespannt

Psq-26: Sie fühlen sich mental erschöpft

Psq-27: Sie haben Probleme, sich zu entspannen

#### **Freude**

Psq-07: Sie haben das Gefühl, Dinge zu tun, die Sie wirklich mögen

Psq-13: Sie sind voller Energie

Psq-17: Sie fühlen sich sicher und geschützt

Psq-21: Sie haben Spaß

Psq-25: Sie sind leichten Herzens

#### **Anforderungen:** Zeitmangel, Termindruck oder Aufgabenbelastung

Psq-02: Sie haben das Gefühl, dass zu viele Forderungen an Sie gestellt werden

Psq-04: Sie haben zuviel zu tun

Psq-16: Sie fühlen sich gehetzt

Psq-29: Sie haben genug Zeit für sich

Psq-30: Sie fühlen sich unter Termindruck