



www.testarchiv.eu

Open Test Archive

Repositorium für Open-Access-Tests

AAVA

„Absicht“ und „Ausführung“ bei der Verhaltensänderung im Rahmen der Angstbehandlung

Geissner, E. & Ivert, P. M. (2022)

Geissner, E. & Ivert, P. M. (2022). AAVA. „Absicht“ und „Ausführung“ bei der Verhaltensänderung im Rahmen der Angstbehandlung [Verfahrensdokumentation und Fragebogen]. In Leibniz-Institut für Psychologie (ZPID) (Hrsg.), Open Test Archive. Trier: ZPID. <https://doi.org/10.23668/psycharchives.5249>

Alle Informationen und Materialien zu dem Verfahren finden Sie unter:

<https://www.testarchiv.eu/de/test/9008347>

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-SA 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-SA 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](#).

Fragebogen

„Absicht“ und „Ausführung“ bei der Verhaltensänderung im Rahmen der Angstbehandlung

- AAVA -

Bereich „Absicht“: Vor Beginn der Angstbehandlung zu bearbeiten

Bereich „Ausführung“: Am Ende der Angstbehandlung zu bearbeiten

English Title:

Intention and Implementation Questionnaire IIQ -
Dimensions of behavior change in the treatment of clinical anxiety

Petra Ivert und Edgar Geissner

2021

Referenz: Geissner, E. & Ivert, P. (2021). Absicht und Ausführung im Prozess der Verhaltensänderung – am Beispiel Angstbehandlung. In „*Verhaltenstherapie und Verhaltensmedizin*, 42,1, 5-19.

„Absicht“ - Vor Beginn der Angstbehandlung

Bitte in jeder Zeile die Zahl
ankreuzen, die am besten passt

Aussagengruppe 1: „Keine eigene Absicht“	Trifft genau zu	Trifft etwas zu	Trifft gar nicht zu
Ich habe alles versucht, was Andere mir zur Bewältigung meiner Ängste oder Panikattacken empfohlen haben, doch nichts hilft.	3	2	1
Meine Ängste oder Panikattacken sind ausschließlich ein medizinisches Problem und deswegen die Sache von Ärzten.	3	2	1
Trotz allem was die Ärzte sagen, bin ich davon überzeugt, dass es ein Medikament geben muss, mit dessen Hilfe ich meine Ängste oder Panikattacken loswerden kann.	3	2	1
Das Beste für mich ist es, einen Arzt zu finden, der herausfindet, wie ich meine Ängste oder Panikattacken ein für alle Mal loswerde.	3	2	1
Ich frage mich, warum kann nicht irgendjemand etwas tun, um meine Ängste oder Panikattacken zu beseitigen.	3	2	1
All das Gerede darüber, wie man selbst mit Ängsten oder Panikattacken besser umgehen kann, ist reine Zeitverschwendung für mich.	3	2	1
Ich vermute, dass meine Ängste oder Panikattacken ein langwieriges Problem sind. Aber es gibt nichts, was ich selbst wirklich verändern kann.	3	2	1
Bitte die angekreuzten Werte zusammenzählen und die Summe eintragen Für Untersuchungsleiter*in: Skalenwert = Summe dividiert durch Aussagenanzahl 7 _____	Summe: _____		

„Absicht“ - Vor Beginn der Angstbehandlung

Bitte in jeder Zeile die Zahl
ankreuzen, die am besten passt

Aussagengruppe 2: „Änderungsabsicht – erste Gedanken“	Trifft genau zu	Trifft etwas zu	Trifft gar nicht zu
Ab und an überlege ich mir, ob ich eventuell selbst etwas tun könnte, um mit meinen Ängsten oder Panikattacken besser umzugehen	3	2	1
Ich frage mich insgeheim, ob es nicht auch meine Aufgabe ist, die Ängste oder Panikattacken unter Kontrolle zu bringen, anstatt mich auf die Ärzte zu verlassen.	3	2	1
Ich beginne zu vermuten, dass es keine ausschließlich medizinische Antwort auf mein Angstproblem gibt	3	2	1
Vielleicht gibt es noch andere Wege, mit Ängsten oder Panikattacken umzugehen, aber ich weiß nicht wie.	3	2	1
Gelegentlich frage ich mich, ob es neben der medizinischen Behandlung noch andere Wege gibt, mit Ängsten oder Panikattacken umzugehen.	3	2	1
Ich ahne, dass Ärzte mir nur bis zu einem gewissen Grad bei der Bewältigung meiner Ängste oder Panikattacken helfen können und alles Weitere dann bei mir liegt.	3	2	1
<p>Bitte die angekreuzten Werte zusammenzählen und die Summe eintragen</p> <p>Für Untersuchungsleiter*in: Skalenwert = Summe dividiert durch Aussagenanzahl 6 _____</p>	Summe: _____		

„Absicht“ - Vor Beginn der Angstbehandlung

Bitte in jeder Zeile die Zahl
ankreuzen, die am besten passt

Aussagengruppe 3: „Änderungsabsicht – konkreter Wille“	Trifft genau zu	Trifft etwas zu	Trifft gar nicht zu
Ich habe in letzter Zeit erfahren, dass es keine ausschließlich medizinische Heilung meiner Ängste oder Panikattacken gibt. Deshalb möchte ich jetzt lernen, wie ich mit ihnen anders umgehen kann.	3	2	1
Selbst wenn die Symptome meiner Ängste oder Panikattacken nicht mehr gänzlich weggehen sollten, bin ich bereit, die Art, wie ich damit umgehe, zu ändern.	3	2	1
Ich werde innerhalb des nächsten Monats damit beginnen, Einfluss auf meine Ängste oder Panikattacken zu nehmen, bevor sie mein Leben ruinieren.	3	2	1
Ich habe die ernsthafte Absicht, in naher Zukunft mit meinen Ängsten oder Panikattacken anders als bisher umzugehen	3	2	1
Ich werde in nächster Zeit Hilfe in Anspruch nehmen, um herauszufinden, was ich selbst tun könnte, damit ich mich besser fühle.	3	2	1
Ich habe mich informiert, was ich selbst tun kann, um meine Ängste oder Panikattacken zu beeinflussen und werde in den nächsten Wochen damit anfangen.	3	2	1
<p>Bitte die angekreuzten Werte zusammenzählen und die Summe eintragen</p> <p>Für Untersucher*in: Skalenwert = Summe dividiert durch Aussagenanzahl 6 _____</p>	Summe: _____		

„Ausführung“ - Am Ende der Angstbehandlung

Bitte in jeder Zeile die Zahl ankreuzen, die am besten passt

Aussagengruppe 1: „Angstbekämpfung erlernen“	Trifft genau zu	Trifft etwas zu	Trifft gar nicht zu
Ich gehe neue Wege, um mit meinen Ängsten oder Panikattacken besser umzugehen.	3	2	1
Ich habe vor einigen Wochen damit begonnen, Strategien anzuwenden, die mir helfen, meine Ängste oder Panikattacken besser zu kontrollieren.	3	2	1
Ich lerne seit einigen Wochen verschiedene Strategien, um meine Ängste oder Panikattacken zu beeinflussen.	3	2	1
Ich werde seit einigen Wochen darin unterstützt, Strategien zur besseren Bewältigung meiner Ängste oder Panikattacken zu erlernen.	3	2	1
Ich arbeite bereits seit mehr als einem Monat aktiv daran, Fähigkeiten zur besseren Handhabung meiner Ängste oder Panikattacken zu erlernen.	3	2	1
Bitte die angekreuzten Werte zusammenzählen und die Summe eintragen Für Untersucher*in: Skalenwert = Summe dividiert durch Aussagenanzahl 5 _____	Summe: _____		

„Ausführung“ - Am Ende der Angstbehandlung

Bitte in jeder Zeile die Zahl
ankreuzen, die am besten passt

Aussagengruppe 2: „Angst dauerhaft kontrollieren“	Trifft genau zu	Trifft etwas zu	Trifft gar nicht zu
Vorschläge, wie ich besser mit meinen Ängsten oder Panikattacken leben kann, habe ich seit mehreren Monaten umgesetzt.	3	2	1
Ich weiß seit längerem, dass ich meine Ängste oder Panikattacken beherrschen kann.	3	2	1
Seit mehreren Monaten werde ich in meinem Alltag nur noch wenig von meinen Ängsten oder Panikattacken beeinflusst.	3	2	1
Selbstverständlich sind Angstbewältigungsstrategien ein fester Bestandteil meines Alltags.	3	2	1
Seit längerem wende ich regelmäßig Bewältigungsstrategien an, um zu verhindern, dass meine Ängste oder Panikattacken mein Leben zerstören.	3	2	1
Ich habe meine Ängste oder Panikattacken und ihre Auswirkungen auf mein Leben 100%ig im Griff.	3	2	1
Strategien zur Bewältigung meiner Ängste oder Panikattacken wende ich bereits seit mehr als einem halben Jahr regelmäßig an.	3	2	1
<p>Bitte die angekreuzten Werte zusammenzählen und die Summe eintragen</p> <p>Für Untersuchungsleiter*in: Skalenwert = Summe dividiert durch Aussagenanzahl 7 _____</p>	Summe: _____		

„Ausführung“ - Am Ende der Angstbehandlung

Bitte in jeder Zeile die Zahl ankreuzen, die am besten passt

Aussagengruppe 3: „Trotz Angst zuversichtlich bleiben“	Trifft genau zu	Trifft etwas zu	Trifft gar nicht zu
Wenn Symptome meiner Ängste oder Panikattacken auftreten, lasse ich mich nicht aus der Ruhe bringen und gehe meinem Alltag weiter nach.	3	2	1
Meine Ängste oder Panikattacken werden mein Leben nie mehr so beeinträchtigen, wie sie es früher getan haben.	3	2	1
Ich bin mir absolut sicher, die erlernten Strategien zur Bewältigung meiner Ängste oder Panikattacken in den nächsten Jahren auch weiterhin anzuwenden.	3	2	1
Egal was Andere von mir denken, aus eigener Erfahrung werde ich Strategien zur Bewältigung meiner Ängste oder Panikattacken uneingeschränkt weiterempfehlen.	3	2	1
<p>Bitte die angekreuzten Werte zusammenzählen und die Summe eintragen</p> <p>Für Untersuchungsleiter*in: Skalenwert = Summe dividiert durch Aussagenanzahl 4 _____</p>	Summe: _____		