

## Fragebogen zu Stärken und Schwächen (SDQ-Deu)

Selbst 18+

Bitte markieren Sie zu jedem Punkt "Nicht zutreffend", "Teilweise zutreffend" oder "Eindeutig zutreffend". Beantworten Sie bitte alle Fragen so gut Sie können, selbst wenn Sie sich nicht ganz sicher sind oder Ihnen eine Frage merkwürdig vorkommt. Überlegen Sie bitte bei der Antwort, wie es Ihnen im letzten halben Jahr ging.

Dein Name .....

Männlich

Weiblich

Geburtsdatum .....

Nicht zutreffend	Teilweise zutreffend	Eindeutig zutreffend
------------------	----------------------	----------------------

---

 Ich versuche, nett zu anderen Menschen zu sein, ihre Gefühle sind mir wichtig
 

---



---

 Ich bin oft unruhig; ich finde es schwierig, lange Zeit still zu sitzen
 

---



---

 Ich habe häufig Kopfschmerzen oder Bauchschmerzen; mir wird oft schlecht
 

---



---

 Ich teile normalerweise mit anderen (z.B. Essen oder Trinken)
 

---



---

 Ich werde leicht wütend; ich verliere oft meine Beherrschung
 

---



---

 Ich bin lieber alleine als mit anderen Menschen zusammen
 

---



---

 Im Allgemeinen bin ich gewillt zu tun, was andere Menschen von mir verlangen
 

---



---

 Ich mache mir häufig Sorgen
 

---



---

 Ich bin hilfsbereit, wenn andere verletzt, krank oder traurig sind
 

---



---

 Ich bin dauernd in Bewegung und zappelig
 

---



---

 Ich habe mindestens eine gute Freundin/einen guten Freund
 

---



---

 Ich schlage mich häufig; ich kann Andere zwingen zu tun, was ich will
 

---



---

 Ich bin oft unglücklich oder deprimiert; ich muss häufig weinen
 

---



---

 Andere Menschen mögen mich im Allgemeinen
 

---



---

 Ich lasse mich leicht ablenken; ich finde es schwer, mich zu konzentrieren
 

---



---

 Neue Situationen machen mich nervös; ich verliere leicht das Selbstvertrauen
 

---



---

 Ich bin nett zu Kindern
 

---



---

 Andere behaupten oft, dass ich lüge oder mogele
 

---



---

 Ich werde von anderen gehänselt oder schikaniert
 

---



---

 Ich biete anderen oft meine Hilfe an (Familienangehörigen, Freunden, Kollegen)
 

---



---

 Ich denke nach, bevor ich handele
 

---



---

 Ich nehme Dinge, die mir nicht gehören (von zu Hause, von der Arbeit oder anderswo)
 

---



---

 Ich komme besser mit Menschen aus, die älter sind als ich, als mit Menschen in meinem Alter
 

---



---

 Ich habe viele Ängste; ich fürchte mich leicht
 

---



---

 Was ich angefangen habe, mache ich zu Ende; ich kann mich lange genug konzentrieren
 

---

Unterschrift:.....

Datum: .....