



Selbsteinschätzung für Jugendliche (ab 13 Jahre)

Von deiner Therapeutin/deinem Therapeuten auszufüllen:

Chiffre: (Anfangsbuchstabe des Nachnamens und Geburtsdatum TT.MM.JJJJ)

Therapeut/in: _____ **Supervisor/in:** _____

Im Folgenden findest Du einige Aussagen zu verschiedenen Aspekten.
 Bitte lies jede Aussage durch und prüfe, ob sie für Dich zutrifft, von nein (0) bis trifft genau zu (4).
 Bitte beantworte aber zunächst einige Angaben zu Deiner Person.

Alter: _____ **Geschlecht:** _____ **Geb.-Datum:** _____

Vorname: _____ **Datum heute:** _____

Anzahl meiner Geschwister: _____

Ich lebe mit meinen beiden Eltern zusammen: ja nein

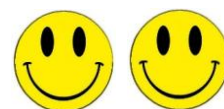
Wenn nein, mit wem: _____

Ich bin/war in Einzeltherapie Gruppentherapie **seit** _____ **Monaten**

Stimmt diese Aussage für Dich?		nein	eher nein	teils/teils	eher ja	ja
0 = nein = trifft gar nicht zu 1 = eher nein = trifft eher nicht zu 2 = teils/teils = trifft teilweise zu 3 = eher ja = trifft eher zu 4 = ja = trifft genau zu						
1.	Wenn die Beziehung zu meinen Freunden zu eng wird, macht mir das große Angst.	0	1	2	3	4
2.	Die Beziehung zu meinen Eltern ist viel zu eng, das macht mir Angst/mich wütend.	0	1	2	3	4
3.	Ich habe ständig Angst/bin in Unruhe, dass ich eine Beziehung, die mir wichtig ist, verlieren könnte.	0	1	2	3	4
4.	Bei dem Gedanken mich von meinen Eltern zu trennen, bekomme ich Panik.	0	1	2	3	4
5.	In meinen Beziehungen ordne ich mich immer unter und lege Wert darauf, dass andere die Führung übernehmen.	0	1	2	3	4
6.	Regeln, egal ob in der Schule, in meiner Freizeit oder zuhause, bestimme ich und versuche, dass auch durchzusetzen.	0	1	2	3	4
7.	Unter meinen Freunden bestehe ich darauf, dass ich immer das Sagen habe.	0	1	2	3	4
8.	Ich rebelliere nicht offen gegen Regeln/ Verbote (Schule/ Freizeit/zuhause), sondern mache einfach was ich will.	0	1	2	3	4
9.	Meine Eltern überschütten mich ständig mit allem, daher brauche ich mich um nichts zu kümmern.	0	1	2	3	4
10.	Um meine Bedürfnisse kümmert sich wirklich niemand in meiner Familie.	0	1	2	3	4
11.	Ich muss immer für mich selbst sorgen/auf mich selbst achten, weil sich sonst keiner um mich kümmert.	0	1	2	3	4
12.	Mir ist wichtig, dass andere sich nur um mich kümmern, damit ich nicht zu kurz komme.	0	1	2	3	4
13.	Ich möchte ständig bewundert werden.	0	1	2	3	4
14.	Mir ist es wichtig bessere Leistungen zu erbringen als andere, damit man sieht, dass ich ihnen überlegen bin.	0	1	2	3	4
15.	Ich glaube, dass ich es nicht verdient habe, dass Andere mich wertschätzen.	0	1	2	3	4
16.	Ich vergleiche mich ständig mit anderen, schneide dabei aber fast immer schlechter ab.	0	1	2	3	4
17.	Ich mache mir sehr große Vorwürfe, wenn etwas in meiner Familie schiefgeht.	0	1	2	3	4
18.	Ich fühle mich dafür verantwortlich, dass es allen in meiner Familie immer gut geht.	0	1	2	3	4
19.	Ich habe die schrecklichsten Eltern der Welt.	0	1	2	3	4

20.	Meine Eltern sind schuld, wenn es mir heute psychisch und körperlich so schlecht geht.	0	1	2	3	4
21.	Ich konkurriere immer um den attraktivsten Jungen/Mädchen.	0	1	2	3	4
22.	Ich beeindrucke andere gerne mit meinem attraktiven Körper.	0	1	2	3	4
23.	Im Umgang mit dem anderen Geschlecht bin ich total gehemmt.	0	1	2	3	4
24.	Sexualität finde ich absolut eklig.	0	1	2	3	4
25.	Ich kann mich einfach nicht festlegen, wer ich sein möchte, die vielen Möglichkeiten verwirren mich total.	0	1	2	3	4
26.	Ich habe immer wieder neue Idole, denen ich sofort nacheifere, um so zu sein wie sie.	0	1	2	3	4
27.	Ich bin ständig auf der Suche, immer Neues (äußere Erscheinung, Hobbies, Beziehungen) auszuprobieren.	0	1	2	3	4
28.	Ich habe absolut keine Ahnung, wer ich bin und wie ich das herausfinden kann.	0	1	2	3	4
OPD-SFK-KJ						
Stimmt diese Aussage für Dich?						
0 = nein= trifft gar nicht zu 1 = eher nein = trifft eher nicht zu 2 = teils/teils = trifft teilweise zu 3 = eher ja = trifft eher zu 4 = ja = trifft genau zu		nein	eher nein	teils/ teils	eher ja	ja
1.	Ich erlebe mich manchmal wie eine fremde Person.	0	1	2	3	4
2.	Wenn ich viel über mich nachdenke, gerate ich eher in Verwirrung.	0	1	2	3	4
3.	Wenn man andere zu nahe an sich heran lässt, kann das gefährlich werden.	0	1	2	3	4
4.	Ich kann mich anderen oft schwer verständlich machen.	0	1	2	3	4
5.	In mir herrscht oft ein solches Gefühlschaos, dass ich es gar nicht beschreiben könnte.	0	1	2	3	4
6.	Ich schätze manchmal falsch ein, wie mein Verhalten auf andere wirkt.	0	1	2	3	4
7.	Wenn andere viel über mich wissen, fühle ich mich oft irgendwie kontrolliert oder beobachtet.	0	1	2	3	4
8.	Meine Gefühle sind manchmal so intensiv, dass ich Angst bekomme.	0	1	2	3	4
9.	Ich bin schon sehr verletzt worden, weil ich mich in einem Menschen getäuscht hatte.	0	1	2	3	4
10.	Es fällt mir schwer, zu anderen Kontakt aufzunehmen.	0	1	2	3	4
11.	Ich habe kein gutes Selbstbewusstsein.	0	1	2	3	4
12.	Meine Erfahrung ist: Wenn man Menschen zu sehr vertraut, kann man böse Überraschungen erleben.	0	1	2	3	4
RFQ-8 / MAS						
Stimmt diese Aussage für Dich?						
0 = nein= trifft gar nicht zu 1 = eher nein = trifft eher nicht zu 2 = teils/teils = trifft teilweise zu 3 = eher ja = trifft eher zu 4 = ja = trifft genau zu		nein	eher nein	teils/ teils	eher ja	ja
1.	Ich finde die Gedanken anderer verwirrend.	0	1	2	3	4
2.	Manchmal tue ich Dinge, ohne wirklich zu wissen warum.	0	1	2	3	4
3.	Wenn ich wütend werde, sage ich Dinge, ohne wirklich zu wissen, warum ich sie sage.	0	1	2	3	4
4.	Wenn ich unsicher bin, verhalte ich mich auf eine Weise, die andere irritieren kann.	0	1	2	3	4
5.	Ich weiß immer, was ich fühle.	0	1	2	3	4
6.	Starke Gefühle machen es mir oft schwer, klare Gedanken zu fassen.	0	1	2	3	4
7.	Ich bin gut darin, komplizierte Gefühle bei anderen zu verstehen.	0	1	2	3	4
8.	Ich kann meine Gefühle anderen gegenüber genau ausdrücken.	0	1	2	3	4
9.	Häufig kenne ich die Gründe dafür, warum ich bestimmte Gefühle empfinde.	0	1	2	3	4
10.	Ich verstehe, wie frühere Beziehungen meine gegenwärtigen Gefühle beeinflussen.	0	1	2	3	4

Fast geschafft!



SDQ Stimmt diese Aussage für Dich? 0 = nein= trifft gar nicht zu 1 = eher nein = trifft eher nicht zu 2 = teils/teils = trifft teilweise zu 3 = eher ja = trifft eher zu 4 = ja = trifft genau zu		nein	eher nein	teils/ teils	eher ja	ja
1.	Ich versuche, nett zu anderen Menschen zu sein, ihre Gefühle sind mir wichtig.	0	1	2	3	4
2.	Ich bin oft unruhig; ich kann nicht lange stillsitzen.	0	1	2	3	4
3.	Ich habe häufig Kopfschmerzen oder Bauchschmerzen; mir wird oft schlecht.	0	1	2	3	4
4.	Ich teile normalerweise mit Anderen (Essen, Spiele, Stifte).	0	1	2	3	4
5.	Ich werde leicht wütend; ich verliere oft meine Beherrschung.	0	1	2	3	4
6.	Ich bin meistens für mich alleine; ich beschäftige mich lieber mit mir selbst.	0	1	2	3	4
7.	Normalerweise tue ich, was man mir sagt.	0	1	2	3	4
8.	Ich mache mir häufig Sorgen.	0	1	2	3	4
9.	Ich bin hilfsbereit, wenn andere verletzt, krank oder traurig sind.	0	1	2	3	4
10.	Ich bin dauernd in Bewegung und zappelig.	0	1	2	3	4
11.	Ich habe einen oder mehrere gute Freunde oder Freundinnen.	0	1	2	3	4
12.	Ich schlage mich häufig; ich kann Andere zwingen zu tun, was ich will.	0	1	2	3	4
13.	Ich bin oft unglücklich oder niedergeschlagen; ich muss häufig weinen.	0	1	2	3	4
14.	Im Allgemeinen bin ich bei Gleichaltrigen beliebt.	0	1	2	3	4
15.	Ich lasse mich leicht ablenken; ich finde es schwer, mich zu konzentrieren.	0	1	2	3	4
16.	Neue Situationen machen mich nervös; ich verliere leicht das Selbstvertrauen.	0	1	2	3	4
17.	Ich bin nett zu jüngeren Kindern.	0	1	2	3	4
18.	Anderer behaupten oft, dass ich lüge oder mogele.	0	1	2	3	4
19.	Ich werde von anderen gehänselt oder schikaniert.	0	1	2	3	4
20.	Ich helfe anderen oft freiwillig (Eltern, Lehrern oder Gleichaltrigen).	0	1	2	3	4
21.	Ich denke nach, bevor ich handele.	0	1	2	3	4
22.	Ich nehme Dinge, die mir nicht gehören (von zu Hause, in der Schule oder anderswo).	0	1	2	3	4
23.	Ich komme besser mit Erwachsenen aus als mit Gleichaltrigen.	0	1	2	3	4
24.	Ich habe viele Ängste; ich fürchte mich leicht.	0	1	2	3	4
25.	Was ich angefangen habe, mache ich zu Ende; ich kann mich lange genug konzentrieren.	0	1	2	3	4
FTB-KJ Stimmt diese Aussage für Dich? 0 = nein= trifft gar nicht zu 1 = eher nein = trifft eher nicht zu 2 = teils/teils = trifft teilweise zu 3 = eher ja = trifft eher zu 4 = ja = trifft genau zu		nein	eher nein	teils/ teils	eher ja	ja
1.	Ich freue mich auf die Stunden mit meinem Therapeuten.	0	1	2	3	4
2.	Ich erzähle meinem Therapeuten von den Dingen, die mich beunruhigen.	0	1	2	3	4
3.	Wenn ich bei meinem Therapeuten bin, wünsche ich mir, dass die Stunde schnell zu Ende geht.	0	1	2	3	4
4.	Wenn ich mich mit meinem Therapeuten treffe, spreche ich über Dinge, die mich ärgern.	0	1	2	3	4
5.	Ich verbringe gerne Zeit mit meinem Therapeuten.	0	1	2	3	4
6.	Wenn ich bei meinem Therapeuten bin, behalte ich meine Probleme lieber für mich.	0	1	2	3	4
7.	Ich mag meinen Therapeuten.	0	1	2	3	4

8.	Wenn mein Therapeut mich nach meinen Problemen fragt, erzähle ich ihm davon.	0	1	2	3	4
9.	Ich würde lieber andere Sachen machen, als mich mit meinem Therapeuten zu treffen.	0	1	2	3	4
10.	Ich habe das Gefühl, dass mein Therapeut zu mir hält und versucht, mir zu helfen.	0	1	2	3	4
11.	Ich spreche mit meinem Therapeuten über meine Gefühle.	0	1	2	3	4
12.	Ich wünschte, mein Therapeut würde mich in Ruhe lassen.	0	1	2	3	4
YSR-K-ISK Beurteilung für den Zeitraum der letzten 6 Monate 0 = nein = trifft nicht zu 1 = etwas = trifft manchmal/etwas zu 2 = ja = trifft häufig/genau zu		nein		etwas		ja
1.	Ich bin unglücklich und traurig.	0	1	2		
2.	Ich habe Bauchschmerzen.	0	1	2		
3.	Ich streite, widerspreche, motze rum.	0	1	2		
4.	Ich glaube alles perfekt machen zu müssen.	0	1	2		
5.	Ich bin gemein, rücksichtslos, schüchtere andere ein.	0	1	2		
6.	Ich greife andere körperlich an.	0	1	2		
7.	Ich bin ständig müde.	0	1	2		
8.	Ich hab das Gefühl keiner mag mich/ liebt mich.	0	1	2		
9.	Ich zünde gerne bzw. hab schon Feuer gelegt.	0	1	2		
10.	Ich fühle mich wertlos und unterlegen.	0	1	2		
11.	Ich weine leicht.	0	1	2		
12.	Ich ärgere andere ständig.	0	1	2		
13.	Ich bin nervös und angespannt.	0	1	2		
14.	Ich fühle mich körperlich schwach und kraftlos.	0	1	2		
15.	Ich zerstöre Dinge die anderen gehören.	0	1	2		
16.	Ich habe oft Kopfschmerzen.	0	1	2		
17.	Ich bin zu furchtsam und ängstlich.	0	1	2		
18.	Ich bin lieber mit Älteren als mit Gleichaltrigen zusammen.	0	1	2		
19.	Ich bin störrisch und eigensinnig.	0	1	2		
20.	Ich habe starke Schuldgefühle.	0	1	2		
21.	Ich habe Ausschläge, eine Allergie oder andere Hautprobleme.	0	1	2		
22.	Ich bin impulsiv, handele, ohne zu überlegen.	0	1	2		
23.	Ich habe zu Hause und anderswo etwas gestohlen.	0	1	2		
24.	Mir ist oft schlecht/ übel.	0	1	2		
25.	Ich bin niedergeschlagen und depressiv.	0	1	2		
26.	Ich greife andere körperlich an.	0	1	2		
27.	Ich mache mir viele Sorgen.	0	1	2		
28.	Ich werde oft gehänselt.	0	1	2		
29.	Ich schreie viel rum.	0	1	2		
30.	Ich lüge, schwindele oder betrüge.	0	1	2		

Geschafft! Wunderbar! Ganz herzlichen Dank für Deine Mitarbeit!

