BPNSFS

Skala zur Befriedigung und Frustration psychologischer Grundbedürfnisse (BPNSFS)

Die BPNSFS erfasst die Befriedigung und Frustration psychologischer Grundbedürfnisse im Sinne der Selbstbestimmungstheorie. Sie misst drei Grundbedürfnisse: Autonomie, Kompetenz und soziale Eingebundenheit. Das Instrument hilft, die motivationalen Dynamiken zu verstehen, die das psychische Wohlbefinden beeinflussen.

Anzahl der Fragen	24 Fragen
Geschätzte Dauer	15 Minuten
Sprache	Deutsch
Originalname	Basic Psychological Needs Satisfaction and Frustration Scale
Zielgruppe	Jugendliche, Erwachsene
Autor:innen	Van der Kaap-Deeder, J., Soenens, B., Ryan, R. M., & Vansteenkiste, M (2015)
Kategorie	Allgemein

Vorschau der 24 Fragen

Ich habe die Wahl und fühle mich frei in dem was ich tue.

1 - Trifft überhaupt nicht zu | 2 | 3 | 4 | 5 - Trifft voll und ganz zu

Die meisten Dinge die ich tue, fühlen sich an als ob ich diese tun muss.

1 - Trifft überhaupt nicht zu | 2 | 3 | 4 | 5 - Trifft voll und ganz zu

Ich spüre, dass ich den Menschen, die mir etwas bedeuten, auch wichtig bin.

1 - Trifft überhaupt nicht zu | 2 | 3 | 4 | 5 - Trifft voll und ganz zu

Ich fühle mich ausgeschlossen aus der Gruppe, zu der ich gehören möchte.

1 - Trifft überhaupt nicht zu | 2 | 3 | 4 | 5 - Trifft voll und ganz zu

Ich bin davon überzeugt, dass ich Dinge gut kann.

1 - Trifft überhaupt nicht zu	2	3	4	5 - Trifft voll und ganz zu

Auswertung und Interpretation

Die Items werden auf einer Likert-Skala von „Trifft überhaupt nicht zu“ bis „Trifft vollständig zu“ bewertet. Hohe Befriedigungswerte sprechen für ein positives Wohlbefinden, hohe Frustrationswerte können dagegen auf Missbefinden oder psychische Belastung hinweisen.