BPS

Skala zur Neigung zu Langeweile (BPS)

Die Boredom Proneness Scale (BPS) ist ein Selbstbeurteilungsinstrument zur Messung der Neigung einer Person, in unterschiedlichen Situationen Langeweile zu erleben. Sie erfasst das Ausmaß chronischer Langeweile, die mit verschiedenen psychischen Störungen wie Depression oder Angst einhergehen kann. Die Skala wird häufig in Forschung und klinischer Praxis eingesetzt, um Ursachen und Folgen von Langeweile bei Erwachsenen besser zu verstehen.

Anzahl der Fragen	28 Fragen
Geschätzte Dauer	8 Minuten
Sprache	Deutsch
Originalname	Boredom Proneness Scale
Zielgruppe	Erwachsene (ab 18 Jahren)
Autor:innen	Richard Farmer, Norman D. Sundberg (1986)
Kategorie	Depression, Angst

Vorschau der 28 Fragen

Es fällt mir leicht, mich auf meine Aktivitäten zu konzentrieren.

Stimme überhaupt nicht zu | Stimme nicht zu | Stimme eher nicht zu | Neutral | Stimme eher zu | Stimme zu | Stimme voll und ganz zu

Beim Arbeiten an einer Sache bin ich oft mit anderen Dingen beschäftigt.

Stimme überhaupt nicht zu | Stimme nicht zu | Stimme eher nicht zu | Neutral | Stimme eher zu | Stimme zu | Stimme voll und ganz zu

Die Zeit scheint langsam zu vergehen.

Stimme überhaupt nicht zu | Stimme nicht zu | Stimme eher nicht zu | Neutral | Stimme eher zu | Stimme zu | Stimme voll und ganz zu

Ich weiß oft nicht, womit ich mich beschäftigen kann.

Stimme überhaupt nicht zu | Stimme nicht zu | Stimme eher nicht zu | Neutral | Stimme eher zu | Stimme zu | Stimme voll und ganz zu

Ich bin oft in Situationen gefangen, in denen ich bedeutungslose Dinge tue.

Stimme überhaupt nicht zu | Stimme nicht zu | Stimme eher nicht zu | Neutral | Stimme eher zu | Stimme zu | Stimme voll und ganz zu

Auswertung und Interpretation

Jedes Item wird auf einer Likert-Skala (von 1 bis 7) bewertet; anschließend werden die Werte zu einem Gesamtwert aufsummiert. Ein hoher Wert weist auf eine ausgeprägte Neigung zu Langeweile hin. Die Interpretation stützt sich auf Perzentile oder auf den Vergleich mit dem Mittelwert von Referenzpopulationen.