FCQ-T

Fragebogen zum habituellen Essensverlangen (FCQ-T)

Der FCQ-T ist ein mehrdimensionaler Selbstbeurteilungsfragebogen zur Erfassung der habituellen Neigung zu intensivem Essensverlangen (Food Craving). Er erfasst nicht nur die Häufigkeit des Essensverlangens, sondern auch aufdringliche Gedanken ans Essen, Erwartungen von Genuss oder emotionaler Erleichterung, Kontrollverlust, situative Auslöser, die physiologische Komponente und die damit verbundenen Schuldgefühle. Er ist in der klinischen Psychologie und in der Forschung zu Essstörungen, Essanfällen, Adipositas und impulsivem Essverhalten besonders nützlich.

Anzahl der Fragen	39 Fragen
Geschätzte Dauer	5 Minuten
Sprache	Deutsch
Originalname	Food Cravings Questionnaire-Trait
Zielgruppe	Erwachsene
Autor:innen	Antonio Cepeda-Benito, David H. Gleaves, Tara L. Williams, Stephen A. Erath (2000)
Kategorie	Essstörungen

Vorschau der 39 Fragen

Wenn ich ein starkes Verlangen nach etwas verspüre, weiß ich, dass ich nicht mehr aufhören kann zu essen, wenn ich erst mal angefangen habe.

1 - Nie | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 - Immer

Wenn ich das esse, wonach ich ein starkes Verlangen verspüre, verliere ich oft die Kontrolle und esse zu viel.

1 - Nie | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 - Immer

Wenn ich ein starkes Verlangen nach bestimmten Nahrungsmitteln verspüre, denke ich ausnahmslos darüber nach, wie ich das bekomme, was ich essen will.

1 - Nie | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 - Immer

Ich habe das Gefühl, dass ich die ganze Zeit nur Essen im Kopf habe.

1 - Nie | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 - Immer

Ich ertappe mich dabei, wie ich mich gedanklich ständig mit Essen beschäftige.

1 - Nie | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 - Immer

Führen Sie Ihre Fragebögen online durch

Senden Sie einen Link: Ihre Patient:innen antworten am Handy oder Computer, und Sie erhalten die ausgewerteten Ergebnisse per E-Mail.

Fragebogen auf mentaal.org ansehen ›

Auswertung und Interpretation

Jedes Item wird von 1 bis 6 bewertet, von „nie bzw. trifft nicht zu“ bis „immer“. Der Gesamtwert ergibt sich aus der Summe der 39 Antworten. Es gibt keine umgepolten Items. Der Gesamtwert reicht von 39 bis 234; ein höherer Wert weist auf häufigeres, intensiveres und aufdringlicheres Essensverlangen hin. Die Originalversion erlaubt außerdem die Berechnung von Werten für neun klinische Dimensionen, darunter Absicht zu essen, Erwartung positiver Verstärkung, Linderung negativer Affekte, Kontrollverlust, gedankliche Beschäftigung mit dem Essen, physiologischer Zustand, Emotionen, auslösende Reize und Schuldgefühle. Für die vollständige Version gibt es keinen allgemein anerkannten diagnostischen Cut-off-Wert; die Interpretation muss sich daher auf den klinischen Kontext, normative Vergleiche, sofern verfügbar, und die intraindividuelle Veränderung im Zeitverlauf stützen.

Sind Sie Psycholog:in?

Mit Mentaal erhalten Sie aussagekräftige Informationen, um Ihre Patient:innen zu begleiten.

- Standardisierte Tests
- Automatische Auswertung
- Ergebnisse per E-Mail

Kostenlos testen | Alle Fragebögen ansehen

★★★★★

“Anfangs war ich skeptisch, inzwischen möchte ich dieses Tool in meiner Praxis nicht mehr missen.”

Elodie C. - Psychologin (KVT)