

Fragebogen zu Sicherheitsverhalten bei generalisierter Angststörung (GAD-SBQ)

Der GAD-SBQ ist ein Selbstbeurteilungsinstrument zur Identifikation und Messung von Sicherheitsverhalten, das spezifisch mit der generalisierten Angststörung verbunden ist. Betroffene setzen diese Verhaltensweisen häufig ein, um ihre wahrgenommene Angst zu verringern; paradoxerweise können sie Angstsymptome jedoch langfristig aufrechterhalten oder verstärken.

Anzahl der Fragen	10 Fragen
Geschätzte Dauer	2 Minuten
Sprache	Deutsch
Originalname	Questionnaire of Safety Behaviors for Generalized Anxiety Disorder
Zielgruppe	Erwachsene
Autor:innen	Marcotte-Beaumier, G., Hebert, E. A., & Dugas, M. J. (2020)
Kategorie	Angst

Vorschau der 10 Fragen

Ich vermeide häufig Situationen, die negativ ausgehen könnten.

Z. B. es vermeiden, in einem neuen Restaurant zu essen.

Überhaupt nicht typisch für mich | Ein wenig typisch für mich | Mäßig typisch für mich | Ziemlich typisch für mich | Äußerst typisch für mich

Ich mache Aufgaben, die ich bereits abgeschlossen habe, immer wieder neu oder ändere sie.

Z. B. zu einem Projekt zurückkehren, das ich bereits abgeschlossen habe, und es noch einmal ändern.

Überhaupt nicht typisch für mich | Ein wenig typisch für mich | Mäßig typisch für mich | Ziemlich typisch für mich | Äußerst typisch für mich

Ich suche viele Informationen, um mich zu beruhigen.

Z. B. Verkehrsmeldungen prüfen, um zu erfahren, ob es auf der Strecke meines Partners/meiner Partnerin einen Unfall gab.

Überhaupt nicht typisch für mich | Ein wenig typisch für mich | Mäßig typisch für mich | Ziemlich typisch für mich | Äußerst typisch für mich

Ich vermeide es, mich ganz auf eine Arbeit, ein Projekt oder eine Beziehung einzulassen, weil ich nicht sicher bin, wie es ausgehen wird.

Z. B. es ablehnen, mich bei der Arbeit an einem anspruchsvollen Projekt zu beteiligen.

Überhaupt nicht typisch für mich | Ein wenig typisch für mich | Mäßig typisch für mich | Ziemlich typisch für mich | Äußerst typisch für mich

Wegen meiner Sorgen suche ich ständig nach Rückversicherung.

Z. B. meinen Partner/meine Partnerin bitten, mich wegen meiner Sorgen um unsere Beziehung zu beruhigen.

Überhaupt nicht typisch für mich | Ein wenig typisch für mich | Mäßig typisch für mich | Ziemlich typisch für mich | Äußerst typisch für mich

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

Jede Frage wird auf einer Likert-Skala bewertet. Die Werte werden summiert, um das Ausmaß des Sicherheitsverhaltens zu bestimmen. Ein hoher Wert spricht für eine starke Abhängigkeit von diesen Verhaltensweisen, was auf einen höheren Schweregrad der Symptome einer generalisierten Angststörung hinweisen kann.

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

★★★★★

“Ich nutze Mentaal jetzt seit 2 Monaten, und dieses Tool hat meine Sicht auf die Behandlung und meinen Terminkalender revolutioniert!”

 Lena H. - Online-Psychologin (KVT)