

Fragebogen zur Zurückweisungsempfindlichkeit (RSQ)

Der RSQ ist ein Selbstbeurteilungsfragebogen zur Erfassung der Empfindlichkeit gegenüber zwischenmenschlicher Zurückweisung. Er beschreibt 18 hypothetische Situationen mit wichtigen oder beziehungsrelevanten Personen (z. B. Freund:innen, Eltern, eine Lehrkraft, Partner:in, Bekannte) und misst zugleich die Angst vor möglicher Zurückweisung und die Erwartung von Akzeptanz. Ursprünglich bei Studierenden und jungen Erwachsenen entwickelt, hilft er Psycholog:innen, eine Beziehungsvulnerabilität zu erkennen, die von der ängstlichen Erwartung von Zurückweisung geprägt ist. Dies ist nützlich bei der Abklärung von Bindungsschwierigkeiten, Beziehungskonflikten und bestimmten gemischt ängstlich-depressiven Beschwerden.

Anzahl der Fragen	18 Fragen
Geschätzte Dauer	7 Minuten
Sprache	Deutsch
Originalname	Rejection Sensitivity Questionnaire
Zielgruppe	Junge Erwachsene
Autor:innen	Geraldine Downey, Scott I. Feldman (1996)
Kategorie	Emotionale Abhängigkeit, Interpersonelle Probleme, Angst

Vorschau der 18 Fragen

Wie angespannt oder beunruhigt wären Sie in dieser Situation, in der Sie die Reaktion der anderen Person(en) auf Ihre Bitte erwarten?

Sie fragen eine Person aus Ihrem Seminar, ob Sie sich ihre Mitschriften ausleihen dürfen.

Jede Situation wird zusätzlich danach eingeschätzt, für wie wahrscheinlich Sie eine annehmende Reaktion der anderen Person(en) halten: von 1 (sehr unwahrscheinlich) bis 6 (sehr wahrscheinlich).

1 - Nicht beunruhigt | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 - Sehr beunruhigt

Wie angespannt oder beunruhigt wären Sie in dieser Situation, in der Sie die Reaktion der anderen Person(en) auf Ihre Bitte erwarten?

Sie fragen Ihren Partner/Ihre Partnerin, ob er/sie mit Ihnen zusammenziehen möchte.

Jede Situation wird zusätzlich danach eingeschätzt, für wie wahrscheinlich Sie eine annehmende Reaktion der anderen Person(en) halten: von 1 (sehr unwahrscheinlich) bis 6 (sehr wahrscheinlich).

1 - Nicht beunruhigt | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 - Sehr beunruhigt

Wie angespannt oder beunruhigt wären Sie in dieser Situation, in der Sie die Reaktion der anderen Person(en) auf Ihre Bitte erwarten?

Sie bitten Ihre Eltern um Hilfe bei der Entscheidung, für welche Studiengänge Sie sich bewerben sollen.

Jede Situation wird zusätzlich danach eingeschätzt, für wie wahrscheinlich Sie eine annehmende Reaktion der anderen Person(en) halten: von 1 (sehr unwahrscheinlich) bis 6 (sehr wahrscheinlich).

1 - Nicht beunruhigt | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 - Sehr beunruhigt

Wie angespannt oder beunruhigt wären Sie in dieser Situation, in der Sie die Reaktion der anderen Person(en) auf Ihre Bitte erwarten?

Sie fragen jemand, den Sie nicht gut kennen, ob er/sie mit Ihnen ausgehen möchte.

Jede Situation wird zusätzlich danach eingeschätzt, für wie wahrscheinlich Sie eine annehmende Reaktion der anderen Person(en) halten: von 1 (sehr unwahrscheinlich) bis 6 (sehr wahrscheinlich).

1 - Nicht beunruhigt | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 - Sehr beunruhigt

Wie angespannt oder beunruhigt wären Sie in dieser Situation, in der Sie die Reaktion der anderen Person(en) auf Ihre Bitte erwarten?

Ihr Partner/Ihre Partnerin plant heute Abend mit Freunden/innen auszugehen. Sie möchten aber gerne, dass er/sie den Abend mit Ihnen verbringt, und sagen ihm/ihr dies.

Jede Situation wird zusätzlich danach eingeschätzt, für wie wahrscheinlich Sie eine annehmende Reaktion der anderen Person(en) halten: von 1 (sehr unwahrscheinlich) bis 6 (sehr wahrscheinlich).

1 - Nicht beunruhigt | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 - Sehr beunruhigt

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

Bewerten Sie für jede Situation zwei Antworten auf Skalen von 1 bis 6:

(a) das Ausmaß der Besorgnis bzw. Angst hinsichtlich des Ausgangs und (b) die Wahrscheinlichkeit einer akzeptierenden Reaktion.

Polen Sie den Akzeptanzwert um, um die Erwartung von Zurückweisung zu erhalten (Formel: 7 - Akzeptanzwert), und multiplizieren Sie dieses Ergebnis für jede Situation mit dem Wert für Besorgnis bzw. Angst.

Berechnen Sie anschließend den Mittelwert der 18 Situationswerte.

Der Gesamtwert reicht theoretisch von 1 bis 36; je höher er ist, desto stärker die Zurückweisungsempfindlichkeit. Die Interpretation erfolgt dimensional unter Berücksichtigung des klinischen Kontexts.

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)