

Fragebogen zu Sorgen und Angst (WAQ)

Dieser Selbstbeurteilungsfragebogen dient der Erkennung von Symptomen einer generalisierten Angststörung. Er deckt zentrale Dimensionen der GAS ab, etwa übermäßige Sorgen, ihre Häufigkeit, die Schwierigkeit, sie zu kontrollieren, und somatische Manifestationen. Der kurze Fragebogen ermöglicht ein zuverlässiges Screening ängstlicher Tendenzen und bietet der behandelnden Fachkraft eine Grundlage für eine weiterführende Diagnostik oder die Ausrichtung der Behandlung.

Anzahl der Fragen	11 Fragen
Geschätzte Dauer	2 Minuten
Sprache	Deutsch
Originalname	Worry and Anxiety Questionnaire
Zielgruppe	Erwachsene
Autor:innen	Dugas, M.J., Francis, K (2000)
Kategorie	Angst

Vorschau der 11 Fragen

Worüber machen Sie sich am häufigsten Sorgen?

Erscheinen Ihnen Ihre Sorgen übertrieben oder überzogen?

Bewerten Sie Ihre Antwort auf einer Skala von 0 bis 8.

0 - Überhaupt nicht übertrieben | 1 | 2 | 3 | 4 - Mäßig übertrieben | 5 | 6 | 7 | 8 - Völlig übertrieben

An wie vielen Tagen haben Sie in den letzten 6 Monaten unter übermäßigen Sorgen gelitten?

Bewerten Sie Ihre Antwort auf einer Skala von 0 bis 8.

0 - Nie | 1 | 2 | 3 | 4 - Jeden zweiten Tag | 5 | 6 | 7 | 8 - Jeden Tag

Fällt es Ihnen schwer, Ihre Sorgen zu kontrollieren?

Fällt es Ihnen zum Beispiel schwer aufzuhören, wenn Sie einmal angefangen haben, sich über etwas Sorgen zu machen?

0 - Keine Schwierigkeiten | 1 | 2 | 3 | 4 - Mäßige Schwierigkeiten | 5 | 6 | 7 | 8 - Extreme Schwierigkeiten

Wurden Sie in den letzten 6 Monaten, wenn Sie besorgt oder ängstlich waren, oft durch folgendes Empfinden beeinträchtigt:

Sich ruhelos, aufgedreht oder angespannt fühlen

Bewerten Sie Ihre Antwort auf einer Skala von 0 bis 8.

0 - Überhaupt nicht	1	2	3	4 - Mäßig	5	6	7	8 - Sehr stark

Auswertung und Interpretation

Zur Berechnung des WAQ-Gesamtwerts werden die Antworten auf alle Items mit Ausnahme von Item 1 addiert, das nicht in die Berechnung eingeht. Dieser Wert gibt eine globale Einschätzung der Intensität von Sorgen und Angstsymptomen.

Um festzustellen, ob die Person laut WAQ die Kriterien einer GAS erfüllt, müssen zwei Bedingungen erfüllt sein. Erstens muss sie mindestens ein Sorgenthema angeben und bei den Items 2, 3, 4 und 11 jeweils einen Wert von 4 oder mehr erreichen. Zweitens muss sie außerdem bei mindestens drei der sechs somatischen Symptome, die in den Items 5 bis 10 erfasst werden, einen Wert von 4 oder mehr erreichen.

Sind diese Kriterien nicht vollständig erfüllt, lassen sich drei weitere Kategorien unterscheiden. Das kognitive Kriterium ist erfüllt, wenn die Person bei den Items 2, 3 und 4 einen Wert von 4 oder mehr erreicht. Das somatische Kriterium ist erfüllt, wenn die Person bei mindestens drei somatischen Symptomen (Items 5 bis 10) einen Wert von 4 oder mehr erreicht, ohne die vollständigen kognitiven Kriterien zu erfüllen. Ist keine dieser Bedingungen erfüllt, ist schließlich kein Kriterium erfüllt.