

Yale-Brown-Zwangsskala (Y-BOCS)

Dieses Instrument erfasst den Schweregrad von Zwangsgedanken und Zwangshandlungen bei Patient:innen mit Zwangsstörung. Die an der Yale University entwickelte Skala gilt als reliabel und valide für die Diagnostik der Zwangsstörung und die Verlaufskontrolle.

Anzahl der Fragen	10 Fragen
Geschätzte Dauer	2 Minuten
Sprache	Deutsch
Originalname	Yale-Brown Obsessive Compulsive Scale
Zielgruppe	Erwachsene mit Zwangsstörung
Autor:innen	Wayne K. Goodman, Lawrence H. Price, Steven A. Rasmussen, Cheryl E. Mazure (1989)
Kategorie	Zwangsstörung

Vorschau der 10 Fragen

Zeitaufwand durch Zwangsgedanken

Wie viel Ihrer Zeit nehmen Ihre Zwangsgedanken in Anspruch?

Keine | Weniger als 1 Stunde pro Tag (gelegentlich) | 1 bis 3 Stunden pro Tag (häufig) | 3 bis 8 Stunden pro Tag (sehr häufig) | Mehr als 8 Stunden pro Tag (fast ständig)

Beeinträchtigung durch Zwangsgedanken

Wie stark beeinträchtigen Ihre Zwangsgedanken Ihre Arbeit, Ihre Ausbildung oder andere wichtige Aktivitäten in Ihrem Leben? Gibt es Dinge, die Sie wegen Ihrer Zwangsgedanken nicht tun?

Keine Beeinträchtigung

Sie beeinträchtigen meine sozialen oder sonstigen Aktivitäten ein wenig, hindern mich aber nicht daran, normal zu funktionieren

Sie beeinträchtigen meine sozialen oder beruflichen Aktivitäten deutlich, aber ich komme noch zurecht

Sie beeinträchtigen mein soziales Leben oder meine Arbeit erheblich | Sie hindern mich daran, zu funktionieren

Belastung durch Zwangsgedanken

Belasten Ihre Zwangsgedanken Sie?

- Überhaupt nicht
- Ein wenig
- In erträglichem Maß
- Sehr stark
- Ich befinde mich fast ständig in einem lähmenden Zustand der Belastung

Widerstand gegen Zwangsgedanken

Wie sehr bemühen Sie sich, Ihren Zwangsgedanken zu widerstehen? Versuchen Sie, sie zu ignorieren oder aus Ihrem Kopf zu verdrängen?

- Ich versuche immer, ihnen zu widerstehen
- Ich versuche meistens, ihnen zu widerstehen
- Ich bemühe mich etwas, ihnen zu widerstehen
- Ich gebe allen meinen Zwangsgedanken nach, ohne zu versuchen, sie zu beherrschen, aber mit einem gewissen Widerwillen
- Ich gebe allen meinen Zwangsgedanken vollständig und bereitwillig nach

Kontrolle über Zwangsgedanken

Wie viel Macht haben Sie über Ihre Zwangsgedanken? Wie gut gelingt es Ihnen, sie zu bremsen oder Ihre Aufmerksamkeit von ihnen abzulenken? Können Sie sie aus Ihrem Kopf verdrängen?

- Ich habe sie vollständig unter Kontrolle
- Ich kann sie meist mit Anstrengung und Konzentration bremsen oder mich ablenken
- Ich kann sie manchmal bremsen oder mich ablenken
- Ich kann sie selten und nur mit Mühe bremsen oder aus meinem Kopf verdrängen
- Ich habe keine Macht über meine Zwangsgedanken; ich kann meine Aufmerksamkeit selten, nicht einmal kurz, von ihnen abwenden

Auswertung und Interpretation

Jede Frage wird mit 0 bis 4 Punkten bewertet, entsprechend einem zunehmenden Schweregrad der Symptome; der Gesamtwert liegt zwischen 0 und 40. Die Werte für Zwangsgedanken und Zwangshandlungen werden getrennt berechnet, mit einem Maximum von jeweils 20.

Nutzung

Dieses Testverfahren ist auf Mentaal nicht verfügbar. Um diesen Fragebogen in Ihrer Praxis zu verwenden, benötigen Sie eine gültige Nutzungslizenz. Wir empfehlen Ihnen, ihn direkt über die Website des Verlags zu versenden.