

**Fragebogen**

1. Zur Not könnte ich mit meinen Problemen alleine fertig werden.

- 1 stimmt überhaupt nicht
- 2 stimmt eher nicht
- 3 stimmt zur Hälfte
- 4 stimmt weitgehend
- 5 stimmt vollkommen

2. Ich glaube, daß meine Probleme nicht normal sind.

- 1 stimmt überhaupt nicht
- 2 stimmt eher nicht
- 3 stimmt zur Hälfte
- 4 stimmt weitgehend
- 5 stimmt vollkommen

3. Solange ich meine Probleme habe, kann ich mir nichts mehr richtig vornehmen.

- 1 stimmt überhaupt nicht
- 2 stimmt eher nicht
- 3 stimmt zur Hälfte
- 4 stimmt weitgehend
- 5 stimmt vollkommen

4. Ich fühle mich meinen Problemen gegenüber völlig hilflos.

- 1 stimmt überhaupt nicht
- 2 stimmt eher nicht
- 3 stimmt zur Hälfte
- 4 stimmt weitgehend
- 5 stimmt vollkommen

5. Manchmal glaube ich, ich bin nicht ganz normal.

- 1 stimmt überhaupt nicht
- 2 stimmt eher nicht
- 3 stimmt zur Hälfte
- 4 stimmt weitgehend
- 5 stimmt vollkommen

6. Meine Situation ist völlig verfahren.

- 1 stimmt überhaupt nicht
- 2 stimmt eher nicht
- 3 stimmt zur Hälfte
- 4 stimmt weitgehend
- 5 stimmt vollkommen

7. Im Moment ist es nicht unbedingt notwendig, daß ich sofort fachliche Hilfe bekomme.

- 1 stimmt überhaupt nicht
- 2 stimmt eher nicht
- 3 stimmt zur Hälfte
- 4 stimmt weitgehend
- 5 stimmt vollkommen

8. Im Vergleich zu anderen fühle ich mich wegen meiner Probleme oft minderwertig.

- 1 stimmt überhaupt nicht
- 2 stimmt eher nicht
- 3 stimmt zur Hälfte
- 4 stimmt weitgehend
- 5 stimmt vollkommen

9. Ich kann mir selber nicht helfen.

- 1 stimmt überhaupt nicht
- 2 stimmt eher nicht
- 3 stimmt zur Hälfte
- 4 stimmt weitgehend
- 5 stimmt vollkommen

10. Ich habe den Eindruck, daß ich wegen meiner Probleme nie so richtig zu den anderen dazugehöre.

- 1 stimmt überhaupt nicht
- 2 stimmt eher nicht
- 3 stimmt zur Hälfte
- 4 stimmt weitgehend
- 5 stimmt vollkommen

11. Ich habe das Gefühl, daß ich meinen Problemen völlig ausgeliefert bin.

- 1 stimmt überhaupt nicht
- 2 stimmt eher nicht
- 3 stimmt zur Hälfte
- 4 stimmt weitgehend
- 5 stimmt vollkommen

12. Bei fast allem was ich tue, werde ich durch meine Probleme beeinträchtigt.

- 1 stimmt überhaupt nicht
- 2 stimmt eher nicht
- 3 stimmt zur Hälfte
- 4 stimmt weitgehend
- 5 stimmt vollkommen

13. Im Vergleich zu anderen Schwierigkeiten und Problemen sind meine derzeitigen Probleme nicht zu groß.

- 1 stimmt überhaupt nicht
- 2 stimmt eher nicht
- 3 stimmt zur Hälfte
- 4 stimmt weitgehend
- 5 stimmt vollkommen

14. Meine Hilflosigkeit ist unerträglich.

- 1 stimmt überhaupt nicht
- 2 stimmt eher nicht
- 3 stimmt zur Hälfte
- 4 stimmt weitgehend
- 5 stimmt vollkommen

15. Irgendwie bin ich mit meinen Problemen anders als andere.

- 1 stimmt überhaupt nicht
- 2 stimmt eher nicht
- 3 stimmt zur Hälfte
- 4 stimmt weitgehend
- 5 stimmt vollkommen

16. Trotz meiner Probleme kann ich mit meinen alltäglichen Aufgaben fertig werden.

- 1 stimmt überhaupt nicht
- 2 stimmt eher nicht
- 3 stimmt zur Hälfte
- 4 stimmt weitgehend
- 5 stimmt vollkommen

17. Viele Menschen haben die gleichen Probleme wie ich.

- 1 stimmt überhaupt nicht
- 2 stimmt eher nicht
- 3 stimmt zur Hälfte
- 4 stimmt weitgehend
- 5 stimmt vollkommen

18. Ich weiß nicht, was ich selber noch tun kann.

- 1 stimmt überhaupt nicht
- 2 stimmt eher nicht
- 3 stimmt zur Hälfte
- 4 stimmt weitgehend
- 5 stimmt vollkommen