

Auswertung

Obsessive-Beliefs Questionnaire (OBQ-D)

Skala	Mittelwerte		Score
	nicht klinisch	mit Zwangsstörung	
Bedeutsamkeit von Gedanken:	1,8	3,2	3
Perfektionismus:	3,3	4,6	3,6
Gefahrenüberschätzung:	3,8	4,7	3,6
Gesamtwert:			3,4

1 = sehr starke Ablehnung; 7 = sehr starke Zustimmung

Hohe Werte werden als starke Ausprägung zwangsrelevanter dysfunktionaler Einstellungen und damit als Vulnerabilität für die Entwicklung einer Zwangsstörung interpretiert.

Dieser Fragebogen enthält verschiedene Meinungen oder Überzeugungen, die man haben kann. Lesen Sie jede Aussage sorgfältig durch, und entscheiden Sie, wie sehr Sie damit übereinstimmen. Wählen Sie für jede Aussage die Ziffer, die am besten beschreibt, wie sehr Sie dieser Aussage zustimmen. Da Menschen verschieden sind, gibt es keine richtigen oder falschen Antworten. Um zu entscheiden, ob eine vorgegebene Meinung für Sie typisch ist, denken Sie einfach daran, wie Sie meistens sind. Versuchen Sie, beim Ankreuzen die Mitte der Skala (weder Zustimmung noch Ablehnung) zu vermeiden. Geben Sie vielmehr an, ob Sie normalerweise den Aussagen eher zustimmen oder nicht.

Die Dinge sollten, meinen eigenen Standards entsprechend, perfekt sein.	sehr starke Ablehnung
Um ein wertvoller Mensch zu sein, muss ich bei allem, was ich tue, perfekt sein.	mäßige Ablehnung
Wenn ich irgendeine Möglichkeit dazu sehe, muss ich eingreifen, um etwas Schlimmes zu verhindern.	leichte Ablehnung
Auch wenn Schaden sehr unwahrscheinlich ist, sollte ich unter allen Umständen versuchen, ihn zu verhindern.	leichte Ablehnung
Handle ich nicht, wenn ich eine Gefahr vorhersehe, dann bin ich für die Folgen verantwortlich.	weder Zustimmung noch Ablehnung
Wenn ich etwas nicht perfekt machen kann, dann sollte ich es gar nicht erst anfangen.	leichte Ablehnung
Ich muss mich jederzeit so sehr wie möglich anstrengen.	leichte Zustimmung
Es ist unerlässlich für mich, alle möglichen Folgen einer Situation zu bedenken.	mäßige Zustimmung

Auch kleinste Fehler bedeuten, dass eine Arbeit nicht vollständig ist.	leichte Zustimmung
In allen möglichen täglichen Situationen ist es genauso schlimm, Schaden nicht zu verhindern, wie Schaden absichtlich herbeizuführen.	mäßige Zustimmung
Ein Unglück nicht zu verhindern, ist für mich genauso schlimm wie es herbeizuführen.	sehr starke Ablehnung
Ich sollte sicherstellen, dass andere vor jeglichen negativen Konsequenzen meiner Entscheidungen oder Handlungen geschützt werden.	sehr starke Ablehnung
Für mich sind die Dinge nicht richtig, wenn sie nicht perfekt sind.	mäßige Ablehnung
Gemeine Gedanken zu haben heißt, ich bin eine schreckliche Person.	sehr starke Ablehnung
Ich sollte keine sonderbaren oder ekelhaften Gedanken haben.	leichte Ablehnung
Schlimme Gedanken zu haben heißt, dass ich seltsam oder unnormal bin.	mäßige Ablehnung
Ich muss bei Dingen, die mir wichtig sind, die/der Beste sein.	leichte Ablehnung
Aufdringliche Gedanken zu haben bedeutet, ich habe mich nicht mehr unter Kontrolle.	weder Zustimmung noch Ablehnung
Ich muss an etwas dranbleiben, bis es genau richtig ist.	leichte Ablehnung
Gewaltsame Gedanken zu haben heißt, ich werde die Kontrolle verlieren und gewalttätig werden.	weder Zustimmung noch Ablehnung
Eine Katastrophe nicht zu verhindern ist für mich genauso schlimm, wie sie zu verursachen.	sehr starke Zustimmung
Wenn ich eine Aufgabe nicht perfekt erledige, werden mich die Leute nicht respektieren.	mäßige Zustimmung
Einen schlimmen Gedanken zu haben ist moralisch nicht anders, als eine schlimme Tat zu begehen.	leichte Ablehnung
Wenn ich meine Gedanken nicht kontrolliere, werde ich bestraft werden.	weder Zustimmung noch Ablehnung