

|  |  |
| --- | --- |
| **Leibniz-Zentrum für Psychologische Information und Dokumentation (ZPID)** | Elektronisches Testarchiv |

**Testverfahren aus dem Elektronischen Testarchiv**

**Liebe Nutzerinnen und liebe Nutzer,**

**wir freuen uns, dass Sie unsere Dienste in Anspruch nehmen!**

**Das Elektronische Testarchiv des ZPID stellt Ihnen eine kostenfreie Sammlung von psychologischen Testverfahren aus dem deutschen Sprachraum bereit, die urheberrechtlich geschützt sind und unter der Creative Commons Lizenz CC BY-NC-ND 3.0 verwendet werden können. Sie sollen ausschließlich der Forschung und Lehre vorbehalten sein. Mit der Nutzung des Testarchivs stimmen Sie der Lizenzverpflichtung zu.**

**Wir möchten Sie als Nutzer eines hier heruntergeladenen Verfahrens bitten, dem Testautor/den Testautoren Rückmeldungen (siehe letzte Seite: Rückmeldeformular) zum Einsatz des Verfahrens und zu den damit erzielten Ergebnissen zu liefern. Die Anschriften finden Sie in der jeweiligen Testbeschreibung, die mit einer PSYNDEX-Tests Dokumentennummer versehen ist. Die Testbeschreibung können Sie auf unserer Seite** [**http://www.zpid.de/Testarchiv**](http://www.zpid.de/Testarchiv) **herunterladen.**

**Falls nur Teile eines Instruments verwendet werden, sind die entsprechenden Einschränkungen hinsichtlich der Gütekriterien im Vergleich zum Einsatz des vollständigen Verfahrens zu beachten.**

**Viel Erfolg!**

**Ihr ZPID-Team**

**CUESTIONARIO DE ESTRÉS PERCIBIDO**

*Instrucciones para la forma general*

En cada pregunta marque un círculo en el número que mejor describa con qué frecuencia se aplica esta cuestión a su vida en general *durante los últimos uno o dos años*. Responda rápidamente, sin intentar comprobar las respuestas y teniendo cuidado en describir lo ocurrido *en un período largo de tiempo*.

 Casi A A Casi

 nunca veces menudo siempre

1.- Se siente descansado 1 2 3 4

2.- Siente que se le hacen demasiadas peticiones 1 2 3 4

3.- Está irritable o malhumorado 1 2 3 4

4.- Tiene demasiadas cosas que hacer 1 2 3 4

5.- Se siente solo o aislado 1 2 3 4

6.- Se encuentra sometido a situaciones conflictivas 1 2 3 4

7.- Siente que está haciendo cosas que realmente le gustan 1 2 3 4

8.- Se siente cansado 1 2 3 4

9.- Teme que no pueda alcanzar todas sus metas 1 2 3 4

10.- Se siente tranquilo 1 2 3 4

11.- Tiene que tomar demasiadas decisiones 1 2 3 4

12.- Se siente frustrado 1 2 3 4

13.- Se siente lleno de energía 1 2 3 4

14.- Se siente tenso 1 2 3 4

15.- Sus problemas parecen multiplicarse 1 2 3 4

16.- Siente que tiene prisa 1 2 3 4

17.- Se siente seguro y protegido 1 2 3 4

18.- Tiene muchas preocupaciones 1 2 3 4

19.- Esta bajo la presión de otras personas 1 2 3 4

20.- Se siente desanimado 1 2 3 4

21.- Se divierte 1 2 3 4

22.- Tiene miedo del futuro 1 2 3 4

23.- Siente que hace cosas por obligación,

 no porque quiera hacerlas 1 2 3 4

24.- Se siente criticado o juzgado 1 2 3 4

25.- Se siente alegre 1 2 3 4

26.- Se siente agotado mentalmente 1 2 3 4

27.- Tiene problemas para relajarse 1 2 3 4

28.- Se siente agobiado por la responsabilidad 1 2 3 4

29.- Tiene tiempo suficiente para usted 1 2 3 4

30.- Se siente presionado por los plazos de tiempo 1 2 3 4

*Instrucciones para la forma reciente*

En cada pregunta marque un círculo en el número que mejor describa con qué frecuencia se aplica esta cuestión a su vida en general durante *el último mes*. Responda rápidamente, sin intentar comprobar las respuestas y teniendo cuidado en describir lo ocurrido *exclusivamente en el último mes*.

**Rückmeldung über die Anwendung eines Verfahrens aus dem Elektronischen Testarchiv des Leibniz-Zentrums für Psychologische Information und Dokumentation (ZPID)**

Absender:

Sehr geehrte/r Herr/Frau

ich möchte Ihnen hiermit mitteilen, dass ich das unten näher bezeichnete Verfahren aus dem Elektronischen Testarchiv des ZPID in einer Forschungsarbeit eingesetzt habe. Im Folgenden finden Sie dazu nähere Erläuterungen.

 Thema der Arbeit: ..............................................................................

.........................................................................................................

eingesetztes Testverfahren:..................................................................

.........................................................................................................

Publikation geplant in: .........................................................................

..........................................................................................................

..........................................................................................................

..........................................................................................................

Datum Unterschrift