

## 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 PSYINDEX-Tests Dokumentennummer versehen ist. Die Testbeschreibung können Sie auf unserer Seite <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

**Cambridge Depersonalisation Scale** (Sierra & Berrios, 1996; deutsche Version Michal, 2002)

Name: \_\_\_\_\_ Code: \_\_\_\_\_

Alter: \_\_\_\_\_ Datum: \_\_\_\_\_

**Umkreisen Sie nachfolgend die zutreffenden Antworten.**

Geschlecht: Mann      Frau

Schulabschluss: Hauptschule    Realschule    Abitur    Hochschule

**Bitte lesen Sie aufmerksam die nachfolgende Testanleitung:**

Dieser Fragebogen beschreibt „komische“ und befremdliche Erfahrungen, die Menschen in ihrem Alltag erleben. Bitte geben Sie an (a) die **Häufigkeit**, also wie oft Sie solche Erfahrungen IN DEN LETZTEN SECHS MONATEN gemacht haben und (b) die ungefähre **Dauer** dieser Erlebnisse. Zu jeder Frage umkreisen Sie bitte die Antwort, die am besten auf Sie zutrifft. Wenn Sie sich nicht sicher sind, schätzen Sie die Antwort ein.

**1. Aus heiterem Himmel fühle ich mich fremd, als ob ich nicht wirklich wäre oder als ob ich von der Welt abgeschnitten wäre.**

| Häufigkeit  | Dauer im allgemeinen  |
|-------------|-----------------------|
| 0=nie       | 1=ein paar Sekunden   |
| 1=selten    | 2=ein paar Minuten    |
| 2=oft       | 3=ein paar Stunden    |
| 3=sehr oft  | 4=etwa einen Tag      |
| 4=andauernd | 5=mehr als einen Tag  |
|             | 6=mehr als eine Woche |

**2. Was ich sehe, sieht „flach“ oder „leiblos“ aus, so als ob ich ein Bild anschau.**

| Häufigkeit  | Dauer im allgemeinen  |
|-------------|-----------------------|
| 0=nie       | 1=ein paar Sekunden   |
| 1=selten    | 2=ein paar Minuten    |
| 2=oft       | 3=ein paar Stunden    |
| 3=sehr oft  | 4=etwa einen Tag      |
| 4=andauernd | 5=mehr als einen Tag  |
|             | 6=mehr als eine Woche |

**3. Teile meines Körpers kommen mir vor, als ob sie nicht zu mir gehören würden.**

| Häufigkeit  | Dauer im allgemeinen  |
|-------------|-----------------------|
| 0=nie       | 1=ein paar Sekunden   |
| 1=selten    | 2=ein paar Minuten    |
| 2=oft       | 3=ein paar Stunden    |
| 3=sehr oft  | 4=etwa einen Tag      |
| 4=andauernd | 5=mehr als einen Tag  |
|             | 6=mehr als eine Woche |

**4. Ich verspürte keine Furcht in Situationen, die man normalerweise als beängstigend oder belastend erlebt.**

| Häufigkeit  | Dauer im allgemeinen  |
|-------------|-----------------------|
| 0=nie       | 1=ein paar Sekunden   |
| 1=selten    | 2=ein paar Minuten    |
| 2=oft       | 3=ein paar Stunden    |
| 3=sehr oft  | 4=etwa einen Tag      |
| 4=andauernd | 5=mehr als einen Tag  |
|             | 6=mehr als eine Woche |

**5. Meine Lieblingsaktivitäten kann ich nicht mehr genießen.**

| Häufigkeit  | Dauer im allgemeinen  |
|-------------|-----------------------|
| 0=nie       | 1=ein paar Sekunden   |
| 1=selten    | 2=ein paar Minuten    |
| 2=oft       | 3=ein paar Stunden    |
| 3=sehr oft  | 4=etwa einen Tag      |
| 4=andauernd | 5=mehr als einen Tag  |
|             | 6=mehr als eine Woche |

**6. Während ich etwas tue, habe ich das Gefühl, als ob ich ein von mir „abgetrennter Beobachter“ meiner selbst wäre.**

| Häufigkeit  | Dauer im allgemeinen  |
|-------------|-----------------------|
| 0=nie       | 1=ein paar Sekunden   |
| 1=selten    | 2=ein paar Minuten    |
| 2=oft       | 3=ein paar Stunden    |
| 3=sehr oft  | 4=etwa einen Tag      |
| 4=andauernd | 5=mehr als einen Tag  |
|             | 6=mehr als eine Woche |

**7. Der Geschmack von Speisen ruft bei mir weder Genuss noch Ekel hervor.**

| Häufigkeit  | Dauer im allgemeinen  |
|-------------|-----------------------|
| 0=nie       | 1=ein paar Sekunden   |
| 1=selten    | 2=ein paar Minuten    |
| 2=oft       | 3=ein paar Stunden    |
| 3=sehr oft  | 4=etwa einen Tag      |
| 4=andauernd | 5=mehr als einen Tag  |
|             | 6=mehr als eine Woche |

**8. Mein Körper scheint sehr leicht zu sein, so als ob er in der Luft schwebt.**

| Häufigkeit  | Dauer im allgemeinen  |
|-------------|-----------------------|
| 0=nie       | 1=ein paar Sekunden   |
| 1=selten    | 2=ein paar Minuten    |
| 2=oft       | 3=ein paar Stunden    |
| 3=sehr oft  | 4=etwa einen Tag      |
| 4=andauernd | 5=mehr als einen Tag  |
|             | 6=mehr als eine Woche |

**9. Wenn ich weine oder lache, kommt es mir vor, als ob ich dabei keine Gefühle empfinde.**

| Häufigkeit  | Dauer im allgemeinen  |
|-------------|-----------------------|
| 0=nie       | 1=ein paar Sekunden   |
| 1=selten    | 2=ein paar Minuten    |
| 2=oft       | 3=ein paar Stunden    |
| 3=sehr oft  | 4=etwa einen Tag      |
| 4=andauernd | 5=mehr als einen Tag  |
|             | 6=mehr als eine Woche |

**10. Ich habe die Empfindung, als ob ich überhaupt keine Gedanken mehr hätte. Wenn ich spreche, kommt es mir vor, als ob ein „Roboter“ die Worte äussert.**

| Häufigkeit  | Dauer im allgemeinen  |
|-------------|-----------------------|
| 0=nie       | 1=ein paar Sekunden   |
| 1=selten    | 2=ein paar Minuten    |
| 2=oft       | 3=ein paar Stunden    |
| 3=sehr oft  | 4=etwa einen Tag      |
| 4=andauernd | 5=mehr als einen Tag  |
|             | 6=mehr als eine Woche |

**11. Vertraute Stimmen (einschließlich meiner eigenen) klingen entfernt oder unwirklich.**

| Häufigkeit  | Dauer im allgemeinen  |
|-------------|-----------------------|
| 0=nie       | 1=ein paar Sekunden   |
| 1=selten    | 2=ein paar Minuten    |
| 2=oft       | 3=ein paar Stunden    |
| 3=sehr oft  | 4=etwa einen Tag      |
| 4=andauernd | 5=mehr als einen Tag  |
|             | 6=mehr als eine Woche |

**12. Ich habe das Gefühl, als ob meine Hände oder Füße kleiner oder größer geworden wären.**

| Häufigkeit  | Dauer im allgemeinen  |
|-------------|-----------------------|
| 0=nie       | 1=ein paar Sekunden   |
| 1=selten    | 2=ein paar Minuten    |
| 2=oft       | 3=ein paar Stunden    |
| 3=sehr oft  | 4=etwa einen Tag      |
| 4=andauernd | 5=mehr als einen Tag  |
|             | 6=mehr als eine Woche |

**13. Ich erlebe mich wie abgetrennt von meiner Umgebung oder diese erscheint mir unwirklich, so als ob ein Schleier zwischen mir und der äußeren Welt wäre.**

| Häufigkeit  | Dauer im allgemeinen  |
|-------------|-----------------------|
| 0=nie       | 1=ein paar Sekunden   |
| 1=selten    | 2=ein paar Minuten    |
| 2=oft       | 3=ein paar Stunden    |
| 3=sehr oft  | 4=etwa einen Tag      |
| 4=andauernd | 5=mehr als einen Tag  |
|             | 6=mehr als eine Woche |

**14. Es kommt mir vor, als ob Dinge, die ich kürzlich getan habe, bereits lange Zeit zurückliegen. Zum Beispiel etwas, was ich heute morgen getan habe, kommt mir vor, als ob ich es bereits vor Wochen gemacht hätte.**

| Häufigkeit  | Dauer im allgemeinen  |
|-------------|-----------------------|
| 0=nie       | 1=ein paar Sekunden   |
| 1=selten    | 2=ein paar Minuten    |
| 2=oft       | 3=ein paar Stunden    |
| 3=sehr oft  | 4=etwa einen Tag      |
| 4=andauernd | 5=mehr als einen Tag  |
|             | 6=mehr als eine Woche |

**15. Während ich ganz wach bin, habe ich „Traumbilder“ in denen ich mich wie von außerhalb sehe, so als ob ich mein Bild in einem Spiegel betrachte.**

| Häufigkeit  | Dauer im allgemeinen  |
|-------------|-----------------------|
| 0=nie       | 1=ein paar Sekunden   |
| 1=selten    | 2=ein paar Minuten    |
| 2=oft       | 3=ein paar Stunden    |
| 3=sehr oft  | 4=etwa einen Tag      |
| 4=andauernd | 5=mehr als einen Tag  |
|             | 6=mehr als eine Woche |

**16. Ich komme mir wie abgetrennt von Erinnerungen an Ereignisse meines Lebens vor, so als ob ich nicht daran beteiligt gewesen wäre.**

| Häufigkeit  | Dauer im allgemeinen  |
|-------------|-----------------------|
| 0=nie       | 1=ein paar Sekunden   |
| 1=selten    | 2=ein paar Minuten    |
| 2=oft       | 3=ein paar Stunden    |
| 3=sehr oft  | 4=etwa einen Tag      |
| 4=andauernd | 5=mehr als einen Tag  |
|             | 6=mehr als eine Woche |

**17. Eine neue Situation kommt mir so vor, als ob ich sie bereits schon einmal erlebt hätte.**

| Häufigkeit  | Dauer im allgemeinen  |
|-------------|-----------------------|
| 0=nie       | 1=ein paar Sekunden   |
| 1=selten    | 2=ein paar Minuten    |
| 2=oft       | 3=ein paar Stunden    |
| 3=sehr oft  | 4=etwa einen Tag      |
| 4=andauernd | 5=mehr als einen Tag  |
|             | 6=mehr als eine Woche |

**18. Aus heiterem Himmel bemerke ich, dass ich jede emotionale Verbundenheit mit Familienmitgliedern und engen Freunden verliere.**

| Häufigkeit  | Dauer im allgemeinen  |
|-------------|-----------------------|
| 0=nie       | 1=ein paar Sekunden   |
| 1=selten    | 2=ein paar Minuten    |
| 2=oft       | 3=ein paar Stunden    |
| 3=sehr oft  | 4=etwa einen Tag      |
| 4=andauernd | 5=mehr als einen Tag  |
|             | 6=mehr als eine Woche |

**19. Gegenstände in meiner Umgebung kommen mir kleiner oder weiter entfernt liegend vor.**

| Häufigkeit  | Dauer im allgemeinen  |
|-------------|-----------------------|
| 0=nie       | 1=ein paar Sekunden   |
| 1=selten    | 2=ein paar Minuten    |
| 2=oft       | 3=ein paar Stunden    |
| 3=sehr oft  | 4=etwa einen Tag      |
| 4=andauernd | 5=mehr als einen Tag  |
|             | 6=mehr als eine Woche |

**20. Es kommt mir so vor, als ob ich Gegenstände, die ich berühre nicht richtig spüre, so als ob ich nicht derjenige wäre, der sie berührt.**

| Häufigkeit  | Dauer im allgemeinen  |
|-------------|-----------------------|
| 0=nie       | 1=ein paar Sekunden   |
| 1=selten    | 2=ein paar Minuten    |
| 2=oft       | 3=ein paar Stunden    |
| 3=sehr oft  | 4=etwa einen Tag      |
| 4=andauernd | 5=mehr als einen Tag  |
|             | 6=mehr als eine Woche |

**21. Ich scheine nicht fähig zu sein, mir Dinge bildlich vorzustellen, zum Beispiel das Gesicht eines vertrauten Freundes oder einen vertrauten Ort.**

| Häufigkeit  | Dauer im allgemeinen  |
|-------------|-----------------------|
| 0=nie       | 1=ein paar Sekunden   |
| 1=selten    | 2=ein paar Minuten    |
| 2=oft       | 3=ein paar Stunden    |
| 3=sehr oft  | 4=etwa einen Tag      |
| 4=andauernd | 5=mehr als einen Tag  |
|             | 6=mehr als eine Woche |

**22. Wenn ein Teil meines Körpers schmerzt, komme ich mir so abgelöst von dem Schmerz vor, „als ob es der Schmerz eines anderen wäre“.**

| Häufigkeit  | Dauer im allgemeinen  |
|-------------|-----------------------|
| 0=nie       | 1=ein paar Sekunden   |
| 1=selten    | 2=ein paar Minuten    |
| 2=oft       | 3=ein paar Stunden    |
| 3=sehr oft  | 4=etwa einen Tag      |
| 4=andauernd | 5=mehr als einen Tag  |
|             | 6=mehr als eine Woche |

**23. Es kommt mir vor, als ob ich mich außerhalb meines Körpers befinde.**

| Häufigkeit  | Dauer im allgemeinen  |
|-------------|-----------------------|
| 0=nie       | 1=ein paar Sekunden   |
| 1=selten    | 2=ein paar Minuten    |
| 2=oft       | 3=ein paar Stunden    |
| 3=sehr oft  | 4=etwa einen Tag      |
| 4=andauernd | 5=mehr als einen Tag  |
|             | 6=mehr als eine Woche |

**24. Wenn ich mich bewege, habe ich nicht den Eindruck, daß ich meine Bewegungen steuere, so dass ich mir „automatenhaft“ und mechanisch vorkomme, als ob ich ein „Roboter“ wäre.**

| Häufigkeit  | Dauer im allgemeinen  |
|-------------|-----------------------|
| 0=nie       | 1=ein paar Sekunden   |
| 1=selten    | 2=ein paar Minuten    |
| 2=oft       | 3=ein paar Stunden    |
| 3=sehr oft  | 4=etwa einen Tag      |
| 4=andauernd | 5=mehr als einen Tag  |
|             | 6=mehr als eine Woche |

**25. Gerüche rufen bei mir weder angenehme Empfindungen noch Ekel hervor.**

| Häufigkeit  | Dauer im allgemeinen  |
|-------------|-----------------------|
| 0=nie       | 1=ein paar Sekunden   |
| 1=selten    | 2=ein paar Minuten    |
| 2=oft       | 3=ein paar Stunden    |
| 3=sehr oft  | 4=etwa einen Tag      |
| 4=andauernd | 5=mehr als einen Tag  |
|             | 6=mehr als eine Woche |

**26. Ich komme mir wie abgelöst von meinen Gedanken vor, so als ob diese unabhängig von mir existieren.**

| Häufigkeit  | Dauer im allgemeinen  |
|-------------|-----------------------|
| 0=nie       | 1=ein paar Sekunden   |
| 1=selten    | 2=ein paar Minuten    |
| 2=oft       | 3=ein paar Stunden    |
| 3=sehr oft  | 4=etwa einen Tag      |
| 4=andauernd | 5=mehr als einen Tag  |
|             | 6=mehr als eine Woche |

**27. Ich muss mich selbst anfassen, um mich zu vergewissern, dass ich einen Körper habe und wirklich existiere.**

| Häufigkeit  | Dauer im allgemeinen  |
|-------------|-----------------------|
| 0=nie       | 1=ein paar Sekunden   |
| 1=selten    | 2=ein paar Minuten    |
| 2=oft       | 3=ein paar Stunden    |
| 3=sehr oft  | 4=etwa einen Tag      |
| 4=andauernd | 5=mehr als einen Tag  |
|             | 6=mehr als eine Woche |

**28. Es kommt mir vor, als ob ich körperliche Empfindungen (z. B. Hunger und Durst) verloren habe, so dass Essen oder Trinken mir wie eine automatische Routine erscheint.**

| Häufigkeit  | Dauer im allgemeinen  |
|-------------|-----------------------|
| 0=nie       | 1=ein paar Sekunden   |
| 1=selten    | 2=ein paar Minuten    |
| 2=oft       | 3=ein paar Stunden    |
| 3=sehr oft  | 4=etwa einen Tag      |
| 4=andauernd | 5=mehr als einen Tag  |
|             | 6=mehr als eine Woche |

**29. Früher vertraute Plätze erscheinen mir fremd, so als ob ich sie zuvor nie gesehen hätte.**

| Häufigkeit  | Dauer im allgemeinen  |
|-------------|-----------------------|
| 0=nie       | 1=ein paar Sekunden   |
| 1=selten    | 2=ein paar Minuten    |
| 2=oft       | 3=ein paar Stunden    |
| 3=sehr oft  | 4=etwa einen Tag      |
| 4=andauernd | 5=mehr als einen Tag  |
|             | 6=mehr als eine Woche |

**30. Wenn ich in den Spiegel schaue, kommt es mir vor, als ob ich mich nicht darin erkenne.**

| Häufigkeit  | Dauer im allgemeinen  |
|-------------|-----------------------|
| 0=nie       | 1=ein paar Sekunden   |
| 1=selten    | 2=ein paar Minuten    |
| 2=oft       | 3=ein paar Stunden    |
| 3=sehr oft  | 4=etwa einen Tag      |
| 4=andauernd | 5=mehr als einen Tag  |
|             | 6=mehr als eine Woche |

**Vielen Dank für die Beantwortung aller Fragen**

**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