

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

Bitte beantworte die Fragen zum Thema Schlafen ohne lange nachzudenken.

Bitte kreuze jeweils nur eine Antwort an.

Stell dir vor, die Schule fällt aus. Du darfst aufstehen, wann du möchtest. Wann stehst du morgens auf?

- 5 [] vor 6:30 Uhr
- 4 [] zwischen 6:30 Uhr und 7:45 Uhr
- 3 [] zwischen 7:45 Uhr und 9:45 Uhr
- 2 [] zwischen 9:45 Uhr und 11 Uhr
- 1 [] nach 11 Uhr

Du hast morgen keine Schule und du darfst ins Bett gehen wann du möchtest. Wann gehst du abends ins Bett?

- 5 [] vor 21 Uhr
- 4 [] zwischen 21 Uhr und 22:15 Uhr
- 3 [] zwischen 22:15 Uhr und 0:30 Uhr
- 2 [] zwischen 0:30 Uhr und 1:45 Uhr
- 1 [] nach 1:45 Uhr

Wie leicht fällt es dir morgens aufzustehen?

- 1 [] überhaupt nicht leicht
- 2 [] nicht so leicht
- 3 [] ziemlich leicht
- 4 [] sehr leicht

Wie wach fühlst du dich morgens in der ersten halben Stunde nach dem Aufwachen?

- 1 [] überhaupt nicht wach
- 2 [] etwas wach
- 3 [] ziemlich wach
- 4 [] sehr wach

Wie müde fühlst du dich morgens in der ersten halben Stunde nach dem Aufwachen?

- 1 [] sehr müde
- 2 [] ziemlich müde
- 3 [] ziemlich fit
- 4 [] sehr fit

Der Sportunterricht beginnt um 7 Uhr. Wie wäre das für dich?

- 4 [] Ich wäre gut in Form.
- 3 [] Ich wäre ziemlich in Form.
- 2 [] Es wäre ziemlich schwierig für mich.
- 1 [] Es wäre sehr schwierig für mich.

Wann wirst du abends müde und möchtest deshalb schlafen gehen?

- 5 [] vor 21 Uhr
- 4 [] zwischen 21 Uhr und 22:15 Uhr
- 3 [] zwischen 22:15 Uhr und 0:30 Uhr
- 2 [] zwischen 0:30 Uhr und 1:45 Uhr
- 1 [] nach 1:45 Uhr

Für eine Klassenarbeit, die sehr anstrengend ist, möchtest du in Bestform sein. Du kannst dir deinen Tag völlig frei einteilen. Wann würdest du diese schreiben?

- 4 [] von 8 bis 10 Uhr
- 3 [] von 11 bis 13 Uhr
- 2 [] von 15 bis 17 Uhr
- 1 [] von 19 bis 21 Uhr

Manche Menschen sind Morgentypen, andere dagegen Abendtypen. Zu welchem Typ würdest du dich zählen?

- 4 [] eindeutig „Morgentyp“
- 3 [] eher „Morgentyp“ als „Abendtyp“
- 2 [] eher „Abendtyp“ als „Morgentyp“
- 1 [] eindeutig „Abendtyp“

Wann würdest du am liebsten morgens aufstehen, um zur Schule zu gehen?

- 4 [] vor 6:30 Uhr
- 3 [] zwischen 6:30 Uhr und 7:30 Uhr
- 2 [] zwischen 7:30 Uhr und 8:30 Uhr
- 1 [] nach 8:30 Uhr

Stell dir vor, du müsstest jeden Morgen um 6:00 Uhr aufstehen. Wie wäre das für dich?

- 1 [] sehr schwierig und unangenehm
- 2 [] ziemlich schwierig und unangenehm
- 3 [] etwas unangenehm, aber kein größeres Problem
- 4 [] einfach und nicht unangenehm

Wie lange dauert es bei dir morgens nach dem Aufstehen, bis du richtig wach bist und klar denken kannst?

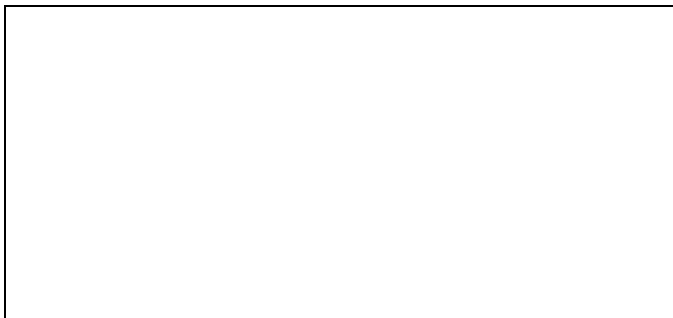
- 4 [] 0 bis 10 Minuten
- 3 [] 11 bis 20 Minuten
- 2 [] 21 bis 40 Minuten
- 1 [] mehr als 40 Minuten

Bist du eher morgens oder abends aktiv?

- 4 [] ausgesprochen morgens aktiv
(morgens wach, abends müde)
- 3 [] eher morgens aktiv
- 2 [] eher abends aktiv
- 1 [] ausgesprochen abends aktiv
(morgens müde, abends wach)

**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