

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 beantworten Sie alle Fragen. Bitte kreuzen Sie jeweils nur eine Antwort an.
Bitte überlegen Sie nur kurz und antworten Sie spontan.**

1. Wann würden Sie aufstehen, wenn es nur nach Ihrem eigenen Wohlbefinden ginge und Sie sich den Tag frei einteilen könnten?

- 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

2. Wann würden Sie zu Bett gehen, wenn es nur nach Ihrem eigenen Wohlbefinden ginge und Sie sich den Abend frei einteilen könnten?

- 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

3. Wie leicht fällt es Ihnen normalerweise morgens aufzustehen?

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

4. Wie wach fühlen Sie sich morgens in der ersten halben Stunde nach dem Aufwachen?

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

5. Wie müde fühlen Sie sich morgens in der ersten halben Stunde nach dem Aufwachen?

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

6. Sie haben beschlossen, Sport zu treiben. Ein Freund/eine Freundin schlägt vor, zweimal wöchentlich eine Stunde zu trainieren. Für Ihren Freund/Ihre Freundin ist die beste Zeit Sport zu treiben morgens zwischen 7 und 8 Uhr. Wenn Sie von Ihrem eigenen Wohlbefinden ausgehen, wie schätzen Sie Ihre Leistungsfähigkeit zu dieser Zeit ein?

- 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.

7. Wann werden Sie abends müde und möchten 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

8. Für eine Klausur, die sehr anstrengend ist und 2 Stunden dauert, möchten Sie in Bestform sein. Sie können sich Ihren Tag völlig frei einteilen. Welchen Zeitraum würden Sie auswählen?

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

9. Manche Menschen sind Morgentypen, andere dagegen Abendtypen. Zu welchem Typ würden Sie sich zählen?

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

10. Wann würden Sie aufstehen, wenn Sie einen ganzen Tag Seminare bzw. einen Arbeitstag vor sich hätten (8 Stunden) und Sie sich die Zeit völlig frei einteilen könnten?

- 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

11. Stellen Sie sich vor, Sie müssten jeden Morgen um 6:00 Uhr aufstehen. Wie wäre das für Sie?

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

12. Wie lange dauert es bei Ihnen morgens nach dem Aufstehen, bis Sie einen klaren Kopf haben und klar denken können?

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

13. Sind Sie 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