

08.09.2023



Im Folgenden finden Sie eine Reihe von Feststellungen. Lesen Sie bitte jeden Satz genau durch. Entscheiden Sie bei jeder Feststellung, ob sie für Sie zutrifft oder nicht. Machen Sie ein Kreuz in eine der sechs Spalten rechts – entsprechend dem Ausmaß, in dem eine Feststellung auf Sie zutrifft. Beurteilen Sie Ihren derzeitigen (heutigen) ZUSTAND! Bitte füllen Sie die Fragen sorgfältig, möglichst schnell und selbständig aus. Lassen Sie keinen Satz aus.

trifft zu	
Langeweile ist mir unerträglich.	stark
An mich werden viele Anforderungen gestellt, denen ich nur schwer nachkommen kann.	mässig
Ich habe große Angst zu dick zu werden.	mässig
Im tiefsten Innern fühle ich mich minderwertig und hilflos.	leicht
Ich habe starke Ängste bei dem Gedanken an intime Beziehungen.	sehr stark
Ich beende eine Mahlzeit weniger dann, wenn ich satt bin, als vielmehr, wenn ich die für meine Figur oder Gesundheit gesetzte Grenze erreicht habe.	leicht
Nach dem Essen ist mir übel.	leicht
Bezüglich des Essens habe ich gewisse Rituale, Zwangsgedanken oder Zwangshandlungen.	gar nicht
Ich fühle mich oft hungrig, doch versuche ich, mein Hungergefühl zu bezwingen.	deutlich
Wenn ich anfangen zu essen, kann es vorkommen, dass ich einen kaum mehr zu beherrschenden Impuls verspüre, mich vollzuschlagen.	deutlich
Im Vergleich zu anderen bin ich recht gewissenhaft und gründlich bei allem, was ich tue.	deutlich
Ich lege großen Wert auf meine Figur und kontrolliere mein Aussehen häufig im Spiegel.	mässig

trifft zu

Es fällt mir schwer, herumzusitzen und nichts zu tun.	mässig
Ich fühle mich durch Erwartungen anderer an mich eingeengt.	leicht
Ich versuche, eine Diät einzuhalten und möglichst wenig Fett und Kohlehydrate zu essen (z. B. Kartoffel, Süßigkeiten).	stark
Ich fühle mich stumpf und leer.	deutlich
Nach dem Essen habe ich ein Völlegefühl.	deutlich
Es ist mir unangenehm, andere in sexueller Erregung zu sehen.	mässig
Es kommt vor, dass ich über mein tatsächliches Essverhalten nicht ganz aufrichtig bin.	deutlich
Es hat keinen Sinn für mich, dafür zu kämpfen, im Leben etwas zu erreichen, da alle meine Mühen und Anstrengungen doch nichts ändern.	stark
Wenn es mir gelungen ist, für eine längere Zeit zu fasten, dann bin ich stolz auf diese Leistung.	leicht
Nach dem Essen fühle ich mich unwohler als vor dem Essen.	sehr stark
Gelegentlich verhandle ich über mein Essen (z. B. ich esse dies, wenn ich jenes nicht zu essen brauche).	leicht
Es gibt beim Essen einen Punkt, an dem ich meinen Appetit kaum mehr beherrschen kann.	mässig
Durch die vielen an mich gestellten Anforderungen und Erwartungen habe ich das Gefühl, nicht Herr über mein eigenes Leben zu sein.	stark
Ich habe Angst vor dem Küssen.	deutlich
Ich zögere es oft hinaus, mit dem Essen zu beginnen.	sehr stark
Nach dem Essen ist mir so unwohl, dass ich am liebsten erbrechen würde.	sehr stark
Nach dem Essen mache ich mir Sorgen, zu dick zu werden.	deutlich
Wenn ich etwas beginne, habe ich das Bedürfnis, alles perfekt und genau zu machen.	deutlich
Ich bin angespannt und unruhig.	leicht
Ich glaube, dass ich jede Frage wahrheitsgetreu beantwortet habe.	leicht