

Auswertung Borderline Symptom Liste (BSL-95)

08.09.2023

Skala	Mittelwert	Prozentrang
Selbstwahrnehmung	2,0	66
Affektregulation	1,2	12
Autoaggression	1,6	35
Dysphorie	2,4	12
Soziale Isolation	1,7	53
Feindseligkeit	2,2	71
Intrusionen	1,8	84
Items nur in Gesamtskala	1,7	
BSL Gesamtskala	1,8	36
Gesamtbefindlichkeit	0 %	6

0 überhaupt nicht, 1 ein wenig, 2 ziemlich, 3 stark, 4 sehr stark

Bei der Normierungsstichprobe handelt es sich um Borderlinepatienten. [BSL-95 Prozentrangnormierung](#)

Bitte beachten Sie folgende Hinweise beim Ausfüllen des Fragebogens:

In der unten stehenden Tabelle finden Sie Probleme und Beschwerden, die Ihr Befinden möglicherweise beschreiben. Bitte gehen Sie jede Beschreibung durch und entscheiden Sie, **wie stark und ausgeprägt** Sie unter den genannten Zuständen **in der letzten Woche** gelitten haben. Falls Sie derzeit keine Gefühle wahrnehmen, bitten wir Sie, die Aussagen so anzukreuzen, wie Sie denken, wie Sie sich fühlen. Bitte gehen Sie nicht danach, welche Antwort "den besten Eindruck" machen könnte, sondern antworten Sie so, wie es für Sie persönlich zutrifft.

Die Fragen beziehen sich auf den Gesamtverlauf der letzten Woche. Bitte beantworten Sie alle Fragen.

Während der letzten Woche ...

fühlte ich mich überfordert	sehr stark
litt ich unter Schlafstörungen	stark

Während der letzten Woche ...

fühlte ich mich von anderen nicht wahrgenommen	ziemlich
litt ich unter massiven Angstzuständen	überhaupt nicht
konnte ich mich schlecht konzentrieren	sehr stark
wußte ich nichts mit mir anzufangen	stark
erlebte ich mich als hilflos	ziemlich
zog sich in mir alles zusammen	überhaupt nicht
fühlte ich mich innerlich zerrissen	ein wenig
hatte ich Angst, Fehler zu machen	ziemlich
glaubte ich, daß mir niemand helfen kann	ein wenig
war ich geistig abwesend und erinnerte nicht, was ich genau tat	stark
stand ich anderen Menschen ablehnend gegenüber, die ich zuvor mochte	sehr stark
erlebte ich mich wie ein Objekt, nicht wie ein Mensch	stark
fühlte ich mich niedergeschlagen	stark
erlebte ich mich wie erstarrt	ein wenig
konnte ich mich kaum artikulieren	überhaupt nicht
hatte ich Todessehnsucht	ziemlich
war ich auf ich andere Menschen neidisch	überhaupt nicht
litt ich unter Ekelgefühlen	überhaupt nicht
war ich zuversichtlich	überhaupt nicht
dachte ich an Selbstverletzungen	ein wenig
hatte ich Schwierigkeiten meine Gefühle wahrzunehmen	ein wenig
gab es niemanden, dem ich wirklich wichtig war	überhaupt nicht
fand ich mich an einem Ort/Stelle wieder, ohne zu wissen, wie ich dahin gekommen war	stark
war ich innerlich ruhig	sehr stark
traute ich anderen Menschen nicht	stark
glaubte ich, keine Lebensberechtigung zu haben	überhaupt nicht
fühlte ich mich einsam	ziemlich
stand ich innerlich unter Hochspannung	stark
hatte ich Angst, die Nähe eines anderen Menschen vollständig zu verlieren	ein wenig
tauchten in mir Szenen auf, die mich stark ängstigten	überhaupt nicht
spürte ich keine Lebendigkeit in mir	ziemlich
konnte ich die Nähe anderer Menschen nicht ertragen	ein wenig
haßte ich mich selbst	ziemlich
hatte ich das Gefühl, daß sich Teile meines Körpers auflösen	ein wenig

Während der letzten Woche ...

fielen mir alltägliche Entscheidungen schwer	ein wenig
hatte ich das Bedürfnis, mich selbst zu bestrafen	stark
fühlte ich mich tatkräftig	stark
war ich wütend	ein wenig
konnte ich meine Erinnerungen kaum steuern	ein wenig
hatte ich Schwierigkeiten mit dem Alleinsein	überhaupt nicht
konnte ich Teile meines Körpers nicht spüren	ein wenig
fühlte ich mich bedroht	überhaupt nicht
brach ich Beziehungen abrupt ab	stark
hatte ich keine Vorstellung darüber, wie ich wirklich bin	stark
litt ich unter Schamgefühlen	ein wenig
fühlte ich mich von anderen isoliert	sehr stark
wechselten meine Stimmungen in kurzen Abständen zwischen Angst, Ärger und Depression	überhaupt nicht
fühlte ich mich unsicher	ein wenig
fühlte ich mich von anderen verlassen	ein wenig
spürte ich die Anwesenheit einer Person, die nicht wirklich anwesend war	ziemlich
war ich aggressiv	überhaupt nicht
fühlte ich mich wie abgeschnitten von mir selbst	ein wenig
war ich froh	überhaupt nicht
fand ich mich in einem "Gefühls-Wirrwarr" wieder	ziemlich
wurde ich von inneren Bildern gequält	ziemlich
fühlte ich mich innerlich leer	ein wenig
konnte ich Teile meines Körpers nicht berühren	stark
war ich ärgerlich	stark
war ich wie versteinert	sehr stark
litt ich unter Selbstmordgedanken	stark
fühlte ich mich ausgeglichen	überhaupt nicht
war ich mit anderen Menschen in Schwierigkeiten verwickelt	stark
erkannte niemand, wie es mir wirklich ging	überhaupt nicht
litt ich unter der Wahrnehmung von Stimmen oder Geräuschen von außen	stark
litt ich unter der Wahrnehmung von Stimmen oder Geräuschen von innen	ziemlich
fühlte ich mich unbeschwert	stark
erlebte ich Kritik als vernichtend	stark
fühlte ich mich auf die Anwesenheit einer anderen Person angewiesen	stark

Während der letzten Woche ...

hatte ich den Eindruck, neben mir zu stehen	stark
fühlte ich mich leistungsfähig	ein wenig
war ich leicht verletzbar	überhaupt nicht
übte die Vorstellung vom Tod eine gewisse Faszination auf mich aus	überhaupt nicht
erlebte ich mich wie gelähmt	stark
kam ich mir unzulänglich vor	ein wenig
war ich verzweifelt	überhaupt nicht
hatte ich Alpträume	ein wenig
hatte ich Angst, durchschaut zu werden	ziemlich
fühlte ich mich ausgeruht	stark
hatte ich den Eindruck, als ob es unterschiedliche Personen in mir gäbe	stark
konnte ich meinen Körper - so wie er ist - überhaupt nicht akzeptieren	ziemlich
plagten mich Schuldgefühle	überhaupt nicht
glaubte ich, daß mich niemand versteht	ziemlich
kam mir alles sinnlos vor	ein wenig
fühlte ich mich mir selbst gegenüber ausgeliefert	stark
hatte ich Angst, die Kontrolle zu verlieren	überhaupt nicht
fand ich mich widerlich	stark
war ich nicht in der Lage, die Unterstützung anderer Menschen anzunehmen	ein wenig
war ich wie weit entfernt von mir selbst	überhaupt nicht
wurde ich von meinen Gefühlen überflutet	ziemlich
erlebte ich mich wie taub	sehr stark
fühlte ich mich hoffnungslos	stark
hielt ich mich für wertlos	ziemlich
fühlte ich mich zufrieden	ziemlich

Nachdem Sie obigen Fragen beantwortet haben, möchten wir Sie noch bitten, Ihre Befindlichkeit während der letzten Woche auf einer Skala von 0 - 100 % **insgesamt** einzuschätzen. **0 % bedeutet:** ich war völlig auf dem **Nullpunkt**; **100 % bedeutet:** ich fühlte mich **ausgezeichnet**. Bitte markieren Sie durch ankreuzen die Prozentzahl, die am ehesten Ihr subjektives Befinden über die letzte Woche hinweg widerspiegelt.

0 %

(ganz schlecht)

(ausgezeichnet)

Zum Abschluss möchten wir Ihnen noch einige Fragen zu einzelnen Verhaltensweisen stellen.

Bitte geben Sie bei den einzelnen Fragen an, ob und wenn ja, wie häufig, sie die einzelnen Verhaltensweisen in der letzten Woche durchgeführt haben.

Während der letzten Woche ...

verletzte ich mich durch schneiden, brennen, würgen etc. selbst	mehrmals täglich
äußerte ich mich gegenüber anderen, daß ich mich umbringen würde	1 mal
machte ich einen Suizidversuch	gar nicht
hatte ich Fressanfälle	mehrmals täglich
hatte ich Brechanfälle	gar nicht
zeigte ich Hochrisikoverhalten, indem ich zu schnell Auto fuhr, auf Hochhäusern herumlauf etc.	mehrmals täglich
war ich betrunken	mehrmals täglich
konsumierte ich Drogen	2 mal
konsumierte ich Medikamente, die nicht verschrieben waren oder über die verschriebene Dosis hinaus	1 mal
hatte ich unkontrollierte Wutausbrüche oder wurde gegenüber anderen handgreiflich	2 mal
hatte ich sexuelle Kontakte, die ich hinterher bereute	täglich