

Auswertung Obsessive-Beliefs Questionnaire (OBQ-D)

10.09.2023

	Mittelwerte	
	nicht klin.	mit Zw.st.
Bedeutsamkeit von Gedanken / Notwendigkeit, Gedanken zu kontrollieren:		
	1,8	3,2
Perfektionismus / Unsicherheitsintoleranz:		
	3,3	4,6
Gefahrenüberschätzung / Überhöhte subjektive Verantwortlichkeit:		
	3,8	4,7
Gesamtwert:		
		

1 sehr starke Ablehnung, 7 sehr starke Zustimmung

Hohe Werte werden als starke Ausprägung zwangsrelevanter dysfunktionaler Einstellungen und damit als Vulnerabilität für die Entwicklung einer Zwangsstörung interpretiert.

Dieser Fragebogen enthält verschiedene Meinungen oder Überzeugungen, die man haben kann. Lesen Sie jede Aussage sorgfältig durch, und entscheiden Sie, wie sehr Sie damit übereinstimmen. Wählen Sie für jede Aussage die Ziffer, die **am besten** beschreibt, **wie sehr Sie dieser Aussage zustimmen**. Da Menschen verschieden sind, gibt es keine richtigen oder falschen Antworten. Um zu entscheiden, ob eine vorgegebene Meinung für Sie typisch ist, denken Sie einfach daran, wie Sie **meistens** sind.

Versuchen Sie, beim Ankreuzen die Mitte der Skala (*weder Zustimmung noch Ablehnung*) zu vermeiden. Geben Sie vielmehr an, ob Sie normalerweise den Aussagen eher zustimmen oder nicht.

Die Dinge sollten, meinen eigenen Standards entsprechend, perfekt sein.	sehr starke Zustimmung
Um ein wertvoller Mensch zu sein, muss ich bei allem, was ich tue, perfekt sein.	mäßige Zustimmung
Wenn ich irgendeine Möglichkeit dazu sehe, muss ich eingreifen, um etwas Schlimmes zu verhindern.	sehr starke Zustimmung

Auch wenn Schaden sehr unwahrscheinlich ist, sollte ich unter allen Umständen versuchen, ihn zu verhindern.	sehr starke Ablehnung
Handle ich nicht, wenn ich eine Gefahr vorhersehe, dann bin ich für die Folgen verantwortlich.	weder Zustimmung noch Ablehnung
Wenn ich etwas nicht perfekt machen kann, dann sollte ich es gar nicht erst anfangen.	weder Zustimmung noch Ablehnung
Ich muss mich jederzeit so sehr wie möglich anstrengen.	mäßige Zustimmung
Es ist unerlässlich für mich, alle möglichen Folgen einer Situation zu bedenken.	sehr starke Ablehnung
Auch kleinste Fehler bedeuten, dass eine Arbeit nicht vollständig ist.	mäßige Zustimmung
In allen möglichen täglichen Situationen ist es genauso schlimm, Schaden nicht zu verhindern, wie Schaden absichtlich herbeizuführen.	sehr starke Ablehnung
Ein Unglück nicht zu verhindern, ist für mich genauso schlimm wie es herbeizuführen.	sehr starke Ablehnung
Ich sollte sicherstellen, dass andere vor jeglichen negativen Konsequenzen meiner Entscheidungen oder Handlungen geschützt werden.	sehr starke Zustimmung
Für mich sind die Dinge nicht richtig, wenn sie nicht perfekt sind.	weder Zustimmung noch Ablehnung
Gemeine Gedanken zu haben heißt, ich bin eine schreckliche Person.	leichte Ablehnung
Ich sollte keine sonderbaren oder ekelhaften Gedanken haben.	weder Zustimmung noch Ablehnung
Schlimme Gedanken zu haben heißt, dass ich seltsam oder unnormal bin.	leichte Zustimmung
Ich muss bei Dingen, die mir wichtig sind, die/der Beste sein.	mäßige Zustimmung
Aufdringliche Gedanken zu haben bedeutet, ich habe mich nicht mehr unter Kontrolle.	sehr starke Zustimmung
Ich muss an etwas dranbleiben, bis es genau richtig ist.	weder Zustimmung noch Ablehnung
Gewaltsame Gedanken zu haben heißt, ich werde die Kontrolle verlieren und gewalttätig werden.	weder Zustimmung noch Ablehnung
Eine Katastrophe nicht zu verhindern ist für mich genauso schlimm, wie sie zu verursachen.	mäßige Ablehnung
Wenn ich eine Aufgabe nicht perfekt erledige, werden mich die Leute nicht respektieren.	weder Zustimmung noch Ablehnung
Einen schlimmen Gedanken zu haben ist moralisch nicht anders, als eine schlimme Tat zu begehen.	leichte Ablehnung
Wenn ich meine Gedanken nicht kontrolliere, werde ich bestraft werden.	sehr starke Zustimmung