

ASI-3

Nr.: Geschlecht:

Alter:Jahre

Tätigkeit/Studienfach (Fachsemester): Datum:

Instruktion: Bitte kreuzen Sie die Zahl an, die den Grad Ihrer Zustimmung zu einer Aussage am besten ausdrückt. Sollte eine Aussage Inhalte thematisieren, die Sie nicht erlebt haben, (z. B. "Es macht mir Angst, wenn ich vor anderen Menschen erröte" wenn Sie noch nie vor anderen errötet sind), antworten Sie bitte gemäß der Erwartung, wie Sie sich bei einer solchen Erfahrung fühlen würden. Andernfalls beantworten Sie die Aussage auf Basis Ihrer eigenen Erfahrung. Bitte achten Sie darauf, bei jeder Aussage nur ein Kreuz zu machen und alle Aussagen zu beantworten:

(0) stimme gar nicht zu, (1) stimme wenig zu, (2) stimme teils teils zu, (3) stimme ziemlich zu, (4) stimme völlig zu

	stimme gar nicht zu	stimme wenig zu	stimme teils teils zu	stimme ziemlich zu	stimme völlig zu
1. Es ist mir wichtig, nicht nervös zu erscheinen.	0	1	2	3	4
2. Wenn ich mich nicht auf eine Aufgabe konzentrieren kann, befürchte ich, verrückt zu werden.	0	1	2	3	4
3. Es macht mir Angst, wenn ich starkes Herzklopfen verspüre.	0	1	2	3	4
4. Wenn ich mir den Magen verdorben habe, befürchte ich, dass ich ernsthaft krank bin.	0	1	2	3	4
5. Es macht mir Angst, wenn ich mich nicht auf eine Aufgabe konzentrieren kann.	0	1	2	3	4
6. Wenn ich in Gegenwart anderer zittere, fürchte ich, was diese Personen von mir denken.	0	1	2	3	4
7. Wenn ich ein Beklemmungsgefühl in der Brust habe, befürchte ich, dass ich nicht mehr richtig atmen kann.	0	1	2	3	4
8. Wenn ich Schmerzen in meiner Brust habe, befürchte ich, einen Herzinfarkt zu bekommen.	0	1	2	3	4
9. Es macht mir Sorgen, dass andere Personen meine Angst bemerken könnten.	0	1	2	3	4
10. Wenn ich das Gefühl habe neben mir zu stehen, befürchte ich, dass ich seelisch krank bin.	0	1	2	3	4
11. Es macht mir Angst, wenn ich vor anderen Menschen erröte.	0	1	2	3	4
12. Wenn ich bemerke, dass mein Herz für einen Moment aussetzt, befürchte ich, dass etwas mit mir nicht stimmt.	0	1	2	3	4

	stimme gar nicht zu	stimme wenig zu	stimme teils zu	stimme ziemlich zu	stimme völlig zu
13. Wenn ich in Anwesenheit anderer anfangen zu schwitzen, fürchte ich, dass sie negativ über mich denken.	0	1	2	3	4
14. Wenn sich meine Gedanken beschleunigen, fürchte ich, dass ich verrückt werde.	0	1	2	3	4
15. Wenn sich meine Kehle eng anfühlt, habe ich Angst, dass ich ersticken könnte.	0	1	2	3	4
16. Wenn ich Schwierigkeiten habe, klar zu denken, befürchte ich, dass etwas mit mir nicht stimmt.	0	1	2	3	4
17. Ich glaube, dass es schrecklich für mich wäre, in der Öffentlichkeit in Ohnmacht zu fallen.	0	1	2	3	4
18. Wenn ich einen "Blackout" habe, befürchte ich, dass mit mir etwas ganz und gar nicht stimmt.	0	1	2	3	4