

BA

Copyright 2000 R.Sponsel - IEC
Internetversion 02 * 18.9.2002

Name bzw. Code

Interne IEC-PN

Bearbeitungs-Datum

--	--	--	--	--	--

Behandlungsbeginn

--	--	--	--	--	--

Abbruch Ende

--	--	--	--	--	--

Angaben wichtigere Probleme/ Störungen
Früher Jetzt

--	--

Statistik

Zutreffendes ankreuzen oder eintragen

Alter Geschlecht M W Abw

Schulbildung: HS MIR F-ABI Sonst

Erlerner Beruf Ausgeübter Beruf

Ich habe ältere Brüder jüngere Brüder

Anzahl ältere Schwest. jüng. Schwest.

Familienstand

Falls öfter verh./getre./verw. bitte angeben

Alter eigene Kinder:

--	--	--	--	--	--

Ungefähre Anzahl Umzüge/Wohnungswechsel

Ungefähre Anzahl bisherige Arbeitsstellen

Ungefähre Anzahl bisherige Berufe

Ungefähre Anzahl bisherig. Partnerschaften

Ungefähre Anzahl echter Freunde

Derzeitiges Lebensgefühl: sehr gut gut /

befriedigend schlecht sehr schlecht

Test-Information und Anleitung BA

Die Befindlichkeitsanalyse 'BA' besteht aus sechs Bausteinen. Sie dient der Erfassung, wie es Ihnen erlebnismäßig, aber auch psychosomatisch ergeht, wie es um Ihre Gefühle und Stimmungen bestellt ist, wie zufrieden oder unzufrieden Sie mit sich, Ihrem Leben und der Welt sind, wie Sie sich und die Welt sehen. Dies ist für die Therapieplanung sehr nützlich, aber auch für die Therapieerfolgskontrolle und Qualitätssicherung, wenn diese Erhebung etwa 1/2, ein Jahr oder später wiederholt wird.

VS: Vitalität (Ichstärke)

Eher Richtig	Eher Falsch
-------------------------	------------------------

- | | | |
|---|--------------------------|--------------------------|
| 1. Ich habe mich über andere schon sehr geärgert . | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 2. Ich bin mit meinem Leben zufrieden. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 3. Ich besitze genügend Selbstvertrauen. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 4. Ich habe schon Sachen gedacht, die besser niemand weiß. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 5. Ich bin nicht unterzukriegen. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 6. Ich kann für mich selbst sehr gut sorgen. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 7. Ich habe in meinem Leben schon einige Fehler gemacht. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 8. Ich bin ein sehr selbständiger Mensch. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 9. Ich bin voller Vertrauen, was mein weiteres Leben betrifft. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 10. Ich habe manches aufgeschoben, was ich besser gleich gemacht hätte. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 11. Ich bin von meinem Wert überzeugt. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 12. Ich habe genügend Fähigkeiten, um aus meinem Leben etwas zu machen. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 13. Manche Leute kann ich überhaupt nicht leiden. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 14. Ich bekomme genügend Liebe, Anerkennung und Verständnis. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

15. Ich habe genügend echte menschliche Beziehungen.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
16. Ich habe schon manchmal gelogen, um Unannehmlichkeiten zu vermeiden.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
17. Ich bin ein leistungsfähiger Mensch.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
18. Ich kann mich gut entspannen.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
19. Manchmal war ich neidisch, was andere haben oder können.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
20. Auch in schwierigen Lebenssituationen verliere ich nicht den Mut.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
21. Ich fühle mich den Anforderungen des Lebens sehr gut gewachsen.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
22. Manchmal bin ich schlechter Laune und dann nicht sehr verträglich.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
23. Auch wenn ich noch einmal ganz von vorne anfangen müßte, würde ich nicht verzweifeln.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
24. Ich besitze genügend Durchsetzungskraft.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
25. Hin und wieder faulenze ich ganz gern.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
26. Ich weiß, was ich will und wie ich meine wichtigen Ziele erreichen kann.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
27. Ich bin mit Arbeit überwiegend zufrieden.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
28. Ich handle nicht immer vernünftig oder richtig.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
29. Das Leben macht mir Freude.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
30. Ich kenne meine Fähigkeiten und Grenzen.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
31. Ich freue mich, wenn mein Gegner eine Schlappe erleidet.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
32. Ich bin ein genußfähiger Mensch.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
33. Ich fühle mich nicht sehr wohl, wenn ich kritisiert werde.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
34. Ich packe Probleme an, statt zu grübeln.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
35. Meine Ehrlichkeit hängt auch sehr von der Situation ab.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

PSB: Psychosomatische Belastung: Kreuzen Sie bitte an, wie oft Sie in der letzten Zeit (1/2 bis 1 Jahr etwa) die körperlichen Beschwerden hatten: N=Nie, S=Selten, M=Manchmal, O=Oft.

01 Zittern	N	S	M	O	17 Asthma	N	S	M	O
02 Erröten	N	S	M	O	18 Erschöpfung	N	S	M	O
03 Durchfall	N	S	M	O	19 Verkrampfung	N	S	M	O
04 Verstopfung	N	S	M	O	20 Schlaflosigkeit	N	S	M	O
05 Schweißausbruch . . .	N	S	M	O	21 Müdigkeit	N	S	M	O
06 Magenbeschwerden . . .	N	S	M	O	22 Erkältungen	N	S	M	O
07 Schwitzen	N	S	M	O	23 Krampfanfälle	N	S	M	O
08 Herzklopfen	N	S	M	O	24 Unruhe	N	S	M	O
09 Herzschmerzen	N	S	M	O	25 Fieberhafte Infekte . . .	N	S	M	O
10 Bauchschmerzen	N	S	M	O	26 Alpträume	N	S	M	O
11 Migräne	N	S	M	O	27 Hautkrankheiten	N	S	M	O
12 Kopfschmerzen	N	S	M	O	28 Allergien	N	S	M	O
13 Erbrechen	N	S	M	O	29 Sexuelle Beschwerd. . .	N	S	M	O
14 Rückenschmerzen . . .	N	S	M	O	30 Ich habe alle Aussagen verstanden und so, wie die Häufigkeiten in der letzten Zeit zutreffen gewissenhaft beantwortet = Ja				
15 Kreislaufstörungen . . .	N	S	M	O					
16 Atembeschwerden	N	S	M	O					

Zusatzfrage zur allgemeinen Belastung ('Streß'): Wie hoch schätzen Sie Ihre durchschnittliche **Belastung** (nicht Belastbarkeit) ein, wie sehr sind Sie durch Streß und Anforderungen belastet (zutreffendes bitte eintragen), wenn: g=gering d=durchschnittlich m=mittelstark h=hoch s=sehr stark ist? Z1 =

GVS: Gefühle und Stimmungen: Kreuzen Sie bitte an, wie oft Sie in der letzten Zeit (1/2 bis 1 Jahr etwa) die Gefühle und Stimmungen hatten: N=Nie, S=Selten, M=Manchmal, O=Oft.

01 Angst	N	S	M	O	15 Lust	N	S	M	O
02 Freude	N	S	M	O	16 Fröhlich	N	S	M	O
03 Ärger	N	S	M	O	17 Enttäuschung	N	S	M	O
04 Hemmung	N	S	M	O	18 Zuversicht	N	S	M	O
05 Wut	N	S	M	O	19 Beschwingt	N	S	M	O
06 Wohlbehagen	N	S	M	O	20 Spannung	N	S	M	O
07 Gute Laune	N	S	M	O	21 Haß	N	S	M	O
08 Misstrauen	N	S	M	O	22 Ablehnung	N	S	M	O
09 Liebe	N	S	M	O	23 Zuneigung	N	S	M	O
10 Kraft	N	S	M	O	24 Achtung	N	S	M	O
11 Traurig	N	S	M	O	25 Stärke	N	S	M	O
12 Vertrauen	N	S	M	O	26 Krankheitsgefühl	N	S	M	O
13 Depression	N	S	M	O	27 Ich habe alle Aussagen verstanden und so, wie die Häufigkeiten in der letzten Zeit zutreffen gewissenhaft beantwortet = Ja					
14 Neid	N	S	M	O						

Zusatzfrage zum Verhältnis der Gefühle und Stimmungen: Wie schätzen Sie Ihr Verhältnis zwischen angenehmen und unangenehmen Gefühlen ein, wenn Ihr gesamtes Gefühlsleben 100 % beträgt?

GVS-Z1 Meine angenehmen (pos.) Gefühle haben ungefähr einen Anteil vona =	<input type="text"/>	%
Meine unangenehmen (neg.) Gefühle haben ungefähr einen Anteil von.....b=	<input type="text"/>	%
Ingesamt müssen sich ergeben a+b =	<input type="text"/>	100 %

Zufriedenheiten

Im folgenden geht es um Ihre Zufriedenheiten, mit Ihrem Leben (LZS) und mit sich selbst (SZS). Hierbei sind zwei Angaben erwünscht:

Kreis durchschnittliche, wirkliche Zufriedenheit in der letzten Zeit und

Kreuz angestrebte oder erwünschte, aber auch für möglich erachtete Zufriedenheit in der Zukunft

Kreuz und Kreis können auch zusammenfallen, wenn Sie erreicht haben, was sie wollen oder glauben, nicht mehr erreichen zu können und auf mehr daher verzichtet haben (etwa auch, weil der Aufwand zu hoch erscheint, das PreisLeistungsverhältnis für Sie nicht stimmt).

Wichtig: Es geht nicht um Ihre augenblickliche Zufriedenheit, sondern um den 'Durchschnitt' in der letzten Zeit. Es geht auch nicht darum, ob Sie dieses oder jenes Merkmal so oder so gut besitzen, sondern nur um Ihre Zufriedenheit mit dem jeweiligen Merkmal.

Beispiel

Politiker 0% 10% 20% 30% 40% ~~50%~~ 60% 70% 80% 90% 100%
 vollk.un- sehr un- deutlich halb & befriedigend sehr vollkommen
 zufrieden zufrieden unzufrie halb zufrieden zufrieden zufrieden

In diesem Fall wären Sie mit den PolitikerInnen in der letzten Zeit deutlich unzufrieden und Sie glauben auch nicht, daß das noch viel besser werden kann, immerhin halten Sie noch 50% für möglich.

	LZS Lebenszufriedenheit											
	vollk.un-	sehr un-	deutlich un-	halb &	befriedig.	sehr	vollkommen					
	zufried.	zufried.	unzufri.	Halb	zufried.	zufri.	zufrieden					
01 Arbeit & Beruf	0%	10%	20%	30%	40%	50%	60%	70%	80%	90%	100%	wirklich 
02 Freundschaften	0%	10%	20%	30%	40%	50%	60%	70%	80%	90%	100%	
03 Anerkennung	0%	10%	20%	30%	40%	50%	60%	70%	80%	90%	100%	angestrebt 
04 Geld & Besitz.....	0%	10%	20%	30%	40%	50%	60%	70%	80%	90%	100%	
05 Entspannung	0%	10%	20%	30%	40%	50%	60%	70%	80%	90%	100%	
06 Interessenverwirklichung	0%	10%	20%	30%	40%	50%	60%	70%	80%	90%	100%	
07 Einfluss & Geltung	0%	10%	20%	30%	40%	50%	60%	70%	80%	90%	100%	
08 Gesundheit	0%	10%	20%	30%	40%	50%	60%	70%	80%	90%	100%	
09 Liebe geben	0%	10%	20%	30%	40%	50%	60%	70%	80%	90%	100%	
10 Liebe bekommen	0%	10%	20%	30%	40%	50%	60%	70%	80%	90%	100%	
11 Sexuelle Erfüllung	0%	10%	20%	30%	40%	50%	60%	70%	80%	90%	100%	
12 Familienklima	0%	10%	20%	30%	40%	50%	60%	70%	80%	90%	100%	
13 Wohnen	0%	10%	20%	30%	40%	50%	60%	70%	80%	90%	100%	
14 Nachbarschaft	0%	10%	20%	30%	40%	50%	60%	70%	80%	90%	100%	
15 Selbstverwirklichung	0%	10%	20%	30%	40%	50%	60%	70%	80%	90%	100%	
16 Lebensqualität	0%	10%	20%	30%	40%	50%	60%	70%	80%	90%	100%	
17 Mitmenschen allgemein	0%	10%	20%	30%	40%	50%	60%	70%	80%	90%	100%	

Erläuterungen und Hilfen zum Verständnis der Begriffe bei der Lebens-Zufriedenheits-Skala LZS:

LZS-01 ARBEIT und BERUF: Für SchülerInnen gilt die Schule, für Hausfrauen der Haushalt, für StudentInnen die Universität als Arbeitsplatz. Arbeitslose beurteilen bitte das letzte Jahr ihrer Tätigkeit oder ihre aktuelle Beschäftigungssituation, ebenso RentnerInnen, Berufsunfähige bzw. Langzeiterkrankte. Hilfen zur Beurteilung: Arbeitsklima, Auskommen mit KollegInnen und Vorgesetzten, Lohn und Gehalt, Freude und Interesse an der Arbeit (Beschäftigung).

LZS-02 FREUNDSCHAFTEN: Hier ist der Freundeskreis im **engeren** Sinne gemeint, also keine lockeren Bekanntschaften oder lose Kontakte. FreundInnen sind Menschen, die man länger kennt, denen man sich anvertraut, mit denen man sich trifft und etwas unternimmt, denen man beisteht und hilft und umgekehrt.

LZS-03 ANERKENNUNG: durch Ihre Familie, PartnerIn, FreundInnen, NachbarInnen, ArbeitskollegInnen, Bekannte, VereinskameradInnen und Öffentlichkeit. Anerkennung zeigt sich in Beachtung, ernst nehmen, respektieren, Höflichkeit, Rücksicht, gelten lassen (zuhören, grüssen, aussprechen lassen, ermuntern, anerkennende Worte finden, helfen etc.)

LZS-04 GELD und BESITZ: ohne Kommentar

LZS-05 ENTSPANNUNG: Wie zufrieden sind Sie mit Ihrer Fähigkeit abzuschalten, zu entspannen, das Nichtstun, Spiel und Freizeit zu geniessen?

LZS-06 INTERESSENVERWIRKLICHUNG: z.B. Sport treiben, lesen, ins Kino gehen, nachdenken, wandern, diskutieren, ins Wirtshaus gehen, Kunst und Natur geniessen, faulenzen ("gammeln"), basteln etc.

LZS-07 EINFLUSS und GELTUNG: auf alles, was Ihnen wichtig ist (z.B. in der Familie, am Arbeitsplatz, im Verein, bei und auf andere Menschen, in der Öffentlichkeit).

LZS-08 GESUNDHEIT: ohne Kommentar.

LZS-09 LIEBE GEBEN: Wie zufrieden sind Sie mit Ihrer Fähigkeit zu lieben, wie zufrieden sind Sie mit der Liebe, die Sie geben?

LZS-10 LIEBE BEKOMMEN: Wie zufrieden sind Sie mit der Liebe, die Sie bekommen, erfahren, erleben?

LZS-11 SEXUELLE ERFÜLLUNG: Wie zufrieden sind Sie speziell mit Ihrer sexuellen Erlebnisfähigkeit, mit der Sexualität, die Sie erleben?

LZS-12 FAMILIENKLIMA: Wie zufrieden sind Sie mit der Atmosphäre, dem "Klima", der Stimmung, die in Ihrer Familie herrscht (Zusammenhalt, sich geborgen fühlen können, gegenseitige Unterstützung und Achtung)?

LZS-13 WOHNEN: Wie zufrieden sind Sie mit Ihrer Wohnsituation (der Lage, Grösse, dem Preis, der Gestaltung und Behaglichkeit)?

LZS-14 NACHBARSCHAFT: Wie zufrieden sind Sie mit Ihren Beziehungen zu Ihren Nachbarn (auskommen, gemeinsame Unterstützung und Unternehmungen)?

LZS-15 SELBSTVERWIRKLICHUNG: Sie haben eine sehr hohe Selbstverwirklichung, wenn Sie so leben können, wie Sie es wünschen.

LZS-16 LEBENSQUALITÄT: Verstehen Sie hierunter bitte das Angebot und die Möglichkeit, die unsere Gesellschaft und unser Staat dem einzelnen, hier also Ihnen, gewährt, sich zu entfalten und zu entwickeln, damit Sie Ihre Begabungen nutzen, Ihre Interessen verwirklichen und Ihren beruflichen und sonstigen Neigungen nachgehen können.

LZS-17 MITMENSCHEN (allgemein): Verstehen Sie hierunter bitte **Ihr Menschenbild**. Wie zufrieden sind Sie ganz allgemein mit Ihren Mitmenschen?

Anmerkungen:

SZS: Selbstzufriedenheit

	vollk.un-	sehr un-	deutlich	halb &	befriedig.	sehr vollkommen					
	zufried.	zufried.	unzufri.	halb	zufried.	zufri.	zufrieden				
01 Äussere Erscheinung	0%	10%	20%	30%	40%	50%	60%	70%	80%	90%	100%
02 Sinnliche Genußfähigkeit	0%	10%	20%	30%	40%	50%	60%	70%	80%	90%	100%
03 Positive Gefühle zeigen	0%	10%	20%	30%	40%	50%	60%	70%	80%	90%	100%
04 Negative Gefühle zeigen	0%	10%	20%	30%	40%	50%	60%	70%	80%	90%	100%
05 Wünsche äußern	0%	10%	20%	30%	40%	50%	60%	70%	80%	90%	100%
06 Meinung ehrlich vertreten.....	0%	10%	20%	30%	40%	50%	60%	70%	80%	90%	100%
07 Intelligenz	0%	10%	20%	30%	40%	50%	60%	70%	80%	90%	100%
08 Wissen und Bildung	0%	10%	20%	30%	40%	50%	60%	70%	80%	90%	100%
09 Berufliches Können	0%	10%	20%	30%	40%	50%	60%	70%	80%	90%	100%
10 Umgang mit Geld	0%	10%	20%	30%	40%	50%	60%	70%	80%	90%	100%
11 Begabungen	0%	10%	20%	30%	40%	50%	60%	70%	80%	90%	100%
12 Offenheit	0%	10%	20%	30%	40%	50%	60%	70%	80%	90%	100%
13 Selbstvertrauen	0%	10%	20%	30%	40%	50%	60%	70%	80%	90%	100%
14 Vertrauen	0%	10%	20%	30%	40%	50%	60%	70%	80%	90%	100%
15 Aktivität	0%	10%	20%	30%	40%	50%	60%	70%	80%	90%	100%
16 Toleranz	0%	10%	20%	30%	40%	50%	60%	70%	80%	90%	100%
17 Taktgefühl	0%	10%	20%	30%	40%	50%	60%	70%	80%	90%	100%
18 Menschenliebe	0%	10%	20%	30%	40%	50%	60%	70%	80%	90%	100%
19 Verantwortungsbereitschaft ..	0%	10%	20%	30%	40%	50%	60%	70%	80%	90%	100%
20 Sexuelle Lust	0%	10%	20%	30%	40%	50%	60%	70%	80%	90%	100%



Erläuterungen und Hilfen zum Verständnis der Begriffe bei der Selbst-Zufriedenheits-Skala SZS:

SZS-01 Äussere Erscheinung (Körper): Wie zufrieden sind sie mit Ihrem Körper, mit Ihrer Gestalt und Figur; Gesicht, mit Ihrem Aussehen, Ihrer Kraft und Fitness?

SZS-02 Sinnliche Genussfähigkeit: Wie zufrieden sind Sie mit Ihrer sinnlichen Erlebnisfähigkeit (essen, tasten, riechen, trinken, Berührung, sehen, empfinden, Farben, Töne, Musik, Natur, Kunst, Tanz, Bewegung, Körpergefühl)?

SZS-03 Positive Gefühle zeigen: Wie zufrieden sind Sie damit, positive Gefühle zu zeigen (Vertrauen, Sympathie, Freude, angenehme Überraschung, Stolz, Liebe, Zärtlichkeit, Anerkennung, Bewunderung, Zugehörigkeit, Freundschaft etc.)?

SZS-04 Negative Gefühle zeigen: Wie zufrieden sind Sie damit, negative Gefühle zu zeigen (Ärger, Enttäuschung, Misstrauen, Wut, Angst, Niedergeschlagenheit, Kummer, Trauer, Einsamkeit etc.) ?

SZS-05 Wünsche äussern: Wie zufrieden sind Sie damit, Ihre Wünsche (das möchte ich, das will ich nicht, das gefällt mir, das interessiert mich bzw. nicht) zu äussern?

SZS-06 Meinung ehrlich vertreten: Wie zufrieden sind Sie, Ihre Meinung ehrlich zu vertreten (ich meine das und das, ich denke, ich halte ..., ich beurteile ..., ich finde ...)?

SZS-07 Intelligenz: Intelligenz ist die Fähigkeit, Zusammenhänge - Ursache und Wirkung - zu erkennen oder Probleme lösen zu können auf allen Gebieten des Lebens. Intelligenz ist nicht Bildung. Ein völlig ungebildeter Mensch kann sehr intelligent ein. Wie zufrieden sind Sie mit Ihrer Intelligenz? Es geht nur um zufrieden sein!

SZS-08 Wissen und Bildung: Wie zufrieden sind Sie mit Ihrem Wissen und mit Ihrer Bildung? Beachten Sie, dass nicht gefragt ist, ob Sie viel wissen. Das spielt keine Rolle.

SZS-09 Berufliches Können: Wie zufrieden sind Sie mit Ihrem Können auf beruflicher Ebene (falls RentnerIn oder StudentIn etc. gilt entweder früher oder der jeweilige "Arbeitsplatz", z.B. bei Hausfrauen der Haushalt und die Familienversorgung)?

SZS-10 Umgang mit Geld: Wie zufrieden sind Sie mit Ihrer Art mit Geld umzugehen (es kommt nicht darauf an, ob Sie sparen, arm oder reich sind, nur auf Ihr Zufriedenheitsgefühl)?

SZS-11 Begabungen: Wie zufrieden sind Sie mit Ihren Begabungen (handwerklich-praktische, sich im Leben behaupten, künstlerische, geistige, technische, etwas mit der Welt und dem Leben anfangen können, Sport, wirtschaftlich, kaufmännisch etc.)?

SZS-12 Offenheit: Wie zufrieden sind Sie mit Ihrer Offenheit (sich mitteilen, seine Ansichten und Wünsche äussern, Gefühle äussern und zeigen, Interesse bekunden und Absichten erklären, Ihre Verhältnisse darlegen)?

SZS-13 Selbstvertrauen: Wie zufrieden sind Sie damit, sich selbst zu vertrauen? (ich weiss, was ich kann, will und fühle, ich kann mich auf mich verlassen, ich bin versöhnt mit dem, der ich bin und ich will niemand anderer sein).

SZS-14 Vertrauen: Wie zufrieden bin ich mit meiner Art zu vertrauen (andere ernst nehmen, sich ihnen anvertrauen, sich auf sie verlassen, aber nicht blind vertrauen und naiv durch die Welt gehen; sich anderen öffnen, sich an andere binden, sich in eine gewisse Abhängigkeit begeben, sich von anderen auffangen, trösten und ermuntern lassen)?

SZS-15 Aktivität: Wie zufrieden sind Sie mit Ihrer Aktivität? Beachten Sie bitte, dass nicht gefragt ist, ob Sie sehr aktiv sind, sondern wie zufrieden Sie sind! Zur Aktivität gehört z.B. etwas unternehmen, machen, tun, handeln auf allen Gebieten des Lebens.

SZS-16 Toleranz: Wie zufrieden sind Sie mit Ihrer Toleranz (andere Meinungen, Handlungsweisen, Lebensweisen, Werte und Vorlieben, Neigungen und Interessen zu dulden und nicht schlecht zu machen oder abzulehnen, nur weil das bei Ihnen anders ist)?

SZS-17 Taktgefühl: Wie zufrieden sind Sie damit (d.h. z.B. Schwächen, Mängel, Fehler auf der einen Seite, Empfindlichkeiten, besondere persönliche Wertebereiche auf der anderen Seite mit Milde, Zurückhaltung und Vorsicht zu behandeln. Taktlos wäre etwa zu fragen: "Na, ist Ihr Mann jetzt endlich gestorben?" oder: "Aus Ihrer Nase könnte man drei machen" etc.)?

SZS-18 Menschenliebe: Wie zufrieden sind Sie damit (also mit Ihrer Güte, Milde, Hilfsbereitschaft, Verständnisbereitschaft)?

SZS-19 Verantwortungsbereitschaft: Wie zufrieden sind Sie damit (Verantwortung zu übernehmen, für eine Sache sich zuständig fühlen, sich um die Dinge kümmern, um die Sie sich kümmern sollten, eine Entscheidung treffen)?

SZS-20 Sexuelle Lust: Wie zufrieden sind Sie mit Ihrem sexuellen Appetit, Lust?