

S T H I - S < 3 0 >

Kennwort: |_|_|_|_|_|_|_|_|_|_|

Alter: _____

Geschlecht: _____

Anleitung:

Im folgenden finden Sie eine Reihe von Aussagen, die sich auf Ihre augenblickliche Stimmung beziehen. Versuchen Sie bitte, Ihre momentane, gefühlsmäßige Stimmung zu beschreiben, indem Sie eine von vier Antwortalternativen ankreuzen.

Die vier Alternativen lauten:

- [1] trifft gar nicht zu
- [2] trifft eher nicht zu
- [3] trifft etwas zu
- [4] trifft sehr zu

z.B.: Ich bin ausgeglichen. [1] [2] [3] [~~4~~]

Wenn Sie momentan sehr ausgeglichen sind, kreuzen Sie [4] an.

Bitte bearbeiten Sie alle Aussagen!

trifft gar nicht zu
 trifft eher nicht zu
 trifft etwas zu
 trifft sehr zu

-
- | | |
|--|-----------------|
| 1. Ich habe schlechte Laune. | [1] [2] [3] [4] |
| 2. Ich bin ausgelassen. | [1] [2] [3] [4] |
| 3. Ich bin eher auf Ernstes eingestellt. | [1] [2] [3] [4] |
| 4. Ich bin betrübt. | [1] [2] [3] [4] |
| 5. Mir gehen jetzt wichtige Dinge durch den Kopf. | [1] [2] [3] [4] |
| 6. Ich bin fröhlich. | [1] [2] [3] [4] |
| 7. Ich bin nachdenklich. | [1] [2] [3] [4] |
| 8. Ich bin in gehobener Stimmung. | [1] [2] [3] [4] |
| 9. Ich bin deprimiert. | [1] [2] [3] [4] |
| 10. Meine Geisteslage ist durch Ernsthaftigkeit geprägt. | [1] [2] [3] [4] |
| 11. Ich bin genervt. | [1] [2] [3] [4] |
| 12. Ich bin heiter. | [1] [2] [3] [4] |
| 13. Mir ist zum Lachen zumute. | [1] [2] [3] [4] |
| 14. Ich bin traurig. | [1] [2] [3] [4] |
| 15. Mir ist nicht nach Oberflächlichem zumute. | [1] [2] [3] [4] |
| 16. Ich bin lustig. | [1] [2] [3] [4] |
| 17. Ich bin ernst. | [1] [2] [3] [4] |
| 18. Ich fühle mich unwohl. | [1] [2] [3] [4] |
| 19. Ich bin verdrossen. | [1] [2] [3] [4] |
| 20. Ich bin zu Späßen aufgelegt. | [1] [2] [3] [4] |
| 21. Ich habe tiefergehende Gedanken. | [1] [2] [3] [4] |
| 22. Ich bin verstimmt. | [1] [2] [3] [4] |
| 23. Ich würde mich lieber mit ernstesten Dingen beschäftigen. | [1] [2] [3] [4] |
| 24. Ich bin amüsiert. | [1] [2] [3] [4] |
| 25. Ich betrachte meine Lage sachlich und nüchtern. | [1] [2] [3] [4] |
| 26. Ich fühle mich niedergeschlagen. | [1] [2] [3] [4] |
| 27. Ich bin beschwingt. | [1] [2] [3] [4] |
| 28. Ich bin eher auf sinnvolle Dinge eingestellt. | [1] [2] [3] [4] |
| 29. Ich bin vergnügt. | [1] [2] [3] [4] |
| 30. Ich bin in mißmutiger Stimmung. | [1] [2] [3] [4] |

Alle Aussagen bearbeitet?