

# STHI-T<106>

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

Alter: |\_|\_|

Geschlecht: |\_|\_|\_|\_|\_|

Die folgenden Aussagen beziehen sich auf Ihre Stimmungen und Ansichten **im allgemeinen**. Versuchen Sie bitte anhand der folgenden Aussagen Ihre **üblichen** Verhaltensweisen und Einstellungen so gut wie möglich zu beschreiben, indem Sie eine von vier Antwortmöglichkeiten **ankreuzen**. Die vier Alternativen lauten:

[1] ... trifft gar nicht zu

[2] ... trifft eher nicht zu

[3] ... trifft etwas zu

[4] ... trifft sehr zu

## Beispiel:

Ich bin ein aktiver Mensch. .... [1] [2] [3] [4]

Wenn diese Aussage Sie **sehr treffend** beschreibt - d.h. wenn Sie im allgemeinen ein aktiver Mensch sind - **kreuzen Sie bitte [4] an**. Trifft diese Aussage auf Sie dagegen **überhaupt nicht** zu, dann **kreuzen Sie bitte [1] an**.

Sollten Sie einmal Schwierigkeiten haben, zu einer Frage Ihre Antwort zu finden, kreuzen Sie bitte die am ehesten zutreffende an. Kreuzen Sie bitte zu jeder Aussage eine der vier Antwortmöglichkeiten an, und lassen Sie keine Frage aus.

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

- 
1. Meine Mitmenschen haben häufig einen Grund, mich zu fragen, ob mir "eine Laus über die Leber gelaufen sei". .... [1] [2] [3] [4]
  2. Ich neige manchmal zur Oberflächlichkeit. .... [1] [2] [3] [4]
  3. Ich habe dem Leben gegenüber eine positive und unbeschwerte Haltung. .... [1] [2] [3] [4]
  4. Ich tue selten etwas ohne vernünftigen Grund. .... [1] [2] [3] [4]
  5. Ich höre gerne die neuesten Witze und Anekdoten. .... [1] [2] [3] [4]
  6. Wenn eine wichtige Angelegenheit auf der Tagesordnung steht, muß ich auf Spaß und Vergnügen verzichten. .... [1] [2] [3] [4]
  7. Mit meinen Bekannten pflege ich einen heiteren, humorvollen Umgang. .... [1] [2] [3] [4]
  8. Beim Versuch, mich in heitere Stimmung zu versetzen, haben sich schon viele die Zähne ausgebissen. .... [1] [2] [3] [4]
  9. Scheinbar banale Dinge haben meist doch größere Wichtigkeit, wenn man sich ernsthaft mit ihnen auseinandersetzt. .... [1] [2] [3] [4]
  10. Mir ist leicht ein Lächeln zu entlocken. .... [1] [2] [3] [4]
  11. Ich begeben mich nur ungern in die Gesellschaft von Leuten, die ständig herumalbern und ausgelassen-fröhlich sind. .... [1] [2] [3] [4]
  12. Die meisten meiner Freunde sind eher ernst und nachdenklich. .... [1] [2] [3] [4]
  13. Ich bin ein heiterer Mensch. .... [1] [2] [3] [4]
  14. Manche verdrießliche Umstände können mir die Laune für längere Zeit verderben. .... [1] [2] [3] [4]
  15. Ich meine Dinge genau so, wie ich sie auch ausdrücke. .... [1] [2] [3] [4]
  16. In Zeitschriften suche ich meist auch nach der "Humorecke". .... [1] [2] [3] [4]

17. Die Leute sollen ihren Spaß haben, aber mich dabei gefälligst in Ruhe lassen und nicht stören. .... [1] [2] [3] [4]
18. Leute, die immerzu nur heiter und ausgelassen sind, wirken auf mich unreif und oberflächlich. .... [1] [2] [3] [4]
19. Meine gute Laune wirkt ansteckend auf andere. .... [1] [2] [3] [4]
20. Ich bevorzuge Gesprächspartner, mit denen man "in die Tiefe" gehen und wichtige Angelegenheiten besprechen kann. .... [1] [2] [3] [4]
21. Verglichen mit anderen kann ich ganz schön mürrisch und griesgrämig werden. .... [1] [2] [3] [4]
22. Das Leben gibt mir wenig Grund zum Lachen. .... [1] [2] [3] [4]
23. Ich bin ein fröhlicher Typ. .... [1] [2] [3] [4]
24. Bevor ich handele, muß ich eine Sache erst ausführlich durchdenken. .... [1] [2] [3] [4]
25. Ich bin leicht zum Lachen zu bringen. .... [1] [2] [3] [4]
26. Es gibt Tage, an denen ich mich innerlich leer fühle. .... [1] [2] [3] [4]
27. Ich gehe unbeschwert durchs Leben. .... [1] [2] [3] [4]
28. Bei aktuellen Handlungen oder Entscheidungen orientiere ich mich daran, ob sie mir langfristig nützen. .... [1] [2] [3] [4]
29. Ich bin häufig niedergeschlagen. .... [1] [2] [3] [4]
30. Ich kann gut abschalten und den Augenblick genießen. .... [1] [2] [3] [4]
31. Wenn andere mir gegenüber in ihren Mitteilungen übertreiben, empfinde ich dies als unnötig und störend. .... [1] [2] [3] [4]
32. Mein Alltag bietet mir oft Anlaß zum Lachen. .... [1] [2] [3] [4]
33. Ich denke oft: "Mensch, laßt mich heute bloß in Ruhe!" .... [1] [2] [3] [4]
34. Ich bin auf größtmögliche Korrektheit bedacht. .... [1] [2] [3] [4]
35. Wenn ich fernsehe, schalte ich lieber informative Reportagen ein als irgendwelche "seichten" Filme. .... [1] [2] [3] [4]
36. Ich habe ein sonniges Gemüt. .... [1] [2] [3] [4]
37. Auch unter fröhlichen Menschen versuche ich eher, ein vernünftiges, sachliches Gespräch zu führen, als mich an den Späßen der anderen zu beteiligen. .... [1] [2] [3] [4]
38. Wenn ich betrübt bin, vermag mich auch etwas sehr Komisches kaum aufzuheitern..... [1] [2] [3] [4]
39. Ich lächle häufig. .... [1] [2] [3] [4]
40. Ich flachse gerne mit anderen herum. .... [1] [2] [3] [4]
41. Bei allem, was ich tue, bedenke ich stets die möglichen Folgen und vergleiche alle möglichen Vor- und Nachteile sorgfältig. .... [1] [2] [3] [4]
42. Wenn Freunde versuchen, mich durch lustige Sprüche oder Witze aufzuheitern, werde ich manchmal erst recht mürrisch und griesgrämig. .... [1] [2] [3] [4]
43. Ich nehme die Dinge, wie sie kommen. .... [1] [2] [3] [4]
44. Es kann vorkommen, daß ich für längere Zeit in einer betrübten Stimmung bin. .... [1] [2] [3] [4]
45. In einer Gruppe Gleichaltriger komme ich mir immer viel reifer vor. .... [1] [2] [3] [4]
46. Ich pfeife oder singe oft vor Vergnügen. .... [1] [2] [3] [4]

47. Es gibt häufig Tage, an denen der Spruch "ich bin mit dem falschen Fuß aufgestanden" gut meine Gemütsverfassung beschreibt. .... [1] [2] [3] [4]
48. Lachen wirkt auf mich sehr ansteckend. .... [1] [2] [3] [4]
49. Auch wenn man leicht als "humorlos" gilt: die trivialen und kindischen Dinge, welche andere Leute erheitern, kann man nur ablehnen. .... [1] [2] [3] [4]
50. Ich fühle mich oft leicht und unbeschwert. .... [1] [2] [3] [4]
51. Die kleinen Dinge des Alltags finde ich oft komisch und erheitern. .... [1] [2] [3] [4]
52. Ich nehme auch alltägliche Probleme nicht zu sehr auf die leichte Schulter. .... [1] [2] [3] [4]
53. Die Gegenwart anderer Menschen, die lustig und ausgelassen sind, kann mir ganz schön auf die Nerven gehen. .... [1] [2] [3] [4]
54. Meine Stimmung ist häufig nicht die beste. .... [1] [2] [3] [4]
55. In den meisten Situationen sehe ich zuerst den ernstesten Aspekt. .... [1] [2] [3] [4]
56. Ich lache gerne und viel. .... [1] [2] [3] [4]
57. Meist kann ich mich nur schwer dazu aufrufen, mich einer heiteren Runde anzuschließen. .... [1] [2] [3] [4]
58. Ein Witz muß schon ausgefallen gut sein, um mich zu erheitern. .... [1] [2] [3] [4]
59. Ich bin manchmal auch ohne Grund ganz traurig. .... [1] [2] [3] [4]
60. Ich bin ein lustiger Mensch. .... [1] [2] [3] [4]
61. Auch ohne besonderen Anlaß bin ich häufig verstimmt. .... [1] [2] [3] [4]
62. Wenn mir nach Lachen und Heiterkeit ist, weiß ich, wie und wo ich das finde. .... [1] [2] [3] [4]
63. Ich bin häufig in mißmutiger Stimmung. .... [1] [2] [3] [4]
64. Alltägliche Situationen nehme ich fast genauso wichtig wie außergewöhnliche Angelegenheiten. .... [1] [2] [3] [4]
65. Die gute Laune anderer wirkt ansteckend auf mich. .... [1] [2] [3] [4]
66. In Gesellschaft fröhlicher Menschen fühle ich mich pudelwohl. .... [1] [2] [3] [4]
67. Wenn ich nicht will, kann mich auch der lustigste Mensch nicht zum Lachen bringen. .... [1] [2] [3] [4]
68. Da Entscheidungen Konsequenzen nach sich ziehen, vermeide ich es, Angelegenheiten oberflächlich zu behandeln bzw. leichtfertige Entschlüsse zu fassen. .... [1] [2] [3] [4]
69. Viele Widrigkeiten des Alltags haben meist auch eine positive Seite. .... [1] [2] [3] [4]
70. Ich habe oft schlechte Laune. .... [1] [2] [3] [4]
71. Im Kontakt mit anderen fällt mir immer wieder auf, daß ich viel gründlicher über verschiedene Sachen nachgedacht habe. .... [1] [2] [3] [4]
72. Im Gespräch vermeide ich bewußt Übertreibungen, Ausschmückungen oder Doppeldeutigkeiten, da sie nichts zur Aussage beitragen. .... [1] [2] [3] [4]
73. Ich bin oft in guter Laune, auch ohne speziellen Grund. .... [1] [2] [3] [4]
74. Meine "lieben" Mitmenschen geben mir oft Anlaß, verdrossen zu sein. .... [1] [2] [3] [4]
75. Ich verstehe nicht, wieso andere ihre Zeit sinnlos vergeuden können. .... [1] [2] [3] [4]
76. Zu einer fröhlichen Unterhaltung bin ich immer bereit. .... [1] [2] [3] [4]
77. Ich möchte häufig einfach nur in Ruhe gelassen werden, was manche Leute anscheinend nicht verstehen können oder wollen. .... [1] [2] [3] [4]

78. Die kleinen Mißgeschicke des Alltags finde ich oft amüsant, selbst wenn sie mich betreffen. .... [1] [2] [3] [4]
79. Mein Alltag wird vorwiegend von bedeutsamen Dingen und Angelegenheiten ausgefüllt. [1] [2] [3] [4]
80. Ich bin ein eher trauriger Mensch. .... [1] [2] [3] [4]
81. Ich neige dazu, weit im voraus zu planen und mir langfristige Ziele zu stecken. .... [1] [2] [3] [4]
82. Gelassen betrachtet, entpuppen sich die meisten Probleme des Lebens später als halb so schlimm. .... [1] [2] [3] [4]
83. Oft bin ich in einer so trübsinnigen Stimmung, daß mir wirklich nicht zum Lachen zumute ist..... [1] [2] [3] [4]
84. Ich versuche mich in meiner Freizeit möglichst sinnvoll zu beschäftigen. .... [1] [2] [3] [4]
85. Ich bin häufig in einer vergnügten Stimmung. .... [1] [2] [3] [4]
86. Ironie liegt mir nicht. .... [1] [2] [3] [4]
87. Wenn ich schlecht gelaunt bin, kann ich es nicht ertragen, unter heiteren Menschen zusein. [1] [2] [3] [4]
88. Ich bin ein ernster Mensch. .... [1] [2] [3] [4]
89. Ich sehe gerne lustige Filme. .... [1] [2] [3] [4]
90. Ein Gefühl der Heiterkeit ist bei mir meist nur von kurzer Dauer. .... [1] [2] [3] [4]
91. Ich mag Menschen, die Überlegung und Sachlichkeit ausstrahlen. .... [1] [2] [3] [4]
92. Ich habe die Erfahrung gemacht, daß an dem Sprichwort "Lachen ist die beste Medizin" wirklich etwas dran ist. .... [1] [2] [3] [4]
93. Ich bin oft in heiterer Stimmung. .... [1] [2] [3] [4]
94. Wenn ich schlechte Laune habe, gehe ich mit anderen eher unnachsichtig um. .... [1] [2] [3] [4]
95. Einer meiner Grundsätze lautet: "Erst die Arbeit, dann das Vergnügen!" .... [1] [2] [3] [4]
96. Es macht mir Spaß, meine Freunde zum Lachen zu bringen. .... [1] [2] [3] [4]
97. Ich bin jemand, der sich leicht etwas "zu Herzen nimmt". .... [1] [2] [3] [4]
98. Ich unterhalte meine Freunde gerne mit lustigen Geschichten. .... [1] [2] [3] [4]
99. Ich tue nur Dinge, die einen gewissen Sinn ergeben; alles andere ist unnütze Zeitverschwendung und zwecklos. .... [1] [2] [3] [4]
100. Auch schwierige Situationen gehe ich leichten Herzens an. .... [1] [2] [3] [4]
101. Mir ist oft eher zum Weinen als zum Lachen zumute. .... [1] [2] [3] [4]
102. Leute, die immer nur heiter sind, verstehen nichts vom Ernst des Lebens. .... [1] [2] [3] [4]
103. Im Kontakt mit anderen Menschen bin ich immer um einen sachlich-nüchternen Gedankenaustausch bemüht. .... [1] [2] [3] [4]
104. Ich fühle mich oft so matt, daß ich mich zu nichts aufraffen kann. .... [1] [2] [3] [4]
105. Es fällt mir leicht, gute Laune zu verbreiten. .... [1] [2] [3] [4]
106. Auch scheinbare Kleinigkeiten bedürfen einer ernsthaften und verantwortungsvollen Behandlung. .... [1] [2] [3] [4]

---

Bitte kontrollieren Sie, ob Sie zu **jeder** Aussage eine Antwortmöglichkeit angekreuzt haben.

Bitte beantworten Sie noch folgende demographische Fragen, indem Sie das Zutreffende ankreuzen:

**Schulabschluß**

- vor der letzten Hauptschulklasse abgeschlossen . . . . . [ ]
- mit der letzten Hauptschulklasse abgeschlossen . . . . . [ ]
- Real- (Mittel-) oder Handelsschule ohne Abschlußprüfung . [ ]
- Real- (Mittel-) oder Handelsschule mit Abschlußprüfung . . [ ]
- Gymnasium (Höhere Schule) ohne Abitur . . . . . [ ]
- Abitur ohne anschließendes Studium . . . . . [ ]
- Abitur mit nicht abgeschlossenem Studium . . . . . [ ]
- Abitur mit abgeschlossenem Studium . . . . . [ ]

**Familienstand**

- ledig . . . . . [ ]
- verheiratet . . . . . [ ]
- verwitwet . . . . . [ ]
- geschieden/getrennt . . . . . [ ]

**Haushalt**

- allein lebend . . . . . [ ]
- zusammenlebend mit Ehepartner(in)/Lebenspartner(in)/Familie . . . . . [ ]

**Tätigkeit**

- berufstätig . . . . . [ ]
- mithelfend im eigenen Betrieb . . . . . [ ]
- Hausfrau/Hausmann . . . . . [ ]
- Schüler(in) . . . . . [ ]
- Student(in) . . . . . [ ]
- in Berufsausbildung . . . . . [ ]
- Rentner(in)/im Ruhestand . . . . . [ ]
- arbeitslos . . . . . [ ]
- ohne Beruf . . . . . [ ]

**Berufsgruppe**

Bitte den gegenwärtig ausgeübten Beruf ankreuzen.

- Inhaber(in) und Geschäftsführer(in) von größeren Unternehmen . . . . . [ ]
- Freier Beruf . . . . . [ ]
- Mittlere und kleinere selbständige Geschäftsleute . . . . . [ ]
- Selbständige(r) Handwerker(in) . . . . . [ ]
- Leitende(r) Angestellte(r) . . . . . [ ]
- Nichtleitende(r) Angestellte(r) . . . . . [ ]
- Beamter(in) des höheren oder gehobenen Dienstes . . . . . [ ]
- Beamter(in) des mittleren oder einfachen Dienstes . . . . . [ ]
- Landwirt(in) . . . . . [ ]
- Facharbeiter(in) mit abgelegter Prüfung . . . . . [ ]
- Sonstige(r) Arbeiter(in) . . . . . [ ]

**Einwohnerzahl der Wohngemeinde**

- bis 2.000 . . . . . [ ]
- bis 20.000 . . . . . [ ]
- bis 100.000 . . . . . [ ]
- über 100.000 . . . . . [ ]

**Hobbys und Freizeitinteressen**

---

---

---

---

---

---