

FRAGEBOGEN ZU BIPOLAREN STÖRUNGEN



DGBS
Deutsche Gesellschaft für
Bipolare Störungen e.V.

Zwischen Manie und Depression:
Bipolare Störung - was nun?
Ein Ratgeber für Betroffene,
Angehörige und Interessierte.
www.ratgeber-bipolar.de

Die nachstehenden Fragen können Ihnen zur Selbsteinschätzung Ihres persönlichen Befindens dienen. Bitte lesen Sie die Fragen sorgfältig durch und kreuzen Sie jeweils die Antwort an, die auf Sie am besten zutrifft:

I. Gab es einmal einen Zeitabschnitt in Ihrem Leben, in dem Sie anders fühlten und handelten als sonst und in dem...

- | | |
|---|---|
| 1. ... Sie so gehobener Stimmung waren, dass Ihre Mitmenschen den Eindruck hatten, Sie seien anders als sonst,
... oder Sie aufgrund der gehobenen Stimmung Schwierigkeiten mit Ihren Mitmenschen bekamen? | <input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nein |
| 2. ... Sie sich so gereizt fühlten, dass Sie Mitmenschen anschrieten oder in Streitigkeiten oder Handgreiflichkeiten verwickelt wurden? | <input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nein |
| 3. ... Sie sich sehr viel selbstbewusster fühlten als gewöhnlich? | <input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nein |
| 4. ... Sie weniger Schlafbedürfnis hatten? | <input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nein |
| 5. ... Sie mehr Rededrang verspürten oder schneller sprachen als sonst? | <input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nein |
| 6. ... Ihre Gedanken zu rasen begannen? | <input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nein |
| 7. ... Sie so schnell abgelenkt wurden von äußeren Ereignissen, dass Sie sich nicht mehr konzentrieren konnten? | <input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nein |
| 8. ... Sie viel mehr Energie hatten als sonst und sich leistungsfähiger fühlten? | <input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nein |
| 9. ... Sie deutlich mehr Aktivitäten durchführten als gewöhnlich? | <input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nein |
| 10. ... Sie geselliger waren als sonst oder Sie weniger soziale Hemmungen hatten (z.B. mitten in der Nacht einen Freund anrufen) | <input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nein |
| 11. ... Sie mehr Interesse an Sex hatten als sonst? | <input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nein |
| 12. ... Sie Dinge taten, die für Sie untypisch sind bzw. von denen Mitmenschen sagten, sie seien übertrieben, leichtsinnig oder riskant? | <input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nein |
| 13. ... Sie so viel Geld ausgaben, dass Sie sich selbst oder Ihre Familie in finanzielle Schwierigkeiten brachten? | <input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nein |

II. Haben Sie mehr als eine Frage mit „Ja“ beantwortet? Wenn ja: Sind manche der oben genannten Symptome innerhalb desselben Zeitabschnitts aufgetreten? Ja Nein

III. Wie problematisch schätzen Sie die Schwierigkeiten ein, die Ihnen durch diese Erlebens- und Verhaltensweisen erwachsen sind, z.B. familiäre Schwierigkeiten, finanzielle oder rechtliche Probleme, Streitigkeiten oder Handgreiflichkeiten? nicht problematisch problematisch

Sollten Sie Ihre persönliche Einschätzung als „problematisch“ bewerten, möchten wir Ihnen empfehlen, mit Ihrem Hausarzt, einem Arzt für Psychiatrie und Psychotherapie oder einem Psychologischen Psychotherapeuten Kontakt aufzunehmen.

Unter www.ratgeber-bipolar.de/ratgeber-materialien/ können Sie diesen Fragebogen herunterladen und ausdrucken.

Fragebogen nach „Mood Disorder Questionnaire“ der Depression and Bipolar Support Alliance (DBSA)