

Beliefs in Trichotillomania Scale BiTS (Rehm, Nedeljkovic, Moulding & Thomas, 2018)

Deutsche Version (BiTS-D)

Anweisungen: Bitte kreuzen Sie die Zahl an, die dem Ausmaß Ihrer Übereinstimmung mit den folgenden Aussagen am besten entspricht. Es gibt keine richtigen oder falschen Antworten, versuchen Sie also, so zu antworten, wie Sie es für richtig halten.

		Trifft überhaupt nicht auf mich zu		Trifft weder zu noch nicht zu			Trifft sehr auf mich zu	
		1	2	3	4	5	6	7
1	Zu versuchen, meine Probleme zu lösen, wird für mich noch mehr Stress und Verletzungen auslösen.							
2	Ich fühle mich nicht wohl, so wie ich bin.							
3	Ich bin nie mit 'gut genug' zufrieden.							
4	Alles in meinem Leben sollte vorhersagbar sein.							
5	Ich mag nicht über meinen Selbstwert nachdenken.							
6	Ich kann nicht mit Stress umgehen.							
7	Ich denke nicht, dass ich normal bin wie alle anderen.							
8	Wenn ich nicht in der Lage bin, etwas so zu reparieren, dass es perfekt ist, bin ich nicht in der Lage aufzuhören daran zu denken oder mich damit unwohl zu fühlen.							
9	Ich denke, dass ich negative Emotionen intensiver erlebe als andere es tun.							
10	Ich denke, dass es mir viele positive Qualitäten fehlen oder sie nicht ausreichend vorhanden sind.							
11	Ich will mich nicht um meine Probleme kümmern.							
12	Ich empfinde den starken Drang all das zu reparieren, was ich als falsch, nicht perfekt oder nicht ganz richtig wahrnehme.							
13	Es gibt vieles, was mir peinlich ist und worüber ich mich schämen sollte.							
14	Ich habe keine andere Wahl als auf meine Dränge und Impulse hin zu handeln, wenn sie auftreten.							

Vergleiche: Hollatz, L. & Gerlach, A. L. (in press). Die Validierung der deutschen Beliefs in Trichotillomania Scale (BiTS-D). *Zeitschrift für Klinische Psychologie und Psychotherapie*.