

Cognitive Behavioural Responses to Symptoms Questionnaire (CBRQ)

Lesen Sie jede Aussage und kreuzen Sie die Antwort an, die Ihre Gedanken / Gefühle am besten beschreibt. Gehen Sie bei Ihren Antworten von der letzten Woche aus.

	Ansicht über Ihre Symptome	Stimme überhaupt nicht zu	Stimme nicht zu	Weder noch	Stimme zu	Stimme völlig zu
FA1	Ich habe Angst, dass ich meine Symptome verschlimmern könnte, wenn ich Sport treibe.					
FA2	Meine Symptome würden sich bessern, wenn ich Sport treiben würde.					
FA4	Der Schweregrad meiner Symptome muss bedeuten, dass in meinem Körper etwas Ernstes vor sich geht.					
FA9	Auch wenn ich Symptome habe, glaube ich nicht, dass sie mir schaden.					
FA10	Wenn ich Symptome habe, sagt mir mein Körper, dass etwas ernsthaft nicht in Ordnung ist.					
FA12	Körperliche Aktivität verschlimmert meine Symptome.					
SF5	Ich denke sehr viel über meine Symptome nach.					
SF9	Ich habe meine Symptome stets im Hinterkopf.					
SF12	Ich verbringe sehr viel Zeit damit, über meine Krankheit nachzudenken.					
EA1	Meine Symptome sind mir peinlich.					
EA2	Ich mache mir Sorgen, dass Menschen aufgrund meiner Symptome schlecht von mir denken werden.					
EA5	Ich schäme mich für meine Symptome.					
L2	Ich bleibe im Bett, um meine Symptome zu kontrollieren.					
L7	Ich neige dazu, tagsüber ein Nickerchen zu machen, um meine Symptome zu kontrollieren.					
AL1	Ich neige dazu, mich zu übernehmen, wenn ich mich energiegeladen fühle.					
AL2	Ich ertappe mich dabei, wie ich mich beeile, Dinge zu erledigen, bevor ich zusammenbreche.					
AL3	Ich neige dazu, mich zu übernehmen und mich dann eine Weile auszuruhen.					
L9	Ich schlafe, wenn ich müde bin, um meine Symptome zu kontrollieren.					

Übersetzt aus dem Original: Ryan, E. G., Vitoratou, S., Goldsmith, K. A., & Chalder, T. (2018). Psychometric Properties and Factor Structure of a Long and Shortened Version of the Cognitive and Behavioural Responses Questionnaire. *Psychosom Med*, 80(2), 230–237.