



Ich-Struktur-Test nach Ammon (ISTA)

Anleitung

Sie werden auf den folgenden Seiten eine Reihe von Aussagen über bestimmte Verhaltensweisen und Einstellungen finden. Sie können sie jeweils entweder mit "ja" oder mit "nein" beantworten. Unterstreichen Sie bitte die für Sie passende Antwort. Es gibt keine richtigen oder falschen Antworten, weil jeder Mensch das Recht zu eigenen Anschauungen hat. Antworten Sie bitte so, wie es für Sie persönlich zutrifft. Streichen Sie versehentliche Antworten bitte deutlich durch und unterstreichen Sie danach die andere Option.

Beachten Sie bitte folgende Punkte:

1. Überlegen Sie bitte nicht erst, welche Antwort vielleicht den "besten Eindruck" machen könnte, sondern antworten Sie so, wie es für Sie persönlich gilt. Manche Fragen kommen Ihnen vielleicht sehr persönlich vor. Bedenken Sie aber, dass Ihre Antworten unbedingt vertraulich behandelt werden.
2. Denken Sie nicht lange über einen Satz nach, sondern geben Sie die Antwort, die Ihnen unmittelbar in den Sinn kommt. Natürlich können mit diesen Fragen nicht alle Besonderheiten berücksichtigt werden. Vielleicht passen deshalb einige nicht so gut auf Sie. Kreuzen Sie aber trotzdem immer eine Antwort an, und zwar die, die noch am ehesten auf Sie zutrifft.

Vielen Dank!

Datum:

Chiffre:

Als Chiffre bitte keine personenbezogenen Daten wie z.B. Namen oder Geburtsdatum verwenden

Notizen Auswertung: Eingabe am / von

1. Was ich begonnen habe, halte ich durch, mag kommen, was will.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>	23. Neue Aufgaben reizen mich.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>
2. Wenn ich gekränkt werde, versuche ich mich zu rächen.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>	24. Wenn ich für ein paar Tage wegfare, interessiert es kaum jemanden.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>
3. Meist fühle ich mich auch dann allein, wenn andere Menschen um mich sind.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>	25. Schwierigkeiten werfen mich sofort aus der Bahn.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>
4. Wenn ich mich geärgert habe, lasse ich meine Wut an anderen aus.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>	26. Auch ein Schlaf von wenigen Minuten kann mich sehr erfrischen.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>
5. Ich arbeite in der Regel unter großer Spannung.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>	27. Ich kann anderen nur abgeschlossene Arbeiten zeigen.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>
6. Ich bekomme leicht Anschluss.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>	28. Es ist mir unangenehm, mit jemandem alleine zu sein.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>
7. Was ich wirklich denke und fühle, interessiert im Grunde niemanden.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>	29. Ich denke mir gerne erotische Situationen aus, die ich mit meinem/r Partner/in erleben möchte.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>
8. Mir wird oft nachgesagt, ich hätte keine Gefühle.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>	30. Ich erwarte viel vom Leben.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>
9. Ich finde es angenehm, von anderen Menschen angeschaut zu werden.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>	31. Wenn ich neugierig bin und etwas entdecke, nehme ich auch Angst in Kauf.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>
10. Ich ertappe mich oft dabei, dass ich mit meinen Gedanken woanders bin.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>	32. Beim Zusammensein mit anderen behalte ich das Gefühl zu mir selbst.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>
11. Morgens wache ich in der Regel frisch und erholt auf.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>	33. Meine Sorgen und Probleme gehen niemanden etwas an.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>
12. Ich will nur meine Ruhe haben.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>	34. Das Schönste am Leben ist der Schlaf.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>
13. Sexualität bringt mich den ganzen Tag in eine glückhafte Stimmung.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>	35. Das Leben ist ein Jammertal.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>
14. Ich schaffe es nicht, von mir aus ein Gespräch zu beenden.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>	36. Ich bin mit meinem/r Partner/in gerne die ganze Nacht sexuell zusammen.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>
15. Ich lade gerne Gäste in meine Wohnung ein.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>	37. Ich fühle mich häufig nicht ganz da.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>
16. Was ich wirklich denke, kann ich anderen nicht erzählen.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>	38. Ich meinem Alltag erlebe ich mehr Freude als Ärger.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>
17. Ich werde sexuell oft angemacht.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>	39. In erotischer Stimmung geht mir mit meinem/r Partner/in nie der Gesprächsstoff aus.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>
18. Ich freue mich häufiger als ich mich ärgere.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>	40. Ich erzähle anderen gerne von meiner Arbeit.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>
19. Was die Sexualität anbelangt, so habe ich meine eigene Phantasiewelt.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>	41. Oft habe ich Tage, an denen ich stundenlang meinen Gedanken nachhänge.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>
20. Ich helfe anderen gerne, aber ausnutzen lasse ich mich nicht.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>			
21. Was ich leiste, findet oft keine Anerkennung.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>			
22. Wenn ich Wut habe, bekomme ich Schuldgefühle.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>			

42. Ich finde selten jemanden sexuell anziehend.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>	64. Die Verantwortung, die ich trage, wird oft nicht anerkannt.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>
43. Ich fühle mich durch meine Angst im Leben eingeeignet.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>	65. In die meisten bedrohlichen Situationen bin ich regelrecht hineingeschlittert.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>
44. Ich liebe es herauszufinden, was meinem/r Partner/in sexuell gefällt.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>	66. Manchmal mag ich harten Sex.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>
45. Ständig vergesse ich irgendetwas.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>	67. Ich fühle mich oft dem Leben schutzlos ausgeliefert.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>
46. Meine Angst hilft mir zu spüren, was ich will und was ich nicht will.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>	68. Wenn ich angegriffen werde, schlucke ich meine Wut hinunter.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>
47. Ich habe viel Energie.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>	69. Dank meiner Fähigkeiten bekomme ich überall leicht Anschluss.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>
48. Ich träume oft davon, dass ich angegriffen werde.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>	70. Ich freue mich über jede neue Bekanntschaft, die ich mache.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>
49. Ich werde meistens in meinen Fähigkeiten unterschätzt.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>	71. Am aufregendsten finde ich Sex mit Unbekannten.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>
50. Ich traue mich oft nicht alleine auf die Straße.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>	72. Ich habe manchmal Selbstmordgedanken.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>
51. Gefühle haben bei der Arbeitsnichts zu suchen.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>	73. Ich träume oft vor mich hin.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>
52. Ich bin dankbar, wenn man mir genau sagt, was ich tun soll.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>	74. Ich kann mich sexuell völlig hingeben.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>
53. Ich richte mich oft nach den Meinungen anderer Leute.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>	75. Ich werde oft vergessen.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>
54. Von einer guten Stimmung lasse ich mich anstecken.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>	76. Für Spiele bin ich nicht zu haben.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>
55. Ich bin oft vor Angst wie gelähmt.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>	77. In meiner Partnerschaft spielt Sexualität keine so große Rolle mehr.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>
56. Wenn mein/e Partner/in mit mir schlafen will, fühle ich mich bedrängt.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>	78. In Gruppen gehe ich unter.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>
57. Entscheidungen schiebe ich meistens lange vor mir her.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>	79. Ich habe keine Hemmungen, meinem/r Partner/in meine sexuellen Wünsche zu zeigen.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>
58. Meine sexuellen Phantasien kreisen oft darum, richtig genommen zu werden.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>	80. Ich lasse mir immer alles aufhalsen.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>
59. Ich habe Angst, dass ich jemandem etwas antun könnte.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>	81. Ich suche gerne Geschenke für meine Freunde aus.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>
60. Es fällt niemandem auf, ob ich da bin oder nicht.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>	82. Ich bin leicht zu beeindrucken.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>
61. Wenn ich längere Zeit keine Sexualität hatte, fehlt mir etwas.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>	83. Mir fällt auf, dass ich meist das Negative erzähle und das Positive vergesse.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>
62. Mein Leben ist eigentlich ein einziges Warten.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>	84. Es ist mir unangenehm, wenn jemand über seine Gefühle spricht.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>
63. Es passiert mir oft, dass ich mich in jemand verliebe, der/die schon eine/n Partner/in hat.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>			

85. Ich teile meine Zeit gut ein.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>	106. Wenn es mir langweilig wird, suche ich sexuelle Abenteuer.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>
86. Ich bekomme den Schlaf, den ich brauche.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>	107. Mein Alltag hat keine Höhen und Tiefen.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>
87. Wenn ich in der Öffentlichkeit sprechen soll, versagt mir häufig die Stimme.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>	108. Schwierigkeiten spornen mich an.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>
88. Ich mache mich gerne über andere Leute lustig.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>	109. Die meisten Menschen haben keine Ahnung, was mir die Dinge bedeuten, für die ich mich interessiere.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>
89. Es macht mir Spaß, Männer / Frauen zu verführen, auch wenn ich eigentlich nichts von ihnen will.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>	110. Eigentlich interessiert mich Sex gar nicht so besonders.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>
90. Ich habe schon viele Krisen durchlebt, die mich weitergebracht haben.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>	111. Ich weise neue Kollegen gerne in mein Arbeitsgebiet ein.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>
91. Ich kann in den meisten Situationen gut abschalten.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>	112. Ich bringe oft die anderen gegen mich auf.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>
92. Ich lache viel.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>	113. Schon die geringste Kritik verunsichert mich.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>
93. Wenn ich wütend werde, muss ich mich sehr beherrschen.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>	114. Manchmal quälen mich Gedanken, Menschen, die mich furchtbar aufregen, körperlich weh zu tun.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>
94. Ich habe ein reiches Gefühlsleben.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>	115. Mich verfolgen oft meine Phantasien.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>
95. Ich kann mich auch völlig fallenlassen.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>	116. Weil mir ständig Zweifel hochkommen, muss ich Entscheidungen immer wieder überdenken.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>
96. Ich habe oft das Gefühl der Teilnahmslosigkeit.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>	117. Ich habe Sexualität bisher noch nie als erfüllend erlebt.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>
97. Was ich tue, ist nicht so bedeutsam.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>	118. Ich bin viel schmerzempfindlicher als andere.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>
98. Ärger und Wut kan ich anderen nicht zeigen.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>	119. Ich fühle mich oft ganz durchsichtig.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>
99. Wenn ich rede, werde ich oft unterbrochen.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>	120. Was ich tue, könnte auch fast jeder andere ausführen.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>
100. Ich male mir oft aus, wie schlecht es denen gehen müsste, die mir Unrecht tun.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>	121. Die Gefühle meiner Kindheit verfolgen mich bis heute.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>
101. Ich freue mich, mit meinem/r Partner/in bei der Sexualität viel zu scherzen und zu lachen.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>	122. Das Unbekannte zieht mich an.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>
102. Es macht mir Spaß, morgens meine Kleidung für den Tag auszuwählen.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>	123. Auch wenn ich Angst habe, kann ich im allgemeinen ansprechen, worum es geht.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>
103. Für wichtige Dinge kann ich mir immer Zeit nehmen.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>	124. Ich gerate häufig so in Panik, daß ich wichtige Dinge nicht mehr erledigen kann.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>
104. Es passiert mir öfter, dass ich etwas Wichtiges vergesse.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>			
105. Wenn mein Vorgesetzter mich kritisiert, fange ich an zu schwitzen.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>			

125. Ich wünsche mir oft eine/n andere/n Partner/in, damit ich sexuell ganz aus mir heraus gehen könnte.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>	145. Wenn ich Wut habe, verletze ich mich leicht oder habe Unfälle.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>
126. Ich kann mich für eine Sache richtig begeistern.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>	146. Ich kann mich oft nicht entschließen, etwas zu unternehmen.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>
127. Ich schiebe alles auf die lange Bank.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>	147. Wenn ich sexuellen Verkehr hatte, bin ich den ganzen Tag besonders arbeitsfähig.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>
128. Kleinigkeiten können mich maßlos aufregen.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>	148. Mir genügt meist die Erotik, Sex ist nicht so wichtig.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>
129. Ich erlebe in meinen Beziehungen, dass die Sexualität mit der Zeit immer schöner und intensiver wird.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>	149. Besonders an den Wochenenden hänge ich durch.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>
130. Ich fühle mich oft überflüssig.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>	150. Ich will anderen meine Gefühle nicht zeigen.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>
131. Man sollte nicht zu oft Sexualität haben.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>	151. In Gruppen werde ich oft angegriffen, obwohl ich keinem etwas getan habe.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>
132. Wenn ich Schwierigkeiten habe, finde ich schnell Menschen, die mir helfen.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>	152. Ich komme schwer zu Wort.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>
133. Ich lasse mich von anderen Menschen nicht so leicht durcheinanderbringen.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>	153. Wenn mir jemand gefällt, spreche ich ihn an, um ihn näher kennenzulernen.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>
134. Ich kann mich gut konzentrieren.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>	154. Ich finde es erstrebenswert, die Gefühle immer unter Kontrolle zu halten.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>
135. Ich verführe gerne meine/n Partner/in.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>	155. Besonders im Urlaub oder Fasching erlebe ich sexuelle Abenteuer.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>
136. Wenn ich einen Fehler gemacht habe, kann ich es auch wieder vergessen.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>	156. Ich traue mich, vor einer Gruppe von Menschen meine Meinung zu sagen.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>
137. Ich freue mich, wenn unerwarteter Besuch kommt.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>	157. Ich bleibe meistens auf meiner Wut sitzen.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>
138. Fast alle Männer/Frauen wollen nur das eine.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>	158. Im Grunde weiß niemand, wie sehr ich laufend gekränkt werde.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>
139. Auch wenn ich Angst habe, kann ich noch klar denken.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>	159. Wenn mich jemand schief ansieht, bekomme ich leicht Angst.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>
140. Ich hatte schon lange keine Sexualität und ich vermisse sie auch nicht.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>	160. Wenn jemand traurig ist, werde ich auch ganz schnell traurig.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>
141. Wenn mich jemand beleidigt, zahle ich es ihm heim.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>	161. In meiner Fantasie ist Sexualität schöner als in der Realität.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>
142. Wenn jemand versucht, mich auszustechen, gebe ich schnell auf.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>			
143. Ich kann mich gut mit mir selbst beschäftigen.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>			
144. Auseinandersetzungen gehe ich aus dem Weg, um unnötige Aufregung zu vermeiden.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>			

162. Ich kann mich schwer entscheiden, weil ich Angst habe, andere könnten die Entscheidung kritisieren.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>	182. Wenn sich jemand von mir getrennt hat, will ich durch nichts mehr an ihn erinnert werden.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>
163. Ich freue mich über meine Phantasien.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>	183. Im Zusammensein mit mehreren Menschen reagiere ich oft perplex.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>
164. Ich weiß nicht warum, aber manchmal möchte ich alles kurz und klein schlagen.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>	184. Ich erzähle gerne von mir und meinen Erlebnissen.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>
165. Bei der Sexualität bin ich mit meinen Gedanken oft woanders.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>	185. Ich grüble viel.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>
166. Ich bin schon oft in brenzlige Situationen geraten.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>	186. Auf schwierige Aufgaben bereite ich mich rechtzeitig und gründlich vor.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>
167. Wenn mir etwas Angst macht, rede ich mit anderen darüber.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>	187. Wenn ich mich unwohl fühle, weiß ich warum.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>
168. Ich denke oft an früher.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>	188. Wenn ich mir etwas Schönes vornehme, tue ich es dann oft doch nicht.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>
169. Ich halte freundschaftliche Beziehungen aufrecht, auch wenn es Krisen gibt.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>	189. Ich finde Sex viel interessanter als sich zu unterhalten.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>
170. Auf den meisten Festen langweile ich mich.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>	190. Ich übernehme in Gruppen meist schnell eine Aufgabe.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>
171. Wenn ich Wut habe, verliere ich leicht die Kontrolle und schreie meinen Partner an.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>	191. Am liebsten sind mir Menschen, die immer cool und souverän bleiben.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>
172. Ich lasse mich nicht so leicht aus dem Konzept bringen.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>	192. Meine Phantasien kreisen oft um sexuelle Praktiken, über die man nicht spricht.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>
173. Ich betäube manchmal meine Angst mit Alkohol oder Tabletten.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>	193. Ich freue mich über alles, was ich kann.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>
174. Ich bin ein scheuer Mensch.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>	194. Wenn mich andere bei einer Beschäftigung antreffen, bekomme ich einen leichten Schrecken.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>
175. Ich habe große Angst vor meiner persönlichen Zukunft.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>	195. Mit dem Verstand kommt man weiter als mit den Gefühlen.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>
176. Am meisten reizt es mich, mit meinem/r Partner/in zu schlafen, wenn er/sie nicht will.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>	196. Wenn mich etwas interessiert, kann mich nichts ablenken.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>
177. An manchen Tagen stoße ich mich dauernd oder mache etwas kaputt.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>	197. Ich bin selten einmal rundum zufrieden.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>
178. Ich habe nur sehr selten sexuelle Phantasien.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>	198. Es kommt vor, dass ich jemanden richtig fertigmache.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>
179. Ich habe viele Wünsche und ich tue viel, um diese zu erfüllen.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>	199. Wenn Menschen, die mir wichtig sind, lange mit anderen reden, werde ich regelrecht wütend.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>
180. Ich freue mich immer, wenn ich einen neuen Menschen kennenlernen kann.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>			
181. Meistens habe ich Partner, die schon vergeben sind.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>			

200. Eigentlich eke ich mich vor Sexualität.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>
201. Wenn andere lachen, kann ich oft nicht mitlachen.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>
202. Ich verstehe oft nicht, was los ist.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>
203. Ich bin ausgesprochen neugierig.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>
204. Phantasieren lenkt mich von der Arbeit ab.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>
205. Ich erlebe Sexualität als eine quälende Forderung.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>
206. Ich übernehme auch freiwillig wichtige Aufgaben, die mir Angst machen.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>
207. Ich finde wohl nie einen richtigen Partner.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>
208. Ich langweile mich oft.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>
209. Ob ich nun da bin oder nicht, ist nicht so wichtig.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>
210. Die Beantwortung der Fragen, die mit Sexualität zu tun haben, hat mir Spaß gemacht.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>
211. Ich fühle mich von Anforderungen meist überrollt.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>
212. Es gelingt mir oft, andere unabsichtlich zu veranlassen, Aufgaben zu übernehmen, die mir unangenehm sind.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>
213. Lampenfieber beflügelt mich.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>