



Empowerment Scale

Nachfolgend finden Sie einige Aussagen über die eigene, Lebensperspektive und die Notwendigkeit, Entscheidungen zu treffen. Beschreiben Sie bitte, wie Sie sich jetzt momentan fühlen. Die ersten Eindrücke sind in der Regel die besten. Versuchen Sie bitte, sich nicht zu sehr mit einzelnen Fragen aufzuhalten. Bitte versuchen Sie ehrlich zu sich selbst zu sein, damit Ihre Antworten Ihre wahren Ansichten widerspiegeln.

Umkreisen Sie bitte die Nummer in der Skala, die am meisten ihrer Meinung entspricht.

Bitte wählen Sie nur eine Antwort pro Aussage aus.

		Stimme voll zu	Stimme eher zu	Stimme eher nicht zu	Stimme überhaupt nicht zu	unbekannt oder nicht zutreffend
[emp01]	Ich kann im Großen und Ganzen bestimmen, was in meinem Leben geschieht.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
[emp02]	Grenzen existieren nur in der eigenen Vorstellung.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
[emp03]	Menschen können mehr erreichen, wenn sie sich zu einer Gruppe zusammenschließen.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
[emp04]	Es hilft nicht, sich über etwas zu ärgern.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
[emp05]	Ich habe eine positive Einstellung zu mir selbst.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
[emp06]	In der Regel vertraue ich meinen eigenen Entscheidungen.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
[emp07]	Menschen haben nicht das Recht verärgert zu sein, nur weil Ihnen etwas nicht gefällt.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
[emp08]	Die Rückschläge in meinem Leben waren meist einfach nur Pech.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
[emp09]	Ich halte mich selbst für eine kompetente Person.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

		Stimme voll zu	Stimme eher zu	Stimme eher nicht zu	Stimme überhaupt nicht zu	unbekannt oder nicht zutreffend
[emp10]	Für viel Aufruhr zu sorgen bringt einen meist auch nicht weiter.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
[emp11]	Wenn Menschen zusammenarbeiten, können sie die Gesellschaft beeinflussen	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
[emp12]	Ich bin meistens fähig, mit meinen Problemen selbst fertig zu werden.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
[emp13]	Ich blicke meistens positiv in die Zukunft. .	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
[emp14]	Wenn ich etwas plane, bin ich fast immer sicher, dass es klappt.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
[emp15]	Sich über etwas zu ärgern ist oft der erste Schritt, um etwas zu ändern.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
[emp16]	Ich fühle mich meistens einsam.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
[emp17]	Experten können am besten entscheiden, was man tun oder lernen sollte.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
[emp18]	Ich kann Vieles genauso gut wie andere Menschen.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
[emp19]	Im Allgemeinen erreiche ich, was ich mir vornehme.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
[emp20]	Man sollte versuchen das eigene Leben nach den eigenen Vorstellungen zu leben.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
[emp21]	Gegen die Verwaltung/Behörden kommt man nicht an.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
[emp22]	Ich fühle mich fast immer machtlos.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
[emp23]	Wenn ich unsicher bin, schließe ich mich meistens der Meinung der Mehrheit an.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

		Stimme voll zu	Stimme eher zu	Stimme eher nicht zu	Stimme überhaupt nicht zu	unbekannt oder nicht zutreffend
[emp24]	Ich fühle mich als eine wertvolle Person, oder zumindest auf gleicher Augenhöhe mit Anderen.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
[emp25]	Menschen haben das Recht ihre eigenen Entscheidungen zu treffen, auch wenn andere diese für falsch halten.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
[emp26]	Ich denke, dass ich einige gute Eigenschaften habe.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
[emp27]	Ein Problem kann oft gelöst werden, indem man selbst aktiv wird.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
[emp28]	Durch die Zusammenarbeit mit anderen Personen in meinem sozialen Umfeld kann ich die Dinge positiv verändern.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>