

ECHELLE DE ZARIT-12, ALLEMAND

Echelle de Zarit, version à 12 items, traduction en allemand validée pour la Belgique (Mapi Research Institute, 2007).

Anleitung : Nachfolgend wird eine Reihe von Fragen gestellt, in denen es darum geht, wie Menschen, die einen anderen Menschen pflegen, sich manchmal fühlen. Bitte geben Sie zu jeder Frage an, wie oft Sie sich so fühlen: nie, selten, manchmal, ziemlich oft, oder fast immer. Es gibt dabei keine richtigen oder falschen Antworten.

Fragebogen	Antwortmöglichkeiten
1. Haben Sie das Gefühl, dass Sie wegen der Zeit, die Sie mit Ihrem/Ihrer Angehörigen verbringen, nicht genug Zeit für sich selbst haben?	0 Nie 1 Selten 2 Manchmal 3 Ziemlich oft 4 Fast immer
2. Empfinden Sie es als Stress, neben der Pflege Ihres/Ihrer Angehörigen zu versuchen, auch Ihren anderen Verpflichtungen gegenüber der Familie oder im Beruf nachzukommen?	0 Nie 1 Selten 2 Manchmal 3 Ziemlich oft 4 Fast immer
3. Ärgern Sie sich über Ihren Angehörigen/Ihren Angehörige, wenn Sie mit ihm/ihr zusammen sind?	0 Nie 1 Selten 2 Manchmal 3 Ziemlich oft 4 Fast immer
4. Haben Sie das Gefühl, dass Ihr Angehöriger/Ihre Angehörigen Ihre Beziehung zu anderen Familienangehörigen oder Freunden beeinträchtigt?	0 Nie 1 Selten 2 Manchmal 3 Ziemlich oft 4 Fast immer
5. Sind Sie gestresst, wenn Sie mit Ihrem/Ihrer Angehörigen zusammen sind?	0 Nie 1 Selten 2 Manchmal 3 Ziemlich oft 4 Fast immer
6. Haben Sie das Gefühl, dass Ihre Gesundheit gelitten hat, weil Sie Ihren Angehörigen/Ihre Angehörige pflegen	0 Nie 1 Selten 2 Manchmal 3 Ziemlich oft 4 Fast immer
7. Haben Sie das Gefühl, dass Sie wegen Ihres/Ihrer	0 Nie

Angehörigen nicht so viel Privatsphäre haben, wie Sie gerne hätten?	1 Selten 2 Manchmal 3 Ziemlich oft 4 Fast immer
8. Haben Sie das Gefühl, dass Ihre Kontakte zu anderen Menschen gelitten haben, weil Sie Ihren Angehörigen/Ihre Angehörige pflegen?	0 Nie 1 Selten 2 Manchmal 3 Ziemlich oft 4 Fast immer
9. Haben Sie das Gefühl, nicht mehr Herr über Ihr Leben zu sein, seit Sie Ihren Angehörigen/Ihre Angehörige pflegen?	0 Nie 1 Selten 2 Manchmal 3 Ziemlich oft 4 Fast immer
10. Sind Sie sich unsicher, was Sie mit Ihrem/Ihrer Angehörigen machen sollen?	0 Nie 1 Selten 2 Manchmal 3 Ziemlich oft 4 Fast immer
11. Haben Sie das Gefühl, dass Sie mehr für Ihren Angehörigen/Ihre Angehörige tun sollten?	0 Nie 1 Selten 2 Manchmal 3 Ziemlich oft 4 Fast immer
12. Haben Sie das Gefühl, Sie könnten Ihren Angehörigen/Ihre Angehörige besser pflegen?	0 Nie 1 Selten 2 Manchmal 3 Ziemlich oft 4 Fast immer