

Bitte füllen Sie die Umfrage aus.

Vielen Dank!

Bitte geben Sie an, inwieweit die folgenden Aussagen auf Sie zutreffen.

	fast nie	manchmal	oft	immer
1) Es fällt mir schwer, mich auf eine schwierige Aufgabe zu konzentrieren, wenn ringsherum Geräusche sind.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
2) Wenn ich mich konzentrieren und eine schwierige Aufgabe lösen muss, fällt es mir schwer, meine Aufmerksamkeit zu fokussieren.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
3) Auch wenn ich intensiv an etwas arbeite, werde ich immer noch von Ereignissen um mich herum abgelenkt.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
4) Ich kann mich auch dann gut konzentrieren, wenn Musik im selben Raum ist.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
5) Wenn ich mich konzentriere, kann ich meine Aufmerksamkeit so fokussieren, dass ich nicht mehr wahrnehme, was um mich herum vorgeht.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
6) Beim Lesen oder Lernen werde ich leicht abgelenkt, wenn sich Personen im selben Raum unterhalten.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
7) Wenn ich versuche meine Aufmerksamkeit auf etwas zu konzentrieren, fällt es mir schwer, störende Gedanken zu unterdrücken.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
8) Wenn ich aufgeregt bin, fällt es mir schwer, mich zu konzentrieren.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
9) Ich kann schnell von einer Aufgabe zur anderen umschalten.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
10)				

- | | | | | |
|--|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
| Es kostet mich etwas Zeit, bis ich mich ganz auf eine neue Aufgabe einlassen kann. | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 11) Es fällt mir schwer, meine Aufmerksamkeit zwischen dem Zuhören und dem Mitschreiben zu koordinieren, wenn ich während Vorträgen Notizen mache. | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 12) Ich kann mich sehr schnell für ein neues Thema begeistern, wenn es nötig ist. | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 13) Es fällt mir leicht, zu lesen oder zu schreiben, während ich gleichzeitig telefoniere. | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 14) Es ist schwierig für mich, zwei Gespräche gleichzeitig zu führen. | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 15) Es fällt mir schwer, schnell auf neue Ideen zu kommen. | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 16) Nachdem ich unterbrochen oder abgelenkt worden bin, kann ich meine Aufmerksamkeit leicht wie der auf das richten, was ich vorher getan habe. | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 17) Wenn mir ein störender Gedanke in den Sinn kommt, kann ich diesen leicht ausblenden. | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 18) Es fällt mir leicht, zwischen zwei verschiedenen Aufgaben zu wechseln. | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 19) Es fällt mir schwer, mich von einer bestimmten Sichtweise auf etwas zu lösen und es aus einem anderen Blickwinkel zu betrachten. | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |