

# Barratt Impulsivität-Skala, 11. Revision (BIS-11)

Bitte füllen Sie die Umfrage aus.

Vielen Dank!

**In diesem Fragebogen geht es darum , wie man sein eigenes Verhalten steuert. Darin unterscheiden sich Menschen sehr voneinander. Manche Menschen mögen es gar nicht, langfristig zu planen und handeln lieber ganz spontan. Andere Menschen ziehen es vor, nichts dem Zufall zu überlassen, sondern möchten auf alles vorbereitet sein. Niemand kann beurteilen, welches der bessere Weg ist.**

**Bitte geben Sie an, wie oft die einzelnen Aussagen auf Sie zutreffen. Überlegen Sie dabei nicht, wie Sie sich gerne verhalten würden oder wie Sie meinen, dass man sich verhalten sollte, sondern versuchen Sie zu beurteilen, wie Sie sich tatsächlich verhalten.**

	nie / selten	gelegentlich	oft	fast immer/ immer
1) Ich bereite mich auf meine Aufgaben und pflichten sorgfältig vor.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
2) Ich tue Dinge, ohne darüber nachzudenken.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
3) Ich bin entschlossfreudig.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
4) Ich bin sorglos.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
5) Ich passe nicht auf.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
6) Gedanken rasen durch meinen Kopf.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
7) Ich plane einen Ausflug rechtzeitig im Voraus.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
8) Ich bin beherrscht.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
9) Ich kann mich leicht konzentrieren.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
10) Ich spare mein Geld.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
11) Ich drücke mich vor Theaterbesuchen oder Vorträgen.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
12) Ich bin ein gründlicher Denker / eine gründliche Denkerin.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
13) Ich kümmere mich um Sicherheit am Arbeitsplatz.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
14) Ich sage Dinge, ohne darüber nachzudenken.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
15) Ich mag es, über schwierige Probleme nachzudenken.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
16) Ich wechsle meine Jobs.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
17) Ich handle impulsiv.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
18)				

	Mir wird schnell langweilig, wenn ich über ein Problem nachdenke.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
19)	Ich folge meinen augenblicklichen Eingebungen.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
20)	Ich bin ein ausdauernder Denker / eine ausdauernde Denkerin.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
21)	Ich wechsle meine Wohnung gerne.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
22)	Ich kaufe Sachen spontan.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
23)	Ich kann nicht über zwei Dinge gleichzeitig nachdenken.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
24)	Ich wechsle meine Hobbys.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
25)	Ich gebe mehr Geld aus, als ich verdiene.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
26)	Wenn ich nachdenke, kommen mir of nebensächliche Gedanken in den Sinn.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
27)	Ich kümmere mich mehr um die Gegenwart als um die Zukunft.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
28)	Im Theater oder bei Vorträgen werde ich unruhig.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
29)	Ich mag Puzzles und Geduldspiele.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
30)	Ich bin zukunftsorientiert.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>