

Tabelle 1

nr	label_de	label_en	facet_Diagnostica_2013	facet_PAID_2009	comment
1	Ich bin offen für die Erfahrung des Augenblicks.	I am open to the experience of the present moment.	Presence	Presence	
2	Ich spüre in meinen Körper hinein, sei es beim Essen, Kochen, Putzen, Reden.	I sense my body, whether eating, cooking, cleaning or talking.	Presence	Presence	
3	Wenn ich merke, dass ich abwesend war, kehre ich sanft zur Erfahrung des Augenblicks zurück.	When I notice an absence of mind, I gently return to the experience of the here and now.	Presence	Presence	
4	Ich kann mich selbst wertschätzen.	I am able to appreciate myself.	Acceptance	Acceptance	
5	Ich achte auf die Motive meiner Handlungen.	I pay attention to what's behind my actions.	Presence	Presence	
6	Ich sehe meine Fehler und Schwierigkeiten, ohne mich zu verurteilen.	I see my mistakes and difficulties without judging them.	Acceptance	Acceptance	
7	Ich bin in Kontakt mit meinen Erfahrungen, hier und jetzt.	I feel connected to my experience in the here-and-now.	Presence	Presence	
8	Ich nehme unangenehme Erfahrungen an.	I accept unpleasant experiences.	Acceptance	Acceptance	
9	Ich bin mir selbst gegenüber freundlich, wenn Dinge schief laufen.	I am friendly to myself when things go wrong.	Acceptance	Acceptance	
10	Ich beobachte meine Gefühle, ohne mich in ihnen zu verlieren.	I watch my feelings without getting lost in them.	Acceptance	Presence	This item was matched to difference facets in different analyses
11	In schwierigen Situationen kann ich innehalten.	In difficult situations, I can pause without immediately reacting.	Acceptance	Acceptance	
12	Ich erlebe Momente innerer Ruhe und Gelassenheit, selbst wenn äußerlich Schmerzen und Unruhe da sind.	I experience moments of inner peace and ease, even when things get hectic and stressful.	Acceptance	Acceptance	
13	Ich bin ungeduldig mit mir und meinen Mitmenschen.	I am impatient with myself and with others.	Acceptance	Acceptance	negatively poled; not part of FMI13
14	Ich kann darüber lächeln, wenn ich sehe, wie ich mir manchmal das Leben schwer mache.	4 I am able to smile when I notice how I sometimes make life difficult.	Acceptance	Acceptance	