

## Borderline Symptom Liste: Kurz-version (BSL-23)

Code: .....

Datum: .....

Bitte beachten Sie folgende Hinweise beim Ausfüllen des Fragebogens: In der unten stehenden Tabelle finden Sie Probleme und Beschwerden, die Ihr Befinden möglicherweise beschreiben. Bitte gehen Sie jede Beschreibung durch und entscheiden Sie, **wie stark und ausgeprägt** Sie unter den genannten Zuständen **in der letzten Woche** gelitten haben. Falls Sie derzeit keine Gefühle wahrnehmen, bitten wir Sie, die Aussagen so anzukreuzen, wie Sie denken, wie Sie sich fühlen. Bitte gehen Sie nicht danach, welche Antwort "den besten Eindruck" machen könnte, sondern antworten Sie so, wie es für Sie persönlich zutrifft. **Die Fragen beziehen sich auf den Gesamtverlauf der letzten Woche. Bitte beantworten Sie alle Fragen.**

Während der letzten Woche...		überhaupt nicht	ein wenig	ziemlich	stark	sehr stark
1	konnte ich mich schlecht konzentrieren	0	1	2	3	4
2	erlebte ich mich als hilflos	0	1	2	3	4
3	war ich geistig abwesend und erinnerte nicht, was ich genau tat	0	1	2	3	4
4	litt ich unter Ekelgefühlen	0	1	2	3	4
5	dachte ich an Selbstverletzungen	0	1	2	3	4
6	traute ich anderen Menschen nicht	0	1	2	3	4
7	glaubte ich, keine Lebensberechtigung zu haben	0	1	2	3	4
8	fühlte ich mich einsam	0	1	2	3	4
9	stand ich innerlich unter Hochspannung	0	1	2	3	4
10	tauchten in mir Szenen auf, die mich stark ängstigten	0	1	2	3	4
11	hasste ich mich selbst	0	1	2	3	4
12	hatte ich das Bedürfnis, mich selbst zu bestrafen	0	1	2	3	4
13	litt ich unter Schamgefühlen	0	1	2	3	4
14	wechselten meine Stimmungen in kurzen Abständen zwischen Angst, Ärger und Depression	0	1	2	3	4
15	litt ich unter der Wahrnehmung von Stimmen oder Geräuschen von innen und / oder von außen	0	1	2	3	4
16	erlebte ich Kritik als vernichtend	0	1	2	3	4
17	war ich leicht verletzbar	0	1	2	3	4
18	übte die Vorstellung vom Tod eine gewisse Faszination auf mich aus	0	1	2	3	4
19	kam mir alles sinnlos vor	0	1	2	3	4
20	hatte ich Angst, die Kontrolle zu verlieren	0	1	2	3	4
21	fand ich mich widerlich	0	1	2	3	4
22	war ich wie weit entfernt von mir selbst	0	1	2	3	4
23	hielt ich mich für wertlos	0	1	2	3	4

Nachdem Sie obigen Fragen beantwortet haben, möchten wir Sie noch bitten, Ihre Befindlichkeit während der letzten Woche auf einer Skala von 0 - 100 % **insgesamt** einzuschätzen. **0% bedeutet:** ich war völlig auf dem **Nullpunkt**; **100% bedeutet:** ich fühlte mich **ausgezeichnet**. Bitte markieren Sie durch ankreuzen die Prozentzahl, die am ehesten Ihr subjektives Befinden über die letzte Woche hinweg widerspiegelt.

0%	10%	20%	30%	40%	50%	60%	70%	80%	90%	100%
(ganz schlecht) ←————→ (ausgezeichnet)										

### BSL-Ergänzung: Items zur Erfassung des Verhaltens

Zum Abschluss möchten wir Ihnen noch einige Fragen zu einzelnen Verhaltensweisen stellen. Bitte geben Sie bei den einzelnen Fragen an, ob und wenn ja, **wie häufig**, sie die einzelnen Verhaltensweisen **in der letzten Woche** durchgeführt haben.

Während der letzten Woche ...		gar nicht	1 mal	2 mal	täglich	mehrmals täglich
1	verletzte ich mich durch schneiden, brennen, würgen etc. selbst	0	1	2	3	4
2	äußerte ich mich gegenüber anderen, daß ich mich umbringen würde	0	1	2	3	4
3	machte ich einen Suizidversuch	0	1	2	3	4
4	hatte ich Fressanfälle	0	1	2	3	4
5	hatte ich Brechanfälle	0	1	2	3	4
6	zeigte ich Hochrisikoverhalten, indem ich zu schnell Auto fuhr, auf Hochhäusern herumlief etc.	0	1	2	3	4
7	war ich betrunken	0	1	2	3	4
8	konsumierte ich Drogen	0	1	2	3	4
9	konsumierte ich Medikamente, die nicht verschrieben waren oder über die verschriebene Dosis hinaus	0	1	2	3	4
10	hatte ich unkontrollierte Wutausbrüche oder wurde gegenüber anderen handgreiflich	0	1	2	3	4
11	hatte ich sexuelle Kontakte, die ich hinterher bereute	0	1	2	3	4

**Vielen Dank für Ihre Teilnahme!**

**Bitte überprüfen Sie Ihre Angaben noch einmal auf Vollständigkeit!**