https://doi.org/10.1027/2698-1866/a000006

German Version of the SAAM (DE-SAAM)

Skala: Zustimmung SAAM

1. Starke Ablehnung
2. …
3. …
4. Neutral
5. …
6. …
7. Starke Zustimmung

Instruktion: Die folgenden Aussagen beziehen sich darauf, wie Sie sich **jetzt gerade** fühlen. Bitte geben Sie für jede Aussage an, wie sehr Sie zustimmen oder nicht zustimmen, dass die jeweilige Aussage **Ihre aktuellen Gefühle** widerspiegelt. Bitte gehen Sie davon aus, wie Sie sich im Moment fühlen.

(1) Ich wünschte, jemand würde mir sagen, dass er/sie/* mich wirklich liebt.
(2) Es wäre mir unangenehm, wenn mir ein guter Freund*in oder ein*e Partner*in nahe ist.
(3) Ich fühle mich allein und habe trotzdem keine Lust, anderen nahe zu kommen.
(4) Ich fühle mich geliebt.
(5) Ich wünschte, jemand, der mir nahesteht, könnte mich jetzt sehen.
(6) Wenn jetzt etwas schieflaufen würde, hätte ich das Gefühl, mich auf jemanden verlassen zu können.
(7) Ich habe das Gefühl, dass ich anderen wichtig bin.
(8) Ich fühle gerade das starke Bedürfnis, bedingungslos geliebt zu werden.
(9) Ich befürchte, dass mir jemand zu nahekommen möchte.
(10) Wenn jemand versuchen würde, mir nahe zu kommen, würde ich versuchen, Abstand zu halten.
(11) Ich fühle mich entspannt, weil ich weiß, dass nahestehende Menschen für mich da sind.
(12) Ich brauche gerade wirklich das Gefühl, geliebt zu werden.
(13) Ich habe das Gefühl, jemanden zu haben, auf den ich mich verlassen kann.
(14) Ich möchte meine Gefühle mit jemandem teilen.
(15) Ich habe das Gefühl, von anderen geliebt zu werden, aber es ist mir egal.
(16) Der Gedanke, jemandem emotional nahe zu sein, beunruhigt mich.
(17) Ich möchte mit jemandem, dem ich etwas bedeute/ich wichtig bin, über meine Sorgen sprechen.
(18) Ich fühle mich anderen Menschen gegenüber sicher und verbunden.

https://doi.org/10.1027/2698-1866/a000006

(19) Ich brauche wirklich emotionale Unterstützung von jemandem.

(20) Ich habe das Gefühl, dass ich den Menschen vertrauen kann, die mir nahestehen.

(21) Ich habe gemischte Gefühle, wenn es darum geht, anderen Menschen nahe zu sein.