

## 100 Fragen für Aspergirls

Dieser Fragebogen dient der orientierenden (Selbst-)Einschätzung autistischer Merkmale bei Frauen und Mädchen. Er ersetzt keine Diagnostik. Bitte beachten Sie das Copyright!

Bitte beantworten Sie alle Fragen möglichst spontan mit JA oder NEIN. Wenn Sie zu einer Frage Gesprächsbedarf haben, können Sie die Nummer markieren.

Nr.	Frage	Ja	Nein
1	Ist in Ihrer Ursprungsfamilie ein Mitglied mit Autismus (AS) oder AD(H)S diagnostiziert worden?		
2	Hat eines oder mehrere Kinder von Ihnen ADHS und/oder AS?		
3	Konnten Sie schon vor der Einschulung lesen und/oder rechnen und/oder schreiben?		
4	Hatten Sie eine Lese-Rechtschreibschwäche?		
5	Haben Sie eine ausgeprägte spirituelle Wahrnehmungsfähigkeit?		
6	Erkennen Sie Muster und Gesetzmäßigkeiten im Chaos wieder?		
7	Können Sie leicht die Beziehung zwischen scheinbar nicht zusammenhängenden Sachverhalten erfassen?		
8	„Wissen“ Sie manche Dinge einfach, ohne erklären zu können, wie Sie zu diesem Wissen gelangen?		
9	Wurde Ihnen in der Schule unterstellt, Sie hätten abgeschaut, obwohl das nicht so war?		
10	Können Sie Ihre Leistungen unter Druck oder in Gegenwart anderer schlecht zeigen?		
11	Verstummen Sie in manchen Situationen, obwohl Sie sprechen möchten?		
12	Haben Sie als Heranwachsende viele Fragen gestellt und andere dadurch irritiert?		
13	Hatten oder haben Sie eine lebhaftes Fantasie?		
14	Sortierten Sie als Kind Dinge nach Farben oder Systemen?		
15	Hat es Sie verärgert, wenn andere Ihre Ordnung verändert haben?		

16	Betreiben Sie manche Dinge so intensiv, dass Sie Essen oder Trinken vergessen?		
17	Wiederholen Sie Tätigkeiten, Musik oder Bücher sehr häufig?		
18	Wurde Ihnen schon gesagt, Sie seien zwanghaft?		
19	Wurden Sie über längere Zeit gemobbt?		
20	Wurde bei Ihnen schon einmal eine Angststörung vermutet?		
21	Wurde bei Ihnen schon einmal eine Depression vermutet?		
22	Wurde eine traumatische Belastungsreaktion vermutet?		
23	Sind Sie gerne allein?		
24	Wurde Ihnen schon vorgeworfen, gefühlsarm zu sein?		
25	Nehmen Sie Sinnesreize wahr, die andere kaum bemerken?		
26	Erleben Sie Musik oder Gedanken als Ohrwürmer?		
27	Hören Sie innerlich Sätze im Originalton wiederholt?		
28	Stört Sie Neonlicht oder Flackern stark?		
29	Haben Sie unerklärliche Schwindelgefühle?		
30	Sind Sie geräuschempfindlich?		
31	Können Sie unerwünschte Bilder nur schwer loslassen?		
32	Haben Sie gelegentlich leicht erhöhte Temperatur ohne Ursache?		
33	Empfinden Sie manchmal brennende Hautgefühle?		
34	Haben Sie Synästhesien?		
35	Vertragen Sie bestimmte Stoffe auf der Haut nicht?		
36	Fühlen Sie sich auf Veranstaltungen oft unpassend gekleidet?		
37	Nehmen Sie Stimmungen sehr fein wahr?		
38	Haben Sie außersinnliche Wahrnehmungserlebnisse?		
39	Erleben Sie visuelle Reizüberflutung beim Aufwachen?		
40	Haben Sie das Gefühl, Informationen verzögert zu verarbeiten?		
41	Machen Ihnen Termine Tage vorher Stress?		
42	Haben Sie manchmal das Bedürfnis zu schreien, unterdrücken es aber?		
43	Leiden Sie unter Migräne, Kopfschmerzen oder Übelkeit?		
44	Mochten Sie es als Kind, sich zu drehen oder zu springen?		

45	Führen Sie innere Selbstgespräche?		
46	Schaukeln, wippen oder kreisen Sie gern?		
47	Bewegen sich Ihre Hände oder Finger oft unbewusst?		
48	Kauen Sie Nägel oder Haut?		
49	Haben Sie Tics oder unwillkürliche Zuckungen?		
50	Verändert sich Ihre Stimme stark bei Freude?		
51	Wird Ihnen Flirten unterstellt?		
52	Wurde Ihnen vorgeworfen, sich in den Vordergrund zu drängen?		
53	Wurde schon vermutet, Sie seien autistisch?		
54	Wurde Autismus in Ihrer Umgebung ausgeschlossen?		
55	Sind Menschen irritiert über Ihre Intelligenz im Verhältnis zum Verhalten?		
56	Wurde Ihnen eine andere Geschlechtsidentität unterstellt?		
57	Schminken oder stylen Sie sich gerne?		
58	Sind Sie sehr modebewusst?		
59	Hatten Sie Konflikte mit Ihrer geschlechtlichen Identität?		
60	Gelten Sie als androgyn oder burschikos?		
61	Ist Ihnen Ihre geschlechtliche Identität eher unwichtig?		
62	Hatten Sie das Gefühl, im falschen Körper zu sein?		
63	Erkennen Sie sofort boshafte Verhalten bei Menschen?		
64	Kann Ihnen bei belastender Atmosphäre die Sprache fehlen?		
65	Hatten Sie längere Liebesbeziehungen oder wünschen Sie diese?		
66	Haben Menschen manchmal Angst vor Ihnen?		
67	Wurden Sie als grenzüberschreitend bezeichnet?		
68	Vermeiden Sie Smalltalk?		
69	Haben Sie sexuelle Übergriffe erlebt?		
70	Fühlten Sie sich sexuell überrumpelt?		
71	Sind Sie launisch oder mürrisch?		
72	Ist Ihre Direktheit anderen peinlich?		
73	Leiden Sie unter Einsamkeit?		
74	Haben Sie Suizidimpulse?		

75	Hatten Sie diese schon als Kind?		
76	Hatten Sie Drogen- oder Alkoholprobleme?		
77	Hatten Sie imaginäre Freunde?		
78	Müssen Sie Menschen ansehen, um sie zu verstehen?		
79	Können Sie besser verstehen, wenn Sie nicht ansehen?		
80	Wurde Ihnen gesagt, man solle Sie ansehen?		
81	Neigen Sie zu starkem Medienkonsum?		
82	Haben Sie Erinnerungslücken?		
83	Schauen Sie Filme mehrfach, ohne es zu erinnern?		
84	Haben Sie sehr frühe Kindheitserinnerungen?		
85	Haben Sie ein starkes Langzeitgedächtnis?		
86	Haben Sie Kurzzeitgedächtnisprobleme?		
87	Fällt es Ihnen schwer, Gesichter zu erkennen?		
88	Erkennen Sie Menschen in anderem Kontext schlecht?		
89	Verstehen Sie Witze verzögert?		
90	Werden Sie jünger eingeschätzt?		
91	Erleben Sie Wahrnehmung wie durch Nebel?		
92	Wird Ihr Humor missverstanden?		
93	Erfinden Sie neue Worte oder Sprachen?		
94	Waren Sie als Kind oft beim HNO-Arzt?		
95	Wurde Magersucht vermutet?		
96	Hatten Sie Essstörungen?		
97	Haben Sie chronische Erkrankungen?		
98	Haben Sie Allergien?		
99	Hatten Sie Reizdarmsymptome?		
100	Besteht Eine Hochbegabung?		

>> Eine Weiterverwendung ohne meine Zustimmung ist nicht gestattet! <<