

**Mannheimer Elternfragebogen (MEF) zur J1/J2 (abgeändert nach Günter Esser und Manfred Laucht)**



Name: \_\_\_\_\_ Geburtsdatum: \_\_\_\_\_

Ausgefüllt von: \_\_\_\_\_ am: \_\_\_\_\_

Liebe/r Jugendliche/r,  
bitte kreuze an, ob die unten aufgeführten Probleme bei Dir in den letzten 6 Monaten aufgetreten sind. Mache bitte nur ein Kreuz in jeder Zeile und nicht in den Zwischenräumen und lasse bitte keine Frage aus. Du hilfst uns damit sehr, die Beratung für Dich zu verbessern.

Ich..	Stimmt nicht	Stimmt
habe Migräne		
musste wegen Kopfschmerzen zum Arzt		
leide unter asthmatischen Beschwerden oder einer chronischen Bronchitis		
mache mir viele Sorgen über meine Gesundheit		
habe manchmal nervöse Zuckungen, (Blinzeltic, Zwinkertic)		
kann schlecht einschlafen (liege mehr als 1Std.wach)		
wache häufig nachts auf und kann nur schlecht wieder einschlafen		
muss bei starker Aufregung stottern		
habe mehr als einmal im letzten ½ Jahr ins Bett gemacht		
habe mehr als einmal im letzten ½ Jahr eingekotet		
habe meistens nur wenig Appetit		
bin sehr wählerisch beim Essen		
habe ständig Angst, dick zu werden		
habe aufgrund meines Essverhaltens mind.7kg abgenommen und bin untergewichtig		
habe mindestens 10 kg Übergewicht		
werde manchmal wegen meines Übergewichtes geärgert		
habe mit meinen Eltern oft Streit		
mache, was ich will, auch wenn meine Eltern anderer Ansicht sind		
wurde wegen meines Verhaltens schon einmal vom Schulbesuch, einem Ausflug oder Landheimaufenthalt ausgeschlossen		
schwänze manchmal die Schule		
habe starke Angst davor zur Schule zu gehen		
streite mich fast jeden Tag mit meinem Geschwistern		
dabei kommt es auch zu ernsthaften Verletzungen, Quälereien oder Drohungen		
werde von anderen Jugendlichen häufig geärgert, gehänselt, geprügelt		
habe Angst vor anderen Jugendlichen		
habe überhaupt keinen Kontakt zu anderen Jugendlichen		
prügle mich manchmal mit anderen Kindern oder Jugendlichen		
wechsle häufig meine Freunde		
bin in der Schule leicht ablenkbar und unkonzentriert		
bin bei den Hausaufgaben sehr leicht ablenkbar und unkonzentriert		
bin bei Regelspielen sehr ablenkbar und unkonzentriert		
bin in der Schule sehr unruhig, zappelig, kann nicht stillsitzen		
bin bei den Hausaufgaben sehr unruhig, zappelig, kann nicht stillsitzen		
bin bei Regelspielen sehr unruhig, zappelig, kann nicht stillsitzen		
bin im Straßenverkehr oft unvorsichtig und riskant in meinem Verhalten		
bin beim Spielen oft vorschnell, unvorsichtig und riskant in meinem Verhalten		

bin beim Lösen von Aufgaben in der Schule oder zu Hause oft sehr unüberlegt und vorschnell		
bin ängstlich, mache mir viele Sorgen über zukünftige Ereignisse (z.B. Klassenarbeiten, unangenehme Aufgaben)		
habe fast täglich einen Wutanfall		
werde dann manchmal vor lauter Aufregung „krank“		
habe panische Angst vor...		
Spinnen, Mäusen, Hunden oder Ratten		
Allein zuhause zu bleiben		
Vor fremden Menschen		
Vor Blitz, Donner oder Dunkelheit		
Vor dem Zahnarzt, Spritzen, Blut oder Verletzungen		
bin schon fast übertrieben ordentlich		
wasche mir oft die Hände, obwohl sie längst sauber sind		
kontrolliere bestimmte Dinge mehrmals hintereinander innerhalb weniger Minuten nach, (z.b. Fenster verschlossen usw...)		
kaue oder reisse so stark die Fingernägel, dass es häufiger zu blutenden Verletzungen kommt oder das Nagelbett bereits teilweise frei liegt		
bin mindestens einmal pro Woche für mindestens drei Stunden traurig oder niedergeschlagen		
diese Stimmung steht meist in keinem Verhältnis zum auslösenden Ereignis		
bin nur schwer auf andere Gedanken zu bringen, wenn ich traurig bin		
war schon einmal mind. 2 Wochen am Stück traurig oder niedergeschlagen		
habe schon einmal ernsthaft daran gedacht mich umzubringen		
rauche mind.1 Schachtel Zigaretten pro Woche		
trinke mehrmals pro Woche Alkohol		
bin mehrmals pro Monat angetrunken		
habe zuhause oder außerhalb schon einmal etwas wertvolleres gestohlen		
habe schon mindestens fünfmal wertvolle Dinge entwendet		
habe schon einmal mit Absicht Dinge, die mir nicht gehören, zerstört oder beschädigt		
dabei ist ein Schaden von mindestens 30 Euro entstanden		
bin schon von zu Hause weggelaufen		
habe folgende oben nicht genannte Probleme:		

## Beende bitte die Sätze!

1. Vater \_\_\_\_\_
2. Ich habe Angst \_\_\_\_\_
3. Wenn ich älter bin \_\_\_\_\_
4. Meine Schularbeiten \_\_\_\_\_
5. Ich finde es scheußlich \_\_\_\_\_
6. Manchmal träume ich \_\_\_\_\_
7. Es ist mir peinlich \_\_\_\_\_
8. Es tut mir schrecklich leid \_\_\_\_\_
9. Andere Kinder \_\_\_\_\_
10. Die Lehrer \_\_\_\_\_
11. Im Dunkeln \_\_\_\_\_
12. Die meisten Jungen \_\_\_\_\_
13. Mich ärgert \_\_\_\_\_
14. Wenn ich alleine bin \_\_\_\_\_
15. Meine Geschwister \_\_\_\_\_
16. Die Schule \_\_\_\_\_
17. Die Erwachsenen \_\_\_\_\_
18. Ich brauche \_\_\_\_\_
19. Mutter \_\_\_\_\_
20. Ich kann nicht \_\_\_\_\_
21. Das einzig Dumme \_\_\_\_\_
22. Die meisten Mädchen \_\_\_\_\_
23. Hoffentlich \_\_\_\_\_
24. Meine größte Sorge \_\_\_\_\_
25. Ganz im Geheimen \_\_\_\_\_

Bemerkungen, falls du welche hast:

Treibst Du Sport ? Wenn Ja, Welche Sportart ? \_\_\_\_\_

Spielst Du ein Instrument ? Wenn Ja, Welches ? \_\_\_\_\_