

Generalized Anxiety Disorder-7 (GAD-7)

Name: _____

Geburtsdatum: _____

Anleitung:

Wie oft fühlten Sie sich im Verlauf der letzten zwei Wochen durch die folgenden Beschwerden beeinträchtigt?

Nr.	Frage	Überhaupt nicht	An einzelnen Tagen	An mehr als der Hälfte der Tage	Beinahe jeden Tag
1	Nervosität, Ängstlichkeit oder Anspannung	☐ 0	☐ 1	☐ 2	☐ 3
2	Nicht in der Lage sein, Sorgen zu stoppen oder zu kontrollieren	☐ 0	☐ 1	☐ 2	☐ 3
3	Übermäßige Sorgen bezüglich verschiedener Angelegenheiten	☐ 0	☐ 1	☐ 2	☐ 3
4	Schwierigkeiten zu entspannen	☐ 0	☐ 1	☐ 2	☐ 3
5	Rastlosigkeit, so dass Stillsitzen schwerfällt	☐ 0	☐ 1	☐ 2	☐ 3
6	Schnelle Verärgerung oder Gereiztheit	☐ 0	☐ 1	☐ 2	☐ 3
7	Gefühl der Angst, so als würde etwas Schlimmes passieren	☐ 0	☐ 1	☐ 2	☐ 3

Gesamtpunkte: _____

Ergebnis: ☐ unauffällig ☐ auffällig ☐ erhöhte Wachsamkeit

Hinweise zur Auswertung

Die ersten beiden Fragen des GAD-7 sind mit GAD-2 identisch.

Bei 10–14 Punkten liegt die Wahrscheinlichkeit einer mittelgradigen Ängstlichkeit vor. Eine erhöhte Wachsamkeit und gegebenenfalls Wiederholung des Tests beim nächsten Termin werden empfohlen.

Bei ≥ 15 Punkten liegt eine hohe Wahrscheinlichkeit für eine klinisch relevante Ängstlichkeit vor. Eine Überweisung an eine für psychische Diagnostik befähigte Fachperson/Institution wird empfohlen.

(Quelle: GÖG, Erläuterungen zum Eltern-Kind-Pass – Schwangerschaft und Geburt, 12/2025, S. 30)