German translation of the Perth Alexithymia Questionnaire

Mareike Kaemmerer*
UCLouvain

David J. Grüning*
Heidelberg University

Olivier Luminet
UCLouvain

David Preece
Curtin University

*Equal contribution

1. Translation comparison

	Perth Alexithymia Questionnaire (Preece et al., 2018)	German translation of PAQ (Kaemmerer et al., 2021)
Instruction	<p>This questionnaire asks about how you perceive and experience your emotions. Please score the following statements according to how much you agree or disagree that the statement is true of you. Circle one answer for each statement.</p> <p>Some questions mention <i>bad</i> or <i>unpleasant</i> emotions, this means emotions like sadness, anger, or fear. Some questions mention <i>good</i> or <i>pleasant</i> emotions, this means emotions like happiness, amusement, or excitement.</p>	<p>In diesem Fragebogen wird erfasst, wie Sie Ihre Emotionen wahrnehmen und erleben. Bitte geben Sie für die folgenden Aussagen an, wie sehr Sie zustimmen oder nicht zustimmen, dass diese auf Sie zutreffen. Kreisen Sie eine Antwort für jede Aussage ein.</p> <p>In einigen Fragen geht es um <i>schlechte</i> oder <i>unangenehme</i> Emotionen wie Traurigkeit, Wut oder Angst. In einigen Fragen geht es um <i>gute</i> oder <i>angenehme</i> Emotionen wie Glück, Vergnügen oder Aufgeregtheit.</p>
Scoring	Strongly disagree = 1 ; Neither agree nor disagree = 4 ; Strongly agree = 7	Stimme überhaupt nicht zu = 1; Weder noch = 4; Stimme vollkommen zu = 7
Item 1	When I'm feeling <i>bad</i> (feeling an unpleasant emotion), I can't find the right words to describe those feelings.	Wenn ich mich <i>schlecht</i> fühle (eine unangenehme Emotion fühle), kann ich nicht die richtigen Worte finden, um diese Gefühle zu beschreiben.

	Perth Alexithymia Questionnaire (Preece et al., 2018)	German translation of PAQ (Kaemmerer et al., 2021)
Item 2	When I'm feeling <i>bad</i> , I can't tell whether I'm sad, angry, or scared.	Wenn ich mich <i>schlecht</i> fühle, weiß ich nicht, ob ich traurig bin, wütend bin oder Angst habe.
Item 3	I tend to ignore how I feel.	Ich neige dazu, zu ignorieren wie ich mich fühle.
Item 4	When I'm feeling <i>good</i> (feeling a pleasant emotion), I can't find the right words to describe those feelings.	Wenn ich mich <i>gut</i> fühle (eine angenehme Emotion fühle), kann ich nicht die richtigen Worte finden, um diese Gefühle zu beschreiben.
Item 5	When I'm feeling <i>good</i> , I can't tell whether I'm happy, excited, or amused.	Wenn ich mich <i>gut</i> fühle, weiß ich nicht, ob ich glücklich, aufgeregt oder vergnügt bin.
Item 6	I prefer to just let my feelings happen in the background, rather than focus on them.	Ich lasse meine Gefühle lieber im Hintergrund geschehen als mich auf sie zu konzentrieren.
Item 7	When I'm feeling <i>bad</i> , I can't talk about those feelings in much depth or detail.	Wenn ich mich <i>schlecht</i> fühle, kann ich nicht eingehend oder detailliert über diese Gefühle sprechen.
Item 8	When I'm feeling <i>bad</i> , I can't make sense of those feelings.	Wenn ich mich <i>schlecht</i> fühle, verstehe ich den Sinn dieser Gefühle nicht.
Item 9	I don't pay attention to my emotions.	Ich achte nicht auf meine Emotionen.
Item 10	When I'm feeling <i>good</i> , I can't talk about those feelings in much depth or detail.	Wenn ich mich <i>gut</i> fühle, kann ich nicht eingehend oder detailliert über diese Gefühle sprechen.
Item 11	When I'm feeling <i>good</i> , I can't make sense of those feelings.	Wenn ich mich <i>gut</i> fühle, verstehe ich den Sinn dieser Gefühle nicht.
Item 12	Usually, I try to avoid thinking about what I'm feeling.	Normalerweise versuche ich zu vermeiden darüber nachzudenken was ich fühle.
Item 13	When something <i>bad</i> happens, it's hard for me to put into words how I'm feeling.	Wenn etwas <i>Schlechtes</i> passiert, fällt es mir schwer, in Worte zu fassen, wie ich mich fühle.
Item 14	When I'm feeling <i>bad</i> , I get confused about what emotion it is.	Wenn ich mich <i>schlecht</i> fühle, bin ich verwirrt darüber, um welche Emotion es sich handelt.
Item 15	I prefer to focus on things I can actually see or touch, rather than my emotions.	Ich konzentriere mich lieber auf Dinge, die ich tatsächlich sehen oder anfassen kann, als auf meine Emotionen.
Item 16	When something <i>good</i> happens, it's hard for me to put into words how I'm feeling.	Wenn etwas <i>Gutes</i> passiert, fällt es mir schwer, in Worte zu fassen, wie ich mich fühle.

	Perth Alexithymia Questionnaire (Preece et al., 2018)	German translation of PAQ (Kaemmerer et al., 2021)
Item 17	When I'm feeling <i>good</i> , I get confused about what emotion it is.	Wenn ich mich <i>gut</i> fühle, bin ich verwirrt darüber, um welche Emotion es sich handelt.
Item 18	I don't try to be 'in touch' with my emotions.	Ich versuche nicht, in engem Kontakt mit meinen Gefühlen zu sein.
Item 19	When I'm feeling <i>bad</i> , if I try to describe how I'm feeling I don't know what to say.	Wenn ich mich <i>schlecht</i> fühle und versuche zu beschreiben, wie ich mich fühle, weiß ich nicht was ich sagen soll.
Item 20	When I'm feeling <i>bad</i> , I'm puzzled by those feelings.	Wenn ich mich <i>schlecht</i> fühle, sind diese Gefühle ein Rätsel für mich.
Item 21	It's not important for me to know what I'm feeling.	Es ist nicht wichtig für mich zu wissen, was ich fühle.
Item 22	When I'm feeling <i>good</i> , if I try to describe how I'm feeling I don't know what to say.	Wenn ich mich <i>gut</i> fühle und versuche zu beschreiben, wie ich mich fühle, weiß ich nicht was ich sagen soll.
Item 23	When I'm feeling <i>good</i> , I'm puzzled by those feelings.	Wenn ich mich <i>gut</i> fühle, sind diese Gefühle ein Rätsel für mich.
Item 24	It's strange for me to think about my emotions.	Ich finde es merkwürdig, über meine Emotionen nachzudenken.

Note. Translation method: TRAPD (Harkness, 2003; Zavala-Rojas, 2017).

2. Scoring instructions for the original English-version of the PAQ (Identical procedure for the German version of the PAQ)

Alexithymia is a multidimensional construct comprised of three components: difficulty identifying one's own feelings (DIF); difficulty describing feelings (DDF); and an externally orientated thinking style (EOT) whereby one tends to not focus their attention on their emotions. In other words, people with high levels of alexithymia have difficulty focusing *attention* on their emotional states (EOT), and difficulty accurately *appraising* what those states are (DIF, DDF) (Preece et al., 2017; Sifneos, 1973).

The PAQ (Preece et al., 2018) is a 24-item self-report measure of alexithymia. It is designed to assess all components of alexithymia, and do so across negative and positive emotions. Five subscale scores and six composite scores can be derived from the measure, with higher scores indicating higher levels of alexithymia. For more information about the psychometric properties of the PAQ, see Preece et al. (2018, 2020a, 2020b, 2020c) and Greene et al. (2020a, 2020b).

The table below describes each of the PAQ subscale and composite scores and how to calculate them. We have also created an Excel 'auto-scorer' spreadsheet that assists with the scoring of the PAQ. A copy of the Excel auto-scorer can be downloaded here: <https://www.researchgate.net/publication/329058432>. This Excel spreadsheet also includes some normative data to assist with the interpretation of PAQ scores. Our plan is to continue to update this Excel auto-scorer as new normative data become available.

Subscale /composite scores	How to calculate	Content measured
Subscale scores		

Negative-Difficulty identifying feelings (N-DIF)	Sum items 2, 8, 14, 20	Difficulty identifying, understanding, and differentiating between one's own <i>negative</i> feelings.
Positive-Difficulty identifying feelings (P-DIF)	Sum items 5, 11, 17, 23	Difficulty identifying, understanding, and differentiating between one's own <i>positive</i> feelings.
Negative-Difficulty describing feelings (N-DDF)	Sum items 1, 7, 13, 19	Difficulty describing and communicating one's own <i>negative</i> feelings.
Positive-Difficulty describing feelings (P-DDF)	Sum items 4, 10, 16, 22	Difficulty describing and communicating one's own <i>positive</i> feelings.
General-Externally orientated thinking (G-EOT)	Sum items 3, 6, 9, 12, 15, 18, 21, 24	Tendency to not focus attention on one's own emotions (negative and positive).
Composite scores		
General-Difficulty identifying feelings (G-DIF)	Sum N-DIF and P-DIF subscales	Difficulty identifying, understanding, and differentiating between one's own feelings (negative and positive).
General-Difficulty describing feelings (G-DDF)	Sum N-DDF and P-DDF subscales	Difficulty describing and communicating one's own feelings (negative and positive).
Negative-Difficulty appraising feelings (N-DAF)	Sum N-DIF and N-DDF subscales	Difficulty identifying and describing (i.e., appraising) one's own <i>negative</i> feelings
Positive-Difficulty appraising feelings (P-DAF)	Sum P-DIF and P-DDF subscales	Difficulty identifying and describing (i.e., appraising) one's own <i>positive</i> feelings
General-Difficulty appraising feelings (G-DAF)	Sum N-DIF, P-DIF, N-DDF and P-DDF subscales	Difficulty identifying and describing (i.e., appraising) one's own feelings (negative and positive)
Alexithymia (ALEXI; total scale score)	Sum all items	Overall alexithymia; difficulty focusing attention on and appraising one's own feelings (negative and positive).

3. PAQ Descriptive Statistics

Some descriptive statistics and Cronbach's alpha reliability coefficients from an Australian adult general community sample ($N = 748$; Preece et al., 2018) are provided in the table below.

	Total Sample ($N = 748$)				Females ($N = 468$)			Males ($N = 280$)	
Subscale/ Composite	<i>M</i>	<i>SD</i>	Cronbach's alpha		<i>M</i>	<i>SD</i>		<i>M</i>	<i>SD</i>
Subscales									
N-DIF	13.38	6.41	0.89		14.03	6.57		12.28	5.98
P-DIF	11.30	5.76	0.89		11.38	6.08		11.18	5.20
N-DDF	15.35	6.89	0.91		15.80	7.00		14.60	6.63
P-DDF	12.97	6.12	0.90		12.72	6.24		13.38	5.90
G-EOT	28.97	11.19	0.90		27.92	11.35		30.74	10.72
Composites									
G-DIF	23.68	11.28	0.92		25.41	11.57		23.45	10.68
G-DDF	28.32	12.16	0.93		28.52	12.30		27.98	11.92
N-DAF	28.73	12.71	0.94		29.83	13.07		26.88	11.89
P-DAF	24.27	11.39	0.94		24.1	11.95		24.55	10.41

G-DAF	52.99	22.58	0.96		53.93	23.23		51.43	21.39
ALEXI (total scale)	81.97	30.91	0.96		81.84	31.92		82.17	29.15

Score Interpretations

To interpret PAQ scores we recommend that a respondent's score be compared to scores from an appropriate normative sample. Alexithymia is a dimensional (rather than categorical) construct that is normally distributed in the general population, so alexithymia scores are best thought of as existing on a continuum. Everyone has some level of alexithymia, whether that be a low, average, or high level. The number of standard deviations (SDs) a respondent's score is from the mean of an appropriate normative sample indicates the degree of alexithymia. We interpret PAQ scores in the following way, keeping in mind that higher scores indicate a higher level of alexithymia:

- Scores **1SD or more above** the mean = “high level of alexithymia”
- Scores **less than 1SD** from the mean = “average level of alexithymia”
- Scores **1SD or more below** the mean = “low level of alexithymia”

Note: There exists no German normative sample, yet, for the interpretation of the G-PAQ.

Contacts

If you have any questions or comments about the PAQ, or would like to collaborate with us on some research, please feel free to contact us: Dr. David Preece (david.preece@curtin.edu.au), Associate Professor Rodrigo Becerra (rodrigo.becerra@uwa.edu.au), Dr. Ken Robinson (k.robinson@ecu.edu.au), Associate Professor Justine Dandy (j.dandy@ecu.edu.au), Professor Alfred Allan (a.allan@ecu.edu.au).

References

- Harkness, J. A. (2003). Questionnaire Translation. In Cross-Cultural Survey Methods, edited by J. A. Harkness, F. van de Vijver & P. Ph. Mohler. Hoboken, NJ: Wiley.
- Preece, D., Becerra, R., Robinson, K., Dandy, J., & Allan, A. (2018). The psychometric assessment of alexithymia: Development and validation of the Perth Alexithymia Questionnaire. *Personality and Individual Differences*, 132, 32-44. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2018.05.011>
- Zavala-Rojas, D. (2017). *Report of the state of the art on tools in computational linguistics and computer-aided translation for enhancing survey translation*. Retrieved from <https://seriss.eu/resources/deliverables/>

PAQ in German

Name:

Datum:

In diesem Fragebogen wird erfasst, wie Sie Ihre Emotionen wahrnehmen und erleben. Bitte geben Sie für die folgenden Aussagen an, **wie sehr Sie zustimmen oder nicht zustimmen, dass diese auf Sie zutreffen**. Kreisen Sie eine Antwort für jede Aussage ein.

In einigen Fragen geht es um schlechte oder unangenehme Emotionen wie Traurigkeit, Wut oder Angst. In einigen Fragen geht es um gute oder angenehme Emotionen wie Glück, Vergnügen oder Aufgeregtheit.

		Stimme überhau pt nicht zu	----	----	Weder noch	----	----	Stimme vollkom men zu
1	Wenn ich mich <i>schlecht</i> fühle (eine unangenehme Emotion fühle), kann ich nicht die richtigen Worte finden, um diese Gefühle zu beschreiben.	1	2	3	4	5	6	7
2	Wenn ich mich <i>schlecht</i> fühle, weiß ich nicht, ob ich traurig bin, wütend bin oder Angst habe.	1	2	3	4	5	6	7
3	Ich neige dazu, zu ignorieren wie ich mich fühle.	1	2	3	4	5	6	7
4	Wenn ich mich <i>gut</i> fühle (eine angenehme Emotion fühle), kann ich nicht die richtigen Worte finden, um diese Gefühle zu beschreiben.	1	2	3	4	5	6	7
5	Wenn ich mich <i>gut</i> fühle, weiß ich nicht, ob ich glücklich, aufgeregt oder vergnügt bin.	1	2	3	4	5	6	7
6	Ich lasse meine Gefühle lieber im Hintergrund geschehen als mich auf sie zu konzentrieren.	1	2	3	4	5	6	7
7	Wenn ich mich <i>schlecht</i> fühle, kann ich nicht eingehend oder detailliert über diese Gefühle sprechen.	1	2	3	4	5	6	7
8	Wenn ich mich <i>schlecht</i> fühle, verstehe ich den Sinn dieser Gefühle nicht.	1	2	3	4	5	6	7
9	Ich achte nicht auf meine Emotionen.	1	2	3	4	5	6	7
10	Wenn ich mich <i>gut</i> fühle, kann ich nicht eingehend oder detailliert über diese Gefühle sprechen.	1	2	3	4	5	6	7
11	Wenn ich mich <i>gut</i> fühle, verstehe ich den Sinn dieser Gefühle nicht.	1	2	3	4	5	6	7
12	Normalerweise versuche ich zu vermeiden darüber nachzudenken was ich fühle.	1	2	3	4	5	6	7

		Stimme überhau pt nicht zu	----	----	Weder noch	----	----	Stimme vollkom men zu
13	Wenn etwas <i>Schlechtes</i> passiert, fällt es mir schwer, in Worte zu fassen, wie ich mich fühle.	1	2	3	4	5	6	7
14	Wenn ich mich <i>schlecht</i> fühle, bin ich verwirrt darüber, um welche Emotion es sich handelt.	1	2	3	4	5	6	7
15	Ich konzentriere mich lieber auf Dinge, die ich tatsächlich sehen oder anfassen kann, als auf meine Emotionen.	1	2	3	4	5	6	7
16	Wenn etwas <i>Gutes</i> passiert, fällt es mir schwer, in Worte zu fassen, wie ich mich fühle.	1	2	3	4	5	6	7
17	Wenn ich mich <i>gut</i> fühle, bin ich verwirrt darüber, um welche Emotion es sich handelt.	1	2	3	4	5	6	7
18	Ich versuche nicht, in engem Kontakt mit meinen Gefühlen zu sein.	1	2	3	4	5	6	7
19	Wenn ich mich <i>schlecht</i> fühle und versuche zu beschreiben, wie ich mich fühle, weiß ich nicht was ich sagen soll.	1	2	3	4	5	6	7
20	Wenn ich mich <i>schlecht</i> fühle, sind diese Gefühle ein Rätsel für mich.	1	2	3	4	5	6	7
21	Es ist nicht wichtig für mich zu wissen, was ich fühle.	1	2	3	4	5	6	7
22	Wenn ich mich <i>gut</i> fühle und versuche zu beschreiben, wie ich mich fühle, weiß ich nicht was ich sagen soll.	1	2	3	4	5	6	7
23	Wenn ich mich <i>gut</i> fühle, sind diese Gefühle ein Rätsel für mich.	1	2	3	4	5	6	7
24	Ich finde es merkwürdig, über meine Emotionen nachzudenken.	1	2	3	4	5	6	7