

Injury-Psychological Readiness to Return to Sport (I-PRRS)-Skala

Bitte bewerten Sie Ihre Zuversicht, in Ihren Sport zurückkehren zu können, auf einer Skala von 0–100, wobei „0 = keine Zuversicht“, „50 = mäßige Zuversicht“ und „100 = höchste Zuversicht“ zum aktuellen Zeitpunkt bedeutet.

Bewertung	Wert
Meine allgemeine Zuversicht zu spielen liegt bei	_____
Meine Zuversicht, ohne Schmerzen zu spielen, liegt bei	_____
Meine Zuversicht, 100 Prozent geben zu können, liegt bei	_____
Meine Zuversicht, mich nicht auf meine Verletzung zu konzentrieren, liegt bei	_____
Meine Zuversicht, dass mein verletztes Schultergelenk den Anforderungen meiner Sportart standhält, liegt bei	_____
Meine Zuversicht, meine Leistungsfähigkeit abrufen zu können, liegt bei	_____
Gesamtwert	_____