



findyourneurotype

SAMPLE REPORT

PREMIUM REPORT

Alexithymie-Test (TAS-20)

Neurodevelopmental Screening Report

PREPARED FOR

Kenji Tanaka

Report date: März 16, 2026



Table of Contents

Click any section below to jump straight to it.

01	Overview & Score	Page 3
02	Category Breakdown	Page 3
03	Your Responses	Page 3
04	AI Interpretation by Claude	Page 5
05	Recommendations	Page 6
06	Important Notice	Page 6



Alexithymie-Test (TAS-20)

Neurodevelopmental Screening Report

57
/ 80
Score

71%
Percentage

Possible Alexithymia
Result
Some difficulty identifying or describing emotions. Common in neurodivergent profiles.

Category Breakdown

Category	Distribution	Pts
DIF		22
DDF		18
EOT		17

Your Responses

Each answer contributed to your score.

#	Question	Your answer	Pts
1	Ich bin oft verwirrt darüber, welche Emotion ich gerade fühle. DIF	Stimme zu	3
2	Es fällt mir schwer, die richtigen Worte für meine Gefühle zu finden. DDF	Neutral	2



#	Question	Your answer	Pts
3	Ich habe körperliche Empfindungen, die selbst Ärzte nicht verstehen. DIF	Neutral	2
4	Ich bin in der Lage, meine Gefühle leicht zu beschreiben. DDF	Stimme zu	1
5	Ich analysiere Probleme lieber, als sie nur zu beschreiben. EOT	Neutral	2
6	Wenn ich aufgewühlt bin, weiß ich nicht, ob ich traurig, ängstlich oder wütend bin. DIF	Stimme zu	3
7	Ich bin oft verwirrt von Empfindungen in meinem Körper. DIF	Stimme zu	3
8	Ich lasse Dinge lieber geschehen, als zu verstehen, warum. EOT	Stimme zu	3
9	Ich habe Gefühle, die ich nicht genau identifizieren kann. DIF	Neutral	2
10	Mit den eigenen Gefühlen in Kontakt zu sein, ist wesentlich. DIF	Stimme zu	1
11	Ich finde es schwer zu beschreiben, wie ich mich gegenüber anderen fühle. DDF	Stimme zu	3
12	Leute sagen mir, ich solle meine Gefühle mehr beschreiben. DDF	Stimme zu	3
13	Ich weiß nicht, was emotional in mir vorgeht. DIF	Stimme zu	3
14	Ich weiß oft nicht, warum ich weine.	Stimme zu	3



#	Question	Your answer	Pts
	DIF		
15	Dinge zu imaginieren ist mir weniger wichtig als sie zu analysieren. EOT	Stimme zu	3
16	Ich finde es einfach, mentale Bilder von Dingen zu erstellen. EOT	Stimme zu	1
17	Ich bin verblüfft von meinen eigenen körperlichen Empfindungen. DIF	Stimme zu	3
18	Ich denke selten an meine Zukunft. EOT	Neutral	2
19	Ich bin manchmal von meinen eigenen emotionalen Reaktionen überrascht. DIF	Stimme zu	3
20	Ich bevorzuge es, mich auf eine Aktivität zu konzentrieren, statt über ausgelöste Gefühle nachzudenken. EOT	Stimme zu	3



AI Interpretation by Claude (Anthropic)
claude-sonnet-5

Vielen Dank, dass Sie sich die Zeit genommen haben, den TAS-20-Fragebogen auszufüllen und sich mit einem so persönlichen Thema auseinanderzusetzen. Sich selbst und die eigene innere Erlebniswelt genauer zu betrachten, erfordert Mut und Offenheit. Ihr Ergebnis von 57 von 80 Punkten (71,3 %) deutet darauf hin, dass Sie sich in Bereichen wiedererkennen, die mit dem Erkennen und Beschreiben von Gefühlen zu tun haben. Bitte wissen Sie: Viele Menschen erleben ähnliche Schwierigkeiten, und dies ist weder ungewöhnlich noch etwas, wofür man sich schämen müsste. Gefühle sind komplex, und nicht jeder wurde im Laufe seines Lebens dabei unterstützt, einen leichten Zugang zu ihnen zu entwickeln.



Der Begriff „Alexithymie“ beschreibt vereinfacht gesagt eine Tendenz, eigene Emotionen schwerer wahrzunehmen, einzuordnen oder in Worte zu fassen. Ihre Werte in den Unterbereichen zeigen, dass sowohl das Identifizieren von Gefühlen (DIF: 22) als auch das Beschreiben von Gefühlen gegenüber anderen (DDF: 18) sowie ein eher extern orientiertes Denken (EOT: 17) eine Rolle spielen. Das bedeutet nicht, dass Sie „gefühllos“ sind oder etwas an Ihnen „nicht stimmt“ – es zeigt lediglich ein Muster, wie Sie derzeit mit inneren Erlebnissen umgehen. Solche Muster können sich mit der Zeit und mit gezielter Übung durchaus verändern.

Ein erster, sanfter Schritt kann sein, täglich kurz innezuhalten und sich zu fragen: „Was fühle ich gerade – und wo im Körper spüre ich das?“ Auch das Führen eines einfachen Gefühlstagebuchs kann helfen, Emotionen nach und nach klarer zu benennen. Manche Menschen profitieren zudem davon, mit vertrauten Personen bewusst über innere Zustände zu sprechen, auch wenn es anfangs ungewohnt erscheint – Übung schafft hier oft mehr Leichtigkeit.

Bitte denken Sie daran, dass dieses Screening kein klinisches Diagnoseinstrument ist, sondern lediglich erste Hinweise liefern kann. Es ersetzt keine fundierte Einschätzung durch eine qualifizierte Fachperson, etwa aus der Psychotherapie oder Psychologie. Ein Gespräch mit einer solchen Fachperson kann Ihnen helfen, Ihre Ergebnisse einzuordnen und – falls gewünscht – Wege zu finden, Ihren Zugang zu Gefühlen weiter zu vertiefen. Sie sind auf einem guten Weg, sich selbst besser kennenzulernen, und das verdient Anerkennung.

Recommendations

Working with a psychologist trained in emotional awareness can be very helpful.

Important Notice

This report is a screening tool only and does not constitute a medical or psychological diagnosis.

This test does not replace a professional evaluation. For a reliable diagnosis, please consult a neuropsychologist, psychiatrist, or qualified healthcare professional.