

Kære projektdeltager

Dette spørgeskema er udformet med henblik på at hjælpe lægen med at finde ud af, hvordan du har det. Læs hvert spørgsmål og sæt kryds ved det svar, der bedst beskriver, hvordan du har haft det følelsesmæssigt inden for **den sidste uge**. Tænk ikke for længe over svaret, det første der falder dig ind, er det vigtigste i dette skema.

Fulde navn:

Dato:

A 1. Jeg er anspændt eller stresset.		D 8. Jeg føler det som om, jeg fungerer langsommere.	
Det meste af tiden	3	Næsten hele tiden	3
Meget af tiden	2	Meget ofte	2
Engang imellem	1	Somme tider	1
Overhovedet ikke	0	Overhovedet ikke	0
D 2. Jeg glæder mig stadig over de ting, jeg plejede at glæde mig over.		A 9. Jeg får en slags bange fornemmelse, lige som "sommerfugle" i maven.	
Helt bestemt	0	Overhovedet ikke	0
Ikke helt så meget	1	Ikke ofte	1
Kun lidt	2	Ret ofte	2
Næsten ikke	3	Meget ofte	3
A 3. Jeg får en skræmmende fornemmelse, som om noget forfærdeligt skal til at ske.		D 10. Jeg har mistet interessen for mit udseende.	
Helt bestemt og temmelig slemt	3	Helt bestemt	3
Ja, men ikke alt for slemt	2	Jeg er ikke helt så omhyggelig, som jeg burde være	2
En smule, men det bekymrer mig ikke	1	Måske interesserer det mig knap så meget som før	1
Overhovedet ikke	0	Jeg er lige så omhyggelig som før	0
D 4. Jeg kan le og se tingene fra den morsomme side.		A 11. Jeg føler mig rastløs, som om jeg hele tiden skal være i gang.	
Lige så meget som jeg altid har kunnet	0	I udtalt grad	3
Ikke helt så meget nu	1	En hel del	2
Bestemt ikke så meget nu	2	Ikke så ofte	1
Overhovedet ikke	3	Overhovedet ikke	0
A 5. Bekymrende tanker strejfer mig.		D 12. Jeg ser med glæde frem til tingene.	
En meget stor del af tiden	3	Lige så meget, som jeg altid har gjort	0
Meget af tiden	2	En del mindre, end jeg plejer	1
Engang imellem, men ikke så tit	1	Bestemt mindre, end jeg plejer	2
Kun engang imellem	0	Næsten ikke	3
D 6. Jeg er i godt humør.		A 13. Jeg får pludselige fornemmelser af panik.	
Overhovedet ikke	3	Absolut meget ofte	3
Ikke ofte	2	Temmelig ofte	2
Nogle gange	1	Ikke ret tit	1
Det meste af tiden	0	Overhovedet ikke	0
A 7. Jeg kan sidde roligt og føle mig afslappet.		D 14. Jeg kan nyde en god bog, et radio- eller TV-program	
Helt bestemt	0	Oft	0
For det meste	1	Nogle gange	1
Ikke ofte	2	Ikke ofte	2
Overhovedet ikke	3	Meget sjældent	3