

Инструкция: Пожалуйста, выберите те варианты ответов, которые наиболее точно соответствуют Вашему состоянию. Отметьте номер Вашего ответа на «бланке ответов».

	Крайне редко	Редко	Часто	Большую часть времени или постоянно
1. Я чувствую угнетённость, подавленность	1	2	3	4
2. Я лучше всего чувствую себя утром	1	2	3	4
3. Я много плачу	1	2	3	4
4. Я плохо сплю ночью	1	2	3	4
5. Я ем столько же, сколько и раньше	1	2	3	4
6. Я получаю удовольствие от того, что смотрю, общаюсь или нахожусь среди привлекательных мужчин/женщин	1	2	3	4
7. Я заметно теряю массу тела	1	2	3	4
8. Меня беспокоят запоры	1	2	3	4
9. Мое сердце бьётся чаще, чем обычно	1	2	3	4
10. Я чувствую усталость без видимой на то причины	1	2	3	4
11. Я мыслю так же чётко, как и раньше	1	2	3	4
12. Мне легко выполнять привычную деятельность	1	2	3	4
13. Я беспокоен и не нахожу себе места	1	2	3	4
14. Я полон светлых надежд на будущее	1	2	3	4
15. Я более раздражителен, чем раньше	1	2	3	4
16. Мне легко принимать решения	1	2	3	4
17. Я чувствую, что я полезен и нужен людям	1	2	3	4
18. Я живу полной и интересной жизнью	1	2	3	4
19. Я считаю, что другим было бы лучше, если бы я умер	1	2	3	4
20. Я по-прежнему получаю удовольствие от того, что мне нравилось и раньше	1	2	3	4