

Bitte lesen Sie die folgenden Fragen sorgfältig durch.
Je nach Ihrer überwiegenden Befindlichkeit in den vergangenen Wochen
kreuzen Sie bitte "ja" oder "nein" an.

- | Seit einigen Wochen ...: | ja | nein |
|--|-----------------------|-----------------------|
| 1. Fühlen Sie sich fast durchgängig traurig, niedergeschlagen, hoffnungslos? | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 2. Haben Sie fast durchgängig das Interesse an nahezu allen Dingen verloren, empfinden keine Freude mehr, z.B. auch an Dingen, die Ihnen gewöhnlich Freude bereiten? | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 3. Fühlen Sie sich ständig müde, abgeschlagen und erschöpft, ohne Energie, auch wenn Sie nicht besonders schwer gearbeitet haben? | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 4. Haben Sie Ihren Appetit verloren oder erheblich an Gewicht abgenommen? Schmeckt es Ihnen nicht mehr so wie früher? | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 5. Leiden Sie fast täglich unter Schlafstörungen (Einschlaf-, Durchschlafstörungen oder frühmorgendlichem Erwachen)? | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 6. Sprechen und bewegen Sie sich langsamer als sonst? Oder leiden Sie im Gegenteil an einer inneren Unruhe, so dass Sie nicht still sitzen können und auf und ab gehen müssen? | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 7. Hat sich Ihr sexuelles Verlangen stark vermindert oder ist es gar nicht mehr vorhanden? | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 8. Haben Sie kein Selbstvertrauen mehr, fühlen Sie sich wertlos, schuldig oder machen Sie sich übertriebene Selbstvorwürfe? | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 9. Haben Sie Schwierigkeiten, sich zu konzentrieren, sich Dinge zu merken oder fallen Ihnen ganz alltägliche Entscheidungen schwer? | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 10. Denken Sie häufig über den Tod nach oder daran, sich das Leben zu nehmen? | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |

Summe der Ja-Antworten:

Auswertung:

Zählen Sie alle Ja-Antworten zusammen. Bei mehr als vier Antworten mit Ja leiden Sie wahrscheinlich unter einer typischen Depression. Bitte bedenken Sie jedoch, dass die Auswertung des Fragebogens noch keine eindeutige Diagnose ist, diese kann nur ein psychologisch ausgebildeter Therapeut oder Arzt stellen.