**WBI-5 kérdőív**

**Kérjük olvassa el a kérdőív állításait és húzza alá, hogy az adott kijelentés mennyire jellemző Önre.**

1. **Az elmúlt két hét során érezte-e magát vidámnak és jókedvűnek?**

Egyáltalán nem jellemző Alig jellemző Jellemző Teljesen jellemző

1. **Az elmúlt két hét során érezte-e magát nyugodtnak és ellazultnak?**

Egyáltalán nem jellemző Alig jellemző Jellemző Teljesen jellemző

1. **Az elmúlt két hét során érezte-e magát aktívnak és élénknek?**

Egyáltalán nem jellemző Alig jellemző Jellemző Teljesen jellemző

1. **Az elmúlt két hét során érezte-e magát ébredéskor frissnek és élénknek?**

Egyáltalán nem jellemző Alig jellemző Jellemző Teljesen jellemző

1. **Az elmúlt két hét során a napjai tele voltak számára érdekes dolgokkal?**

Egyáltalán nem jellemző Alig jellemző Jellemző Teljesen jellemző

**PHQ-9 kérdőív**

**Kérjük olvassa el a kérdőív állításait és húzza alá, hogy az adott panasz milyen gyakran okozott Önnek gondot.**

**Az elmúlt két hétben milyen gyakran okoztak Önnek gondot az alábbi panaszok?**

1. **Kevés érdeklődés vagy örömérzés tevékenységei során**

Egyszer sem Néhány napig A napok több, mint felében Majdnem minden nap

1. **Szomorúság, lehangoltság vagy reménytelenség**

Egyszer sem Néhány napig A napok több, mint felében Majdnem minden nap

1. **Nehezen tud elaludni, éjszaka könnyen felébred, vagy túl sokat alszik**

Egyszer sem Néhány napig A napok több, mint felében Majdnem minden nap

1. **Fáradtság vagy kevés energia**

Egyszer sem Néhány napig A napok több, mint felében Majdnem minden nap

1. **Rossz étvágy vagy túlzott evés**

Egyszer sem Néhány napig A napok több, mint felében Majdnem minden nap

1. **Rossz érzések saját magával kapcsolatban, vagy olyan gondolatok, hogy Ön sikertelen, vagy csalódást okozott önmaga vagy családja számára**

Egyszer sem Néhány napig A napok több, mint felében Majdnem minden nap

1. **Koncentrálási nehézségek, például újságolvasás vagy tévénézés közben**

Egyszer sem Néhány napig A napok több, mint felében Majdnem minden nap

1. **Mozgása vagy beszéde annyira lelassult, hogy mások is észrevehették, vagy ellenkezőleg, olyan nyugtalan volt, hogy a szokásosnál sokkal többet mozgott**

Egyszer sem Néhány napig A napok több, mint felében Majdnem minden nap

1. **Olyan gondolatok, hogy jobb lenne meghalni, vagy hogy valamilyen módon kárt tehetne önmagában**

Egyszer sem Néhány napig A napok több, mint felében Majdnem minden nap