

G.D.S.

Naam :

Geboortedatum :-....-.....

Datum invullen:-....-.....

Deze vragenlijst bestaat uit vragen waarop u met "Ja" of "Nee" kunt antwoorden.

Het is de bedoeling dat u de vragen leest en bedenkt welk antwoord u hierop zult geven.

U geeft het antwoord dat het best weergeeft hoe u zich de afgelopen week, met vandaag erbij, gevoeld heeft.

Om het door u gekozen antwoord zet u dan een cirkeltje.

Voorbeeld:

Vindt u het mooi weer vandaag?

Ja

Nee

In dit voorbeeld vindt degene die de vraag beantwoordt dat het mooi weer is.

Het is belangrijk dat u alle 30 vragen beantwoordt.

NB. Zet een cirkeltje om het antwoord dat op u van toepassing is.

- | | | |
|--|-----------|------------|
| 1. Bent u innerlijk tevreden met uw leven? | Ja | Nee |
| 2. Bent u met veel activiteiten en interesses opgehouden? | Ja | Nee |
| 3. Hebt u het gevoel dat uw leven leeg is? | Ja | Nee |
| 4. Verveelt u zich vaak? | Ja | Nee |
| 5. Hebt u hoop op de toekomst? | Ja | Nee |
| 6. Piekert u over dingen die u niet uit uw hoofd kunt zetten? | Ja | Nee |
| 7. Hebt u meestal een goed humeur? | Ja | Nee |
| 8. Bent u bang dat u iets naars zal overkomen? | Ja | Nee |
| 9. Voelt u zich meestal wel gelukkig? | Ja | Nee |
| 10. Voelt u zich vaak hopeloos? | Ja | Nee |
| 11. Bent u vaak rusteloos of zenuwachtig? | Ja | Nee |
| 12. Blijft u liever thuis dan uit te gaan en nieuwe dingen te doen? | Ja | Nee |
| 13. Piekert u vaak over de toekomst? | Ja | Nee |
| 14. Hebt u het gevoel dat u meer moeite heeft met het geheugen dan anderen? | Ja | Nee |
| 15. Vindt u het fijn om te leven? | Ja | Nee |

NB. Zet een cirkeltje om het antwoord dat op u van toepassing is.

- | | | |
|---|-----------|------------|
| 16. Voelt u zich vaak down en in de put? | Ja | Nee |
| 17. Voelt u zich nogal waardeloos op het ogenblik? | Ja | Nee |
| 18. Piekert u veel over het verleden? | Ja | Nee |
| 19. Vindt u het leven opwindend? | Ja | Nee |
| 20. Is het voor u moeilijk om met nieuwe dingen te beginnen? | Ja | Nee |
| 21. Voelt u zich energiek? | Ja | Nee |
| 22. Hebt u het gevoel dat uw situatie hopeloos is? | Ja | Nee |
| 23. Denkt u dat de meeste mensen het beter hebben dan u? | Ja | Nee |
| 24. Windt u zich vaak op over kleinigheden? | Ja | Nee |
| 25. Hebt u vaak het gevoel dat u zou willen huilen? | Ja | Nee |
| 26. Kost het u moeite om ergens uw aandacht bij te houden? | Ja | Nee |
| 27. Staat u 's ochtends met plezier op? | Ja | Nee |
| 28. Geeft u er de voorkeur aan gezelschap te vermijden? | Ja | Nee |
| 29. Is het gemakkelijk voor u om beslissingen te nemen? | Ja | Nee |
| 30. Voelt u zich even helder als gewoonlijk? | Ja | Nee |