

EPDS-UPITNIK (bosnia)

Budite ljubazni i zaokružite odgovor koji najbolje odgovara vašem raspoloženju u posljednjih sedam dana, tj ne samo vašem današnjem raspoloženju.

U posljednjih sedam dana:

1. Mogao/la sam se smijati i posmatrati život sa njegove svijetle strane
 0. Jednako dobro kao i obično
 1. Gotovo jednako dobro kao i obično
 2. Mnogo manje nego obično
 3. Nisam uopšte
2. Radovao/la sam se stvarima koje će se desiti
 0. Jednako mnogo kao i obično
 1. Nešto manje nego obično
 2. Mnogo manje nego obično
 3. Nisam uopšte
3. Kad je nešto išlo naopako preuzeo/la sam nepotrebno mnogo krivice na sebe
 0. Da, uglavnom
 1. Da, ponekad
 2. Ne, ne tako često
 3. Ne, nikad
4. Osjećao/la sam se uplašen i zabrinut bez nekog stvarnog razloga
 0. Ne, nisam uopšte
 1. Ne, skoro nikako
 2. Da, ponekad
 3. Da, veoma često
5. Osjećao/la sam se prestrašen ili uspaničen bez nekog stvarnog razloga
 0. Da, veoma često
 1. Da, ponekad
 2. Ne, prilično rijetko
 3. Ne, nisam uopšte
6. Nagomilalo mi se previše obaveza
 0. Da, najčešće se nisam mogao/la uhvatiti u koštac ni sa čim
 1. Da, ponekad nisam mogao/la riješiti neke stvari jednako dobro kao i obično
 2. Ne, uglavnom sam mogao/la riješiti sve stvari prilično dobro
 3. Ne, mogao/la sam sve riješiti baš kao i obično
7. Osjećao/la sam se tako tužan i nesretan da sam imao/la poteškoća sa spavanjem
 0. Da, najčešće
 1. Da, prilično često
 2. Ne, rijetko
 3. Ne, nikad

8. Bio/la sam tužan i potišten
 0. Da, najčešće
 1. Da, prilično često
 2. Ne, rijetko
 3. Ne, nikad

9. Osjećao/la sam se tako nesretan da sam plakao/la
 0. Da, gotovo uvijek
 1. Da, prilično često
 2. Samo ponekad
 3. Ne, nikad

10. Dešavalo se da sam razmišljao/la da samom/samoj sebi uradim nešto loše
 0. Da, veoma često
 1. Da, ponekad
 2. Gotovo nikad
 3. Nikad