

NAAM:

GEBOORTEDATUM:

DATUM:

EPDS (Nederlandse versie, vertaald door V.J.M. Pop, 1991)

De volgende vragen hebben betrekking op hoe u zich de afgelopen 7 dagen heeft gevoeld. Kruis dat antwoord aan dat het beste aangeeft hoe u zich voelde.

1. Ik heb kunnen lachen en de zonnige kant van de dingen kunnen inzien:  
 Zoveel als ik altijd kon  
 Niet zo veel nu als anders  
 Zeker niet zo veel nu als anders  
 Helemaal niet
2. Ik heb met plezier naar dingen uitgekeken:  
 Zoals altijd of meer  
 Wat minder dan ik gewend was  
 Absoluut minder dan ik gewend was  
 Nauwelijks
3. Ik heb mij zelf onnodig verwijten gemaakt als er iets fout ging:  
 Ja, heel vaak  
 Ja, soms  
 Niet erg vaak  
 Nee, nooit
4. Ik ben bang of bezorgd geweest zonder dat er een aanleiding was:  
 Nee, helemaal niet  
 Nauwelijks  
 Ja, soms  
 Ja, zeer vaak
5. Ik reageerde schrikachtig of paniekerig zonder echte goede reden:  
 Ja, tamelijk vaak  
 Ja, soms  
 Nee, niet vaak  
 Nooit
6. De dingen groeiden me boven het hoofd:  
 Ja, meestal was ik er niet tegen opgewassen  
 Ja, soms was ik minder goed tegen dingen opgewassen dan anders  
 Nee, meestal kon ik de dingen erg goed aan  
 Nee, ik kon alles even goed aan als anders
7. Ik voelde me zo ongelukkig dat ik er bijna niet van kon slapen:  
 Ja, meestal  
 Ja, soms  
 Niet vaak  
 Helemaal niet
8. Ik voelde me somber en beroerd:  
 Ja, bijna steeds  
 Ja, tamelijk vaak  
 Niet erg vaak  
 Nee, helemaal niet
9. Ik was zo ongelukkig dat ik heb zitten huilen:  
 Ja, heel vaak  
 Ja, tamelijk vaak  
 Alleen af en toe  
 Nee, nooit
10. Ik heb er aan gedacht om mezelf iets aan te doen:  
 Ja, tamelijk vaak  
 Soms  
 Nauwelijks  
 Nooit