

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