

### ALİŞTIRMA FORMU 13.1. Evinizdeki Terapist Depresyon Ölçeđi

Her maddede o belirtiyi geğtiğimiz hafta içerisinde ne ölçüde yaşadığınızı en iyi ifade eden sayıyı işaretleyin ya da yuvarlak içine alın.

	Hiç	Bazen	Sık Sık	ođu Zaman
1. zgn ya da depresif ruh hali	0	1	2	3
2. Suçluluk hissi	0	1	2	3
3. Huzursuz ruh hali	0	1	2	3
4. Her zamanki aktivitelere daha az ilgi duymak ya da onlardan daha az zevk almak	0	1	2	3
5. İnsanlardan uzaklaşmak ya da kaçınmak	0	1	2	3
6. Bir řeyleri yapmakta normalde daha fazla zorlanmak	0	1	2	3
7. Kendimi deđersiz görmek	0	1	2	3
8. Dikkati toplamada güçlük	0	1	2	3
9. Karar vermede zorlanmak	0	1	2	3
10. İntihar düřünceleri	0	1	2	3
11. Tekrar eden ölüm düřünceleri	0	1	2	3
12. Bir intihar planı üzerinde düřünerek zaman geçirmek	0	1	2	3
13. Kendimi beđenmemek	0	1	2	3
14. Geleceđi ümitsiz görmek	0	1	2	3
15. Kendimi eleřtirmeye yönelik düřünceler	0	1	2	3
16. Yorgunluk ya da enerji kaybı	0	1	2	3
17. Belirgin kilo kaybı ya da iştahta azalma (diyet yapmaya bağlı kilo kaybı hariç)	0	1	2	3
18. Uyku düzeninde deđiřim – uyumada güçlük, normalden daha az ya da çok uyumak	0	1	2	3
19. Cinsel istekte azalma	0	1	2	3
<b>Puan (maddelerin toplamı)</b>				

*Evinizdeki Terapist İkinci Baskı'dan alınmıştır. ©2016 Dennis Greenberger ve Christine A. Padesky. Bu kitabı satın alanlar bu alıştırma formunu ođaltabilirler.*