

DID

Name:

Datum:

Bitte kreuzen Sie die Aussage aus einer Gruppe an, die am besten auf Sie zutrifft. Wenn mehrere Aussagen aus einer Gruppe auf Sie zutreffen, dann kreuzen Sie die mit der höchsten Zahl an.

- (1) **Haben Sie sich in der letzten Woche traurig oder niedergeschlagen gefühlt?**
- 0 Nein, überhaupt nicht.
 - 1 Ja, ein kleinwenig.
 - 2 Ja, ich habe mich die meiste Zeit traurig oder niedergeschlagen gefühlt.
 - 3 Ja, ich habe mich fast die ganze Zeit sehr traurig oder niedergeschlagen gefühlt.
 - 4 Ja, ich war fast die ganze Zeit extrem niedergeschlagen.
- (2) **Wie viele Tage in den letzten 2 Wochen waren Sie niedergeschlagen?**
- 0 Keinen Tag.
 - 1 Wenige Tage.
 - 2 Ungefähr die Hälfte der Tage.
 - 3 Fast jeden Tag.
 - 4 Jeden Tag.
- (3) **Wie war Ihr Interesse an Ihren üblichen Aktivitäten in der letzten Woche?**
- 0 Ich habe kein Interesse an meinen üblichen Aktivitäten verloren.
 - 1 Ich war an 1 oder 2 meiner üblichen Aktivitäten weniger interessiert.
 - 2 Ich war an vielen meiner üblichen Aktivitäten weniger interessiert.
 - 3 Ich hatte kaum noch Interesse an den meisten meiner üblichen Aktivitäten.
 - 4 Ich hatte alles Interesse an allen meinen üblichen Aktivitäten verloren.
- (4) **An wie vielen Tagen in den letzten 2 Wochen waren Sie an Ihren üblichen Aktivitäten weniger interessiert?**
- 0 An keinem Tag.
 - 1 An wenigen Tagen.
 - 2 Ungefähr die Hälfte der Tage.
 - 3 Beinahe jeden Tag.
 - 4 Jeden Tag.
- (5) **Wie viel Freude konnten Sie aus Ihren üblichen Aktivitäten in der letzten Woche ziehen?**
- 0 Ich hatte soviel Freude wie immer.
 - 1 Ich hatte etwas weniger Freude an 1 oder 2 meiner üblichen Aktivitäten.
 - 2 Ich hatte weniger Freude an mehreren meiner üblichen Aktivitäten.
 - 3 Ich hatte fast keine Freude an den meisten meiner Aktivitäten die mir sonst Freude bereiten.
 - 4 Ich konnte keine Freude aus den Aktivitäten ziehen, die mir sonst Freude bereiten.
- (6) **An wie vielen Tagen in den letzten 2 Wochen haben Sie weniger Freude aus Ihren üblichen Aktivitäten gezogen?**
- 0 An keinem Tag.
 - 1 An wenigen Tagen.
 - 2 Ungefähr die Hälfte der Tage.
 - 3 Fast jeden Tag.
 - 4 Jeden Tag.
- (7) **Hatten Sie in der letzten Woche wenig Energie?**
- 0 Nein, überhaupt nicht.
 - 1 Ja, ich hatte gelegentlich etwas weniger Energie wie normal.
 - 2 Ja, ich hatte deutlich weniger Energie wie normal.
 - 3 Ja, ich hatte sehr viel weniger Energie wie normal.
 - 4 Ja, ich habe mich fast die ganze Zeit völlig erschöpft gefühlt.
- (8) **Wie war Ihr Ausmaß an körperlicher Ruhelosigkeit in der letzten Woche?**
- 0 Ich war nicht unruhiger und zappeliger wie üblich.
 - 1 Ich war ein kleinwenig unruhiger und zappeliger wie üblich.
 - 2 Ich war sehr zappelig, es war etwas schwierig für mich, still zu sitzen.
 - 3 Ich war extrem zappelig, und ich bin fast jeden Tag etwas umhergelaufen.
 - 4 Ich bin mehr als 1 Stunde am Tag umhergelaufen, ich war nicht in der Lage, still zu sitzen.

(9) Wie war Ihr Ausmaß an körperlicher Lebhaftigkeit in der letzten Woche?

- 0 Ich habe mich nicht langsamer bewegt wie gewöhnlich.
- 1 Ich habe mich etwas langsamer bewegt wie gewöhnlich.
- 2 Ich habe mich langsamer bewegt wie gewöhnlich, und ich habe länger wie üblich für viele Aktivitäten benötigt.
- 3 Normale Aktivitäten waren problematisch, da es schwierig war anzufangen.
- 4 Ich habe mich körperlich extrem verlangsamt gefühlt – „wie gelähmt“.

(10) Wurden Sie während der letzten Woche von Schuldgefühlen geplagt?

- 0 Nein, überhaupt nicht.
- 1 Ja, ich hatte gelegentlich Schuldgefühle.
- 2 Ja, ich wurde oft von Schuldgefühlen geplagt.
- 3 Ja, ich wurde oft von starken Schuldgefühlen geplagt.
- 4 Ja, ich habe mich extrem schuldig gefühlt.

(11) Wie war Ihr Selbstwertgefühl in der letzten Woche?

- 0 Mein Selbstwertgefühl war nicht erniedrigt.
- 1 Ab und zu war meine Meinung von mir etwas niedrig.
- 2 Ich habe oft gedacht, dass ich ein Versager bin.
- 3 Ich habe fast immer gedacht, dass ich ein Versager bin.
- 4 Ich habe von mir gedacht, dass ich eine völlig nutzlose und wertlose Person bin.

(12) Haben Sie in der letzten Woche über den Tod oder das Sterben nachgedacht?

- 0 Nein, überhaupt nicht.
- 1 Ja, ich habe gelegentlich gedacht, dass das Leben nicht lebenswert ist.
- 2 Ja, ich habe häufig über das Sterben in passiver Weise nachgedacht (z.B. einzuschlafen und nicht wieder aufzuwachen).
- 3 Ja, ich habe häufig an den Tod gedacht und das es anderen besser gehen würde, wenn ich tot wäre.
- 4 Ja, ich habe mir gewünscht, dass ich tot bin.

(13) Haben Sie in der letzten Woche darüber nachgedacht sich umzubringen?

- 0 Nein, überhaupt nicht.
- 1 Ja, ich hatte einen flüchtigen Gedanken, mich umzubringen.
- 2 Ja, ich dachte öfter daran, mich umzubringen, aber ich werde den Gedanken nicht ausführen.
- 3 Ja, ich habe ernsthaft daran gedacht, mich umzubringen.
- 4 Ja, ich habe mir genau überlegt (habe einen Plan), wie ich mich umbringen könnte.

(14) Wie gut konnten Sie sich in der letzten Woche konzentrieren?

- 0 Ich konnte mich so gut wie immer konzentrieren.
- 1 Meine Konzentration war etwas schlechter als sonst.
- 2 Meine Konzentration war nicht so gut wie üblich, ich hatte Schwierigkeiten meine Gedanken zu fassen, das hat aber nicht zu ernsthaften Problemen geführt.
- 3 Ich hatte andauernd Probleme mich zu konzentrieren, das hat meine gewöhnlichen Aktivitäten beeinträchtigt.
- 4 Es ist mir schwer gefallen mich zu konzentrieren, so dass selbst die einfachsten Dinge kaum zu erledigen waren.

(15) Hatten Sie in der letzten Woche Schwierigkeiten, Entscheidungen zu treffen?

- 0 Nein, überhaupt nicht.
- 1 Ja, Entscheidungen zu treffen war etwas schwieriger als üblich.
- 2 Ja, es war schwieriger und hat länger gedauert, aber ich habe sie getroffen.
- 3 Ja, ich war nicht in der Lage einige Entscheidungen zu treffen, die ich sonst hätte treffen können.
- 4 Ja, wichtige Dinge konnten nicht erledigt werden, da ich Probleme hatte, Entscheidungen zu treffen.

(16) Hat Ihr Appetit in der letzten Woche abgenommen?

- 0 Nein, überhaupt nicht.
- 1 Ja, mein Appetit hat im Vergleich zu sonst etwas abgenommen.
- 2 Ja, mein Appetit hat deutlich abgenommen, aber ich habe soviel wie sonst gegessen.
- 3 Ja, mein Appetit hat deutlich abgenommen, und ich habe weniger als gewöhnlich gegessen.
- 4 Ja, mein Appetit war sehr schlecht und ich musste mich zwingen, auch nur eine Kleinigkeit zu essen.

- (17) Wie viel haben Sie in der letzten Woche an Gewicht verloren (nicht durch eine Diät)?**
- 0 Nichts (bzw. nur aufgrund der Diät).
 - 1 1-2 kg.
 - 2 3-4 kg.
 - 3 5-7 kg.
 - 4 Mehr als 7 kg.
- (18) Hat Ihr Appetit in der letzten Woche zugenommen?**
- 0 Nein, überhaupt nicht.
 - 1 Ja, mein Appetit hat im Vergleich zu früher leicht zugenommen.
 - 2 Ja, mein Appetit hat im Vergleich zu früher deutlich zugenommen.
 - 3 Ja, mein Appetit ist im Vergleich zu früher bedeutend größer.
 - 4 Ja, ich habe mich die ganze Zeit hungrig gefühlt.
- (19) Wie viel haben Sie in der letzten Woche an Gewicht zugenommen?**
- 0 Nichts.
 - 1 1-2 kg.
 - 2 3-4 kg.
 - 3 5-7 kg.
 - 4 Mehr als 7 kg.
- (20) Haben Sie in der letzten Woche weniger geschlafen wie gewöhnlich?**
- 0 Nein, überhaupt nicht.
 - 1 Ja, ich hatte gelegentlich leichte Schlafschwierigkeiten.
 - 2 Ja, ich hatte deutlich weniger Schlaf wie gewöhnlich.
 - 3 Ja, ich hatte ungefähr nur die Hälfte an Schlaf wie gewöhnlich.
 - 4 Ja, ich habe weniger als 2 Stunden in der Nacht geschlafen.
- (21) Haben Sie in der letzten Woche mehr geschlafen als gewöhnlich?**
- 0 Nein, überhaupt nicht.
 - 1 Ja, ich habe gelegentlich mehr geschlafen wie gewöhnlich.
 - 2 Ja, ich habe regelmäßig mindestens 1 Stunde länger wie gewöhnlich geschlafen.
 - 3 Ja, ich habe regelmäßig mindestens 2 Stunde länger wie gewöhnlich geschlafen.
 - 4 Ja, ich habe regelmäßig mindestens 3 Stunde länger wie gewöhnlich geschlafen.
- (22) Haben Sie in der letzten Woche pessimistisch oder hoffnungslos in die Zukunft geblickt?**
- 0 Nein, überhaupt nicht.
 - 1 Ja, ich habe gelegentlich pessimistisch in die Zukunft geblickt.
 - 2 Ja, ich habe oft pessimistisch in die Zukunft geblickt.
 - 3 Ja, im Hinblick auf die Zukunft war ich die meiste Zeit sehr pessimistisch.
 - 4 Ja, ich hatte das Gefühl, dass es für die Zukunft keine Hoffnung gibt.