

DATUM: \_\_\_\_\_

## SDS\*

Bitte kreuzen Sie bei jeder Aussage nur dasjenige Kästchen mit der am ehesten zutreffenden Häufigkeit an. Beziehen Sie sich dabei ausschließlich auf die **letzten 7 Tage**.

		selten oder nie	manchmal	oft	meistens oder immer
1	<i>Ich fühle mich bedrückt, schwermütig und traurig.</i>	0	0	0	0
2	<i>Morgens fühle ich mich am besten.</i>	0	0	0	0
3	<i>Ich weine plötzlich oder mir ist oft nach Weinen zumute.</i>	0	0	0	0
4	<i>Ich kann nachts nicht schlafen.</i>	0	0	0	0
5	<i>Ich esse so viel wie früher.</i>	0	0	0	0
6	<i>Sex macht mir noch immer Freude.</i>	0	0	0	0
7	<i>Ich merke, dass ich an Gewicht abnehme.</i>	0	0	0	0
8	<i>Ich leide an Verstopfung.</i>	0	0	0	0
9	<i>Mein Herz schlägt schneller als gewöhnlich.</i>	0	0	0	0
10	<i>Ich werde grundlos müde.</i>	0	0	0	0
11	<i>Ich kann so klar denken wie immer.</i>	0	0	0	0
12	<i>Die Dinge gehen mir so leicht von der Hand wie immer.</i>	0	0	0	0
13	<i>Ich bin unruhig und kann nicht stillhalten.</i>	0	0	0	0
14	<i>Ich sehe voller Hoffnung in die Zukunft.</i>	0	0	0	0
15	<i>Ich bin gereizter als gewöhnlich.</i>	0	0	0	0
16	<i>Mir fällt es leicht, Entscheidungen zu treffen.</i>	0	0	0	0
17	<i>Ich glaube, dass ich nützlich bin und dass man mich braucht.</i>	0	0	0	0
18	<i>Mein Leben ist ziemlich ausgefüllt.</i>	0	0	0	0
19	<i>Ich habe das Gefühl, dass es für andere besser ist, wenn ich tot wäre.</i>	0	0	0	0
20	<i>Ich tue Dinge, die ich früher tat, immer noch gern.</i>	0	0	0	0

Gesamtsumme

\* Self-Rating Depression Scale  
Zung (1965)  
deutsche Version: CIPS (4. Aufl., 1996)