

GAD-7

Jak często w ciągu ostatnich 2 tygodni dokuczały Panu(i) następujące problemy?

Wcale nie dokuczały

Kilka dni

Więcej niż połowę dni

Niemal codziennie

(Proszę zaznaczyć odpowiedź znakiem "✓")

1. Czuł(a) się Pan(i) podenerwowany(a), niespokojny(a), mocno spięty(a)	0	1	2	3
2. Nie mógł(a) Pan(i) przestać się martwić albo zapanować nad tym	0	1	2	3
3. Za bardzo się Pan(i) martwił(a) różnymi rzeczami	0	1	2	3
4. Miał(a) Pan(i) trudności z relaksowaniem się	0	1	2	3
5. Był(a) Pan(i) tak niespokojny(a), że nie mógł(a) usiedzieć na miejscu	0	1	2	3
6. Łatwo stawał(a) się Pan(i) rozdrażniony(a) lub poirytowany(a)	0	1	2	3
7. Obawiał(a) się Pan(i), tak jakby miało się stać coś straszego	0	1	2	3

(For office coding: Total Score T_____ = _____ + _____ + _____)