

# Испытываю ли я депрессию?

Данный опросник создан с целью помочь клиентам оценить свой опыт и понять, требует ли он дальнейшей проработки со специалистом.

1. Вы чувствуете себя неудачником, безнадежным человеком?

- Никогда  Изредка  Часто  Всегда

2. Вам тяжело сохранять интерес к своим хобби и занятиям, которые приносили радость?

- Никогда  Изредка  Часто  Всегда

3. Испытываете ли Вы беспокойство, возбуждение и проблемы со сном?

- Никогда  Изредка  Часто  Всегда

4. Чувствуете ли Вы себя усталым, растерявшим всю энергию?

- Никогда  Изредка  Часто  Всегда

5. Сложно ли Вам мотивировать себя, чтобы сделать что-нибудь?

- Никогда  Изредка  Часто  Всегда

Данный тест не призван ставить точные диагнозы. Его цель - информирование человека. Если Вы ответили "часто" или "всегда" на большую часть вопросов, то с высокой долей вероятности у Вас депрессия. Пожалуйста, обратитесь к терапевту или расскажите о результатах своему специалисту.