

DOTAZNÍK KLIENTA
Nemocniční škála úzkosti a deprese (HAD scale)

Instrukce pro vyplnění: Přečtěte si pozorně každou položku seznamu. Následně označte křížkem odpověď, která nejlépe vystihuje vaše pocity. Odpověď zvolte spontánně, bez dlouhého přemýšlení.

Věk:

Datum:

Zaznamenejte, prosím, odpověď na každou ze čtrnácti položek

1.	Jsem nervózní, napjatý	
	Většinou	
	Často	
	Někdy	
	Výjimečně	
2.	Stále mě těší věci, které mě vždycky těšily	
	Rozhodně	
	Už ne tak moc	
	Jenom trochu	
	Skoro vůbec	
3.	Mívám obavy, avšak z ničeho konkrétního – pocit nedefinovatelného strachu, jako by se mělo přihodit něco špatného	
	Skutečně dost a je to celkem zlé	
	Ano, ale není to tak zlé	
	Trochu, ale neznepokojuje mě to vůbec	
4.	Rád se směji a snažím se vidět věci vždy spíše z jejich lepší stránky	
	Stále, pokud je to možné	
	Už to není to, co to bývalo	
	Rozhodně ne tolik jako dřív	
	Skoro vůbec	
5.	Mám plnou hlavu starostí	
	Téměř stále	
	Často	
	Někdy	
	Zřídka	
6.	Cítím se radostně, spokojeně	
	Vůbec	
	Zřídka	
	Občas	
	Většinou	

7.	Dokážu si jen tak sednout a relaxovat	
	Často	
	Obvykle ano	
	Ne moc často	
	Vůbec	
8.	Připadám si, jako bych byl zpomalený	
	Skoro pořád	
	Velmi často	
	Někdy	
	Vůbec	
9.	Mám pocit stálého napětí, nervozity...něco podobného jako „motýlci v břiše“	
	Vůbec	
	Občas	
	Docela často	
	Velmi často	
10.	Ztratil jsem zájem o svůj vzhled – nezáleží mi na tom, jak vypadám	
	Zcela	
	Nezabývám se tím tak, jak bych měl	
	Celkem o sebe pečuji	
	Nikoliv, pečuji o sebe stejně jako vždycky	
11.	Cítím se neklidný, roztěkaný, stále jako na trní	
	Značně	
	Docela dost	
	Nijak zvlášť	
	Vůbec	
12.	Vyhledávám zábavu a potěšení z různých věcí	
	Stejně intenzivně jako vždycky	
	Méně než dříve	
	Rozhodně méně	
	Skoro vůbec	
13.	Propadám panice	
	Opravdu celkem často	
	Docela často	
	Ne moc často	
	Vůbec	
14.	Rád si přečtu dobrou knihu nebo se podívám na zajímavý pořad v TV	
	Často	
	Někdy	
	Ne moc často	
	Zřídka	

Subškála anxiety	
Subškála deprese	
Celkový skór	