

SPØRGESKEMA OM HUMØR OG FØLELSER: Udvidet udgave

Dette spørgeskema handler om, hvordan du har haft det *inden for de sidste to uger.*

Hvis en sætning ikke gælder for dig, så sæt kryds i PASSER IKKE

Hvis en sætning kun gælder for dig nogle gange, så sæt kryds i PASSER NOGLE GANGE

Hvis en sætning gælder for dig det meste af tiden, så sæt kryds i PASSER

MFQ scores som følger

PASSER IKKE = 0

PASSER NOGLE GANGE = 1

PASSER = 2

Sæt venligst et kryds (x) ud for hver sætning	PASSER IKKE	PASSER NOGLE GANGE	PASSER
1. Jeg har følt mig ulykkelig eller ked af det			
2. Jeg har ikke følt glæde ved noget som helst			
3. Jeg har været mindre sulten, end jeg plejer			
4. Jeg har spist mere, end jeg plejer			
5. Jeg har følt mig så træt, at jeg bare sad stille uden at lave noget som helst			
6. Jeg har bevæget mig langsommere, end jeg plejer			
7. Jeg har været meget rastløs (haft svært ved at holde mig i ro)			
8. Jeg har følt, at jeg ikke var god nok			
9. Jeg har bebrejdet mig selv for noget, der ikke var min skyld			
10. Det har været svært for mig at tage en beslutning			
11. Jeg har været sur på og uenig med mine forældre			
12. Jeg har haft mindre lyst til at snakke, end jeg plejer			
13. Jeg har talt langsommere, end jeg plejer			
14. Jeg har grædt meget			

15. Jeg har tænkt, at der ikke var noget håb for mig i fremtiden			
16. Jeg har tænkt, at livet ikke var værd at leve			
17. Jeg har tænkt på døden eller på at dø			
18. Jeg har tænkt, at min familie ville have det bedre uden mig			
19. Jeg har tænkt på at slå mig selv ihjel			
20. Jeg har ikke haft lyst til at se mine venner			
21. Jeg har haft svært ved at tænke klart eller at koncentrere mig			
22. Jeg har tænkt, at der ville ske noget slemt med mig			
23. Jeg har hadet mig selv			
24. Jeg har følt mig som et dårligt menneske			
25. Jeg har syntes, at jeg så grim ud			
26. Jeg har været bekymret over smerter og at have ondt			
27. Jeg har følt mig ensom			
28. Jeg har tænkt, at der ikke er nogen, der virkelig elsker mig			
29. Jeg har ikke haft det sjovt i skolen			
30. Jeg har tænkt, at jeg aldrig kan blive lige så dygtig som andre børn			
31. Jeg har følt, at jeg gør alting forkert			
32. Jeg har ikke sovet så godt, som jeg plejer			
33. Jeg har sovet meget mere, end jeg plejer			