

# Center for Epidemiologic Studies Depression Scale ; CES-D

(역학연구 센터 우울 척도)

아래에 적혀 있는 문항을 잘 읽으신 후, 지난 1 주 동안 당신이 느끼고 행동한 것을 가장 잘 나타낸다고 생각 되는 숫자에 0표 하시기 바랍니다.

	나는 지난 일주일동안..	극히 드물게	가끔	자주	거의 대부분
		1일 이하	1~2일	3~4일	5일 이상
1	평소에는 아무렇지도 않던 일들이 괴롭고 귀찮게 느껴졌다.	0	1	2	3
2	먹고 싶지 않았다; 입맛이 없었다.	0	1	2	3
3	가족이나 친구가 도와주더라도 울적한 기분을 떨쳐버릴 수 없었다.	0	1	2	3
*4	다른 사람들만큼 능력 있다고 느꼈다.	0	1	2	3
5	무슨 일을 하든 정신을 집중하기가 힘들었다.	0	1	2	3
6	우울했다.	0	1	2	3
7	하는 일마다 힘들게 느껴졌다.	0	1	2	3
*8	미래에 대하여 희망적으로 느꼈다.	0	1	2	3
9	내 인생은 실패작이라고 생각했다.	0	1	2	3
10	무서움을 느꼈다.	0	1	2	3
11	잠을 설쳤다	0	1	2	3
*12	행복했다.	0	1	2	3
13	평소보다 말을 적게 했다	0	1	2	3
14	외로움을 느꼈다.	0	1	2	3
15	사람들이 불친절했다.	0	1	2	3
*16	인생이 즐거웠다.	0	1	2	3
17	울음을 터뜨린 적이 있었다.	0	1	2	3
18	슬픔을 느꼈다.	0	1	2	3
19	사람들이 나를 싫어한다고 느꼈다.	0	1	2	3
20	일을 제대로 진척시킬 수 없었다.	0	1	2	3