

# QUESTIONÁRIO DE HUMOR E SENTIMENTOS (MFQ Short)

**[LEIA]** Este questionário é sobre como você pode estar se sentindo ou agindo recentemente.

Para cada pergunta, por favor diga como você esteve se sentindo ou agindo nas últimas duas semanas.

Se a frase não for verdadeira sobre você, diga **NÃO É VERDADE**.

Se a frase for verdadeira apenas às vezes, diga **ÀS VEZES**.

Se a frase for verdadeira sobre você na maior parte do tempo, diga **VERDADE**.

**[PSICO]** Pontue o MFQ da seguinte forma:

NÃO É VERDADE = 0

ÀS VEZES = 1

VERDADE = 2

Para preencher, por favor use “X” para cada afirmação?		NAO É VERDADE	ÀS VEZES	VERDADE
<b>MFQ1</b>	Eu me senti muito triste ou infeliz.	( ) 0	( ) 1	( ) 2
<b>MFQ2</b>	Eu não consegui me divertir com absolutamente nada.	( ) 0	( ) 1	( ) 2
<b>MFQ3</b>	Eu me senti tão cansado(a) que só ficava sentado(a) sem fazer nada.	( ) 0	( ) 1	( ) 2
<b>MFQ4</b>	Eu estive muito agitado(a).	( ) 0	( ) 1	( ) 2
<b>MFQ5</b>	Eu senti que eu não valia mais nada.	( ) 0	( ) 1	( ) 2
<b>MFQ6</b>	Eu chorei muito.	( ) 0	( ) 1	( ) 2
<b>MFQ7</b>	Eu achei difícil raciocinar ou me concentrar.	( ) 0	( ) 1	( ) 2
<b>MFQ8</b>	Eu me odiei.	( ) 0	( ) 1	( ) 2
<b>MFQ9</b>	Eu me senti uma pessoa ruim.	( ) 0	( ) 1	( ) 2
<b>MFQ10</b>	Eu me senti sozinho(a).	( ) 0	( ) 1	( ) 2
<b>MFQ11</b>	Eu pensei que ninguém me amava de verdade.	( ) 0	( ) 1	( ) 2
<b>MFQ12</b>	Eu pensei que eu nunca seria tão bom(boa) quanto as outras pessoas.	( ) 0	( ) 1	( ) 2
<b>MFQ13</b>	Eu fiz tudo errado.	( ) 0	( ) 1	( ) 2