



AHMET YESEVİ ÜNİVERSİTESİ

ARAŞTIRMA YÖNTEMLERİ

YÜKSEK LİSANS PROGRAMI

HAZIRLAYAN

Doğru Hasret BULUT

Ölçek : Depresyonun varlığını ölçen özgün soru dizisi.

Kişinin depresyonlu olup olmadığını ortaya koymak adına ön bilgi verici sorular.

Kişilerin sorulara verdikleri yanıtlar; “son zamanlarda, her zaman” seçeneklerinden oluşuyor ve bu seçenekler ne kadar çok ise yapılan değerlendirme kişinin depresyonda olduğu ölçmektedir.

Aşağıda size ait düşüncüleri ifade eden cümleler verilmiştir. Lütfen her bir ifadeyi okuyarak, bunların size ne kadar uygun olduğuna karar veriniz.

1) Kendinizde gözlemlediğiniz anlık duygu durumunuz ne kadar süredir

() hiç () zaman zaman () son zamanlarda () her zaman

2) Çevreye karşı ilgi düzeyinizdeki düşüşün seviyesi ne düzeyde azaldı

() hiç () zaman zaman () son zamanlarda () her zaman

3) Yemek düzeninizde ya da iştahınızdaki durumun azalma seviyesi nedir

() hiç () zaman zaman () son zamanlarda () her zaman

4) Uyku düzeninizdeki değişim sizi ne kadar rahatsız hissettirmekte

() hiç () zaman zaman () son zamanlarda () her zaman

5) Öz bakımınıza ilgi kaybınız hangi seviyede

() hiç () zaman zaman () son zamanlarda () her zaman

6) Sosyal ilişkilerinizde azalma hangi seviyede

() hiç () zaman zaman () son zamanlarda () her zaman

7) İş yerinize gitme isteğiniz ne kadar azaldı

8) Bir işe odaklanabilme seviyenizde ne kadar azalma oldu

() hiç () zaman zaman () son zamanlarda () her zaman

9) eğlenceli bir aktiviteye olan ilginiz ne kadar azaldı

() hiç () zaman zaman () son zamanlarda () her zaman

10) son zamanlarda ölüm düşüncelerini ne sıklıkta düşünmektesiniz

() hiç () zaman zaman () son zamanlarda () her zaman

11) Kendizi ne sıklıkta değersiz hissetmektesiniz

() hiç () zaman zaman () son zamanlarda () her zaman

12) Kendinizi ne sıklıkta suçlu hissetmektesiniz

() hiç () zaman zaman () son zamanlarda () her zaman

13) Hareketlerinizde yavaşlama ve ya uyuşukluk hali hangi seviyede

() hiç () zaman zaman () son zamanlarda () her zaman

14) Son zamanlarda yaşadığınız kilo kaybı hangi seviyede

() hiç () zaman zaman () son zamanlarda () her zaman

15) Karar verme aşamasında zorlanma durumunuz hangi seviyede

() hiç () zaman zaman () son zamanlarda () her zaman

16) Aile yaşamındaki ilişkilerinizde azalma hangi seviyede

() hiç () zaman zaman () son zamanlarda () her zaman

17) Birlikte yaşadığınız bireylerle sorun yaşama sıklığınız

() hiç () zaman zaman () son zamanlarda () her zaman

18) Geleceğe dair umutlarınızda azalma hangi seviyede

() hiç () zaman zaman () son zamanlarda () her zaman

19) Gelecek planlamalarındaki azalma hangi seviyede

() hiç () zaman zaman () son zamanlarda () her zaman

20) Ailenizde benzer duygu durum yaşanma sıklığı ne düzeydedir

() hiç () zaman zaman () son zamanlarda () her zaman