

抑郁自评量表（SDS）

填表注意事项：请仔细阅读每一条，把题目的意思看明白，然后按照自己最近一周以来的实际情况，在适当的方格里划一个勾。每一条文字后有四个格，表示：

- A 没有或很少时间；
- B 小部分时间；
- C 相当多时间；
- D 绝大部分或全部时间。

编号	项目	A	B	C	D
1	我觉得闷闷不乐，情绪低沉。				
*2	我觉得一天之中早晨最好。				
3	我一阵阵地哭出来或是想哭。				
4	我晚上睡眠不好。				
*5	我的胃口跟以前一样。				
*6	我跟异性交往时像以前一样开心。				
7	我发现自己体重下降。				
8	我有便秘的烦恼。				
9	我的心跳比平时快。				
10	我无缘无故感到疲劳。				
*11	我的头脑象往常一样清楚。				
*12	我觉得经常做的事情并没有困难。				
13	我感到不安，心情难以平静。				
*14	我对未来抱有希望。				
15	我比以前更容易生气激动。				
*16	我觉得决定什么事很容易。				
*17	我觉得自己是个有用的人，有人需要我。				
*18	我的生活过的很有意思。				
19	假如我死了别人会过得更好。				
*20	平常感兴趣的事情我照样感兴趣。				

注：*为反向计分