

Selbsterkennung Depression: WHO-5-Fragebogen zum Wohlbefinden

Zutreffendes bitte ankreuzen

<i>1. War ich froh und guter Laune</i>	5	4	3	2	1	0
<i>2. Habe ich mich ruhig und entspannt gefühlt</i>	5	4	3	2	1	0
<i>3. Habe ich mich aktiv und voller Energie gefühlt</i>	5	4	3	2	1	0
<i>4. Habe ich mich beim Aufwachen frisch und ausgeruht gefühlt</i>	5	4	3	2	1	0
<i>5. War mein Alltag voller Dinge die mich interessieren</i>	5	4	3	2	1	0
Gesamtpunkte:						0

Wenn Sie in der Summe weniger als 13 Punkte erreichen, sprechen Sie bitte mit Ihrem Arzt.

Quelle: adaptiert nach WHO, Version 1998