



Edynburska Skala Depresji Poporodowej (ESDP)

Imię i nazwisko

TYLKO NA PRZYKŁADZIE

Wiek dziecka

Data

DD/MM/RRRR

Pytania dotyczą Pani samopoczucia w ciągu ostatniego tygodnia. Proszę zaznaczyć właściwą odpowiedź.

1. Potrafiłam się śmiać z różnych spraw i dostrzegać radosne strony życia
 - tak często jak zazwyczaj
 - trochę rzadziej niż zwykle
 - zdecydowanie rzadziej niż zwykle
 - zupełnie nie byłam zdolna do radości
2. Patrzyłam w przyszłość z nadzieją
 - tak jak zawsze
 - rzadziej niż zawsze
 - zdecydowanie rzadziej niż zwykle
 - nie potrafiłam patrzeć w przyszłość z nadzieją
3. Obwiniłam się niepotrzebnie, gdy coś mi się nie udawało
 - tak, w większości przypadków
 - tak, czasami
 - rzadko
 - wcale
4. Bałam się i martwiłam bez istotnej przyczyny:
 - zupełnie nie
 - raczej nie
 - tak, czasami
 - tak, bardzo często
5. Czułam się przestraszona i wpadałam w panikę bez większych powodów:
 - tak, często
 - tak, czasami
 - nie, raczej nie
 - nie, wcale
6. Wydarzenia przerastały i przytłaczały mnie:
 - tak, prawie wcale nie dawałam sobie rady
 - czasami nie radziłam sobie tak dobrze jak zwykle
 - przez większość czasu radziłam sobie zupełnie nieźle
 - radziłam sobie tak dobrze jak zawsze
7. Czułam się tak nieszczęśliwa, że nie mogłam spać w nocy
 - tak, przez większość czasu
 - tak czasami
 - rzadko
 - nie, wcale nie
8. Czułam się smutna i nieszczęśliwa
 - tak, przez większość czasu
 - tak, dość często
 - niezbyt często
 - nie, wcale nie
9. Czułam się tak nieszczęśliwa, że płakałam
 - tak, przez większość czasu
 - tak, dość często
 - tylko sporadycznie
 - nie, wcale nie
10. Zdarzało się, że myślałam o zrobieniu sobie krzywdy
 - tak, dość często
 - czasami
 - rzadko
 - nigdy
11. Płeć: K M
12. Wiek (w latach):
13. Liczba dzieci:
14. Status związku:
 - związek małżeński
 - związek partnerski/koabitacja/niefORMALNY
 - samotny rodzic
 - inne
15. Wykształcenie:
 - podstawowe
 - gimnazjalne
 - zasadnicze zawodowe
 - średnie
 - wyższe
16. Miejsce zamieszkania
 - wieś
 - miasto do 50 tys. mieszkańców
 - miasto do 100 tys. mieszkańców
 - miasto do 250 tys. mieszkańców
 - miasto powyżej 250 tys. mieszkańców
17. Jak Pani/Pan ocenia swoją sytuację materialną:
 - bardzo dobra
 - dobra
 - przeciętna
 - słaba
 - bardzo słaba

wynik

pieczęć i podpis