**(1) Испытываете ли вы расстройство, тоску?**

1. Не испытываю тоски.

2. Да, периодически испытываю расстройство и печаль.

3. Я постоянно расстроен(а), не могу избавиться от этого состояния.

4. Я расстроен(а) настолько, что в последнее время не могу этого выдержать.

**(2) Какие у вас ожидания относительно своего будущего?**

1. У меня нет никаких тревожных мыслей о будущем.

2. Я озадачен своим будущим.

3. У меня нет положительных ожиданий от будущего.

4. Полагаю, мое будущее безнадежно, и оно не принесет мне ничего хорошего.

**(3) Можете ли вы охарактеризовать себя, как неудачника/неудачницу?**

1. Я не могу назвать себя неудачником/неудачницей.

2. Как правило, я допускаю больше ошибок, чем другие.

3. Оглядываясь в прошлое, я вижу много неудач.

4. Я ощущаю себя полным/полной неудачником/неудачницей.

**(4) Удовлетворены ли вы своей жизнью?**

1. Я получаю столько же удовлетворения, сколько получал(а) и до того.

2. Сейчас я получаю меньше удовлетворения от жизни, чем раньше.

3. Мне почти ничто не приносит удовлетворения.

4. Я лишен(а) всяческого удовлетворения, мне все надоело.

**(5) Ощущаете ли вы себя виноватым?**

1. У меня нет поводов чувствовать себя виноватым/виноватой.

2. Я испытываю чувство вины довольно часто.

3. Большую часть времени я себя в чем-то виню.

4. Чувство вины не покидает меня никогда.

**(6) Заслуживаете ли вы наказания?**

1. Нет, меня не за что наказывать.

2. В некоторой степени да.

3. Я жду наказания, ведь я его заслуживаю.

4. Я уже наказан(а).

**(7) Можно ли сказать, что вы разочарованы в себе?**

1. Нет, отношусь к себе, как всегда.

2. Возможно, в некоторых моментах – да.

3. Да, я разочарован(а) в себе.

4. Я отношусь к себе с отвращением.

**(8) Насколько вы критичны к своей личности?**

1. Я не хуже, чем другие.

2. Есть некоторые аспекты внутри меня, заслуживающие критики.

3. Отношусь критично ко всем своим ошибкам.

4.Критикую себя за все плохое, что происходит.

**(9) Посещают ли вас мысли о самоубийстве?**

1. Нет, никогда.

2. Иногда я думаю о суициде, но знаю, что никогда не пойду на этот шаг.

3. Да, у меня есть желание покончить с собой.

4. Непременно бы сделал(а) это при удобной возможности.

**(10) Можно ли сказать, что вы стали чаще плакать?**

1. Плачу не более, чем обычно.

2. Сейчас я плачу более часто в сравнении с прошлым.

3. Плачу почти каждый из-за любой мелочи.

4. Даже когда хочу плакать, не могу.

**(11) Стали ли вы более раздражительны?**

1. Прихожу в возбуждение не чаще, чем ранее.

2. Сейчас меня легче вывести из себя, чем раньше.

3. Испытываю раздражение практически постоянно.

4. Потерял(а) интерес к вещам, которые ранее меня сильно раздражали; теперь мне все равно.

**(12) Интересуют ли вас другие люди?**

1. Да, мне интересны другие люди.

2. Сейчас в меньшей мере, чем это было в прошлом.

3. Меня почти не интересуют люди.

4. В жизни мало вещей, которые меня интересуют.

**(13) Сложно ли вам принимать решения?**

1. Откладываю принятие решения с такой же частотой, как и раньше.

2. Сейчас мне сложнее принимать решения.

3. Принимая решения, я испытываю серьезные затруднения.

4. Я практически не принимаю решений.

**(14) Как вы оцениваете свою внешность?**

1. Выгляжу так же, как и всегда.

2. Сейчас я выгляжу хуже, чем раньше.

3. Я стал(а) непривлекательным(ой), выгляжу гораздо хуже в сравнении с прошлым.

4. Я выгляжу ужасно.

**(15) Испытываете ли вы трудности, выполняя какую-либо работу?**

1. Нет, работаю так же энергично, как и ранее.

2. Нет, но мне нужно сделать дополнительное усилие, когда приступаю к работе.

3. Да, мне сложно что-либо делать.

4. У меня нет сил на то, чтобы выполнять какую-то работу.

**(16) Испытываете ли вы проблемы со сном?**

1. Нет. Сплю, как обычно.

2. Незначительные. Сплю немного хуже, чем раньше.

3. Сплю на час-два меньше, чем ранее.

4. Да. У меня серьезные проблемы со сном.

**(17) Можно ли сказать, что вы чаще устаете?**

1. Устаю не более, чем раньше.

2. Сейчас я устаю быстрее, чем раньше.

3. Испытываю усталость практически от любого занятия.

4. Я постоянно чувствую усталость, поэтому ничего не могу делать.

**(18) Как вы относитесь к еде?**

1. Мой аппетит не изменился за последнее время.

2. Раньше у меня был более здоровый аппетит.

3. Испытываю проблемы с аппетитом.

4. Я практически никогда не испытываю голода.

**(19) Наблюдали ли вы перемены в своем весе?**

1. В последнее время у меня не было значительных изменений в весе.

2. За последнее время я потерял(а) более 2 кг.

3. За последнее время я потерял(а) более 5 кг.

4. Я потерял(а) более 7 кг. за последнее время.

**(20) Беспокоитесь ли вы по поводу своего здоровья?**

1. Нет. Отношусь так же, как и раньше.

2. Меня беспокоят некоторые проблемы моего здоровья.

3. Я обеспокоен(а) состоянием своего здоровья и часто об этом думаю.

4. Я постоянно думаю о том, какое у меня плохое здоровье.

**(21) Замечали ли вы перемены в сексуальном влечении?**

1. Интерес к сексу у меня не изменился за последнее время.

2. Сейчас я меньше думаю о сексе, чем раньше.

3. Я практически утратил(а) интерес к сексуальным проблемам.

4. Я совершенно не думаю о сексе и проблемах, связанных с ним.