

Collegium Medicum Uniwersytetu Jagiellońskiego
Klinika Psychiatrii Dzieci i Młodzieży

Epidemiologiczne badania depresji u dzieci i młodzieży
Kierownik programu: prof. dr hab. med. Jacek Bomba

KRAKOWSKI INWENTARZ OBJAWOWY I.O. "B1"

imię i nazwisko	Klasa	data
-----------------	-------	------

INSTRUKCJA

Pytania, które znajdują się poniżej, pomogą Ci w określeniu Twojego samopoczucia w ciągu ostatniego miesiąca.

Przeczytaj je uważnie, określ w jakim stopniu pasują do Ciebie, poprzez otoczenie kółkiem właściwej odpowiedzi.

Nie ma tutaj odpowiedzi dobrych czy złych, każda odpowiedź jest dobra, jeżeli tylko odpowiesz szczerze.

- | | | | |
|-----|---|-----|-----|
| 1. | Często bywam rozdrażniona / y bez wyraźnej przyczyny | TAK | NIE |
| 2. | Zauważyłam / em, że ciągle myślę o tym samym | TAK | NIE |
| 3. | Nie mogę się skupić nad książkami | TAK | NIE |
| 4. | Rano nie mogę wstać z łóżka | TAK | NIE |
| 5. | Obawiam się wszystkich zmian | TAK | NIE |
| 6. | Miewam uczucie, że brak mi powietrza | TAK | NIE |
| 7. | Z byle powodu płaczę lub złościę się | TAK | NIE |
| 8. | Często boli mnie głowa | TAK | NIE |
| 9. | Zawsze z uznaniem przyjmuję zasłużone powodzenie swych wrogów | TAK | NIE |
| 10. | W niczym mi się nie wiedzie | TAK | NIE |
| 11. | Rzadziej i niechętnie spotykam się z koleżankami / kolegami | TAK | NIE |
| 12. | Gdy się uczę, nic nie wchodzi mi do głowy | TAK | NIE |
| 13. | Często nic nie robię | TAK | NIE |
| 14. | Często myślę o śmierci | TAK | NIE |
| 15. | Miewam bóle brzucha | TAK | NIE |

16.	Zauważyłam / em że ostatnio bardzo wolno pracuję, gdy rozwiązuję zadania	TAK	NIE
17.	Gdy muszę o czymś decydować sprawia mi to trudność	TAK	NIE
18.	Często płaczę z byle powodu	TAK	NIE
19.	Ostatnio nie myje się i nie dbam o swój wygląd	TAK	NIE
20.	Niekiedy miewam ochotę skończyć z sobą	TAK	NIE
21.	Ciągle mi coś dolega	TAK	NIE
22.	Budzę się wcześniej i nie mogę zasnąć	TAK	NIE
23.	Zdarza mi się plotkować	TAK	NIE
24.	Nie mogę zmusić się do zjedzenia czegośkolwiek	TAK	NIE
25.	Zdarza mi się zrobić sobie coś złego (pociąć się, poparzyć)	TAK	NIE
26.	Często chwale się trochę	TAK	NIE
27.	Gdy myślę o przyszłości, nie widzę celu, do którego mogłabym / mógłbym dążyć	TAK	NIE
28.	Zawsze dotrzymuję obietnicy bez względu na to, jak bardzo może mi to być nie na rękę	TAK	NIE
29.	Zwracam szczególną uwagę na to, jak działa mój organizm	TAK	NIE
30.	Nie potrafię znaleźć dla siebie ciekawego zajęcia	TAK	NIE
31.	Stale obawiam się, że stanie się coś złego	TAK	NIE
32.	Często czuję bicie serca	TAK	NIE
33.	Mimo, iż uczę się tyle samo, mam coraz gorsze stopnie	TAK	NIE
34.	Zdarzyło mi się zapomnieć o czymś ważnym	TAK	NIE
35.	Nie mam apetytu	TAK	NIE
36.	Wieczorem długo nie mogę zasnąć	TAK	NIE
37.	Nie mogę być pewna / pewien co mnie spotka jutro	TAK	NIE
38.	Często myślę o tym, żeby odebrać sobie życie	TAK	NIE
39.	Wydaje mi się, że chyba jestem chora / y	TAK	NIE
40.	Ostatnio wciąż chce mi się spać	TAK	NIE
41.	Czasem odkładam do jutra to, co powinnam / powinienem zrobić dzisiaj	TAK	NIE
42.	Jest mi stale smutno	TAK	NIE
43.	Bez wyraźnego powodu zmienia mi się humor	TAK	NIE
44.	Często cała / y się trzęsę	TAK	NIE
45.	Boję się, że nigdy nie będę miał / a swojej / go przyjaciela / przyjaciółki	TAK	NIE
46.	Gdy mam coś zrobić, żadne pomysły nie przychodzą mi do głowy	TAK	NIE
47.	Często czuję, że nie jestem w porządku wobec innych	TAK	NIE
48.	Ostatnio nie mogę się zabrać do nauki	TAK	NIE
49.	Poruszam się wolniej niż zazwyczaj	TAK	NIE
50.	Wszystkie moje nawyki są dobre i pożądane	TAK	NIE

51.	Obawiam się, że mogę się rozchorować	TAK	NIE
52.	Zrezygnowałam / em z czegoś o czym bardzo marzyłam / em	TAK	NIE
53.	Z niczym nie mogę nadażyć	TAK	NIE
54.	Ostatnio nic mi nie smakuje	TAK	NIE
55.	Nigdy nikogo nie uderzyłam / em	TAK	NIE
56.	Często miewam przykre sny .	TAK	NIE
57.	Nie mogę przestać myśleć o samobójstwie	TAK	NIE
58.	Nawet gdy krótko się uczę, jestem bardzo zmęczona / y	TAK	NIE
59.	Niczego nowego nie dowiaduję się od innych ludzi	TAK	NIE
60.	Ostatnio nic mnie nie cieszy	TAK	NIE
61.	W przyszłości nie czeka mnie nic dobrego	TAK	NIE
62.	Często nie mogę sobie znaleźć miejsca	TAK	NIE
63.	Miewam czasem takie myśli, że nie chciałabym /chciałbym, aby inni ludzie o nich wiedzieli	TAK	NIE
64.	Nie jestem z siebie zadowolona / y	TAK	NIE
65.	Jestem stale tak zmęczona / y, że nie mogę się zabrać do niczego	TAK	NIE
66.	Wszystko co mówię i myślę jest nieciekawe	TAK	NIE
67.	Zdarzyło mi się, że próbowałam / em odebrać sobie życie, bo nie mogłam / em dłużej wytrzymać	TAK	NIE
68.	Ciągle myślę o tym, co mi dolega	TAK	NIE
69.	Nawet jeśli śpię całą noc, jestem rano zmęczona / y	TAK	NIE
70.	Ostatnio bardzo schudłam / em	TAK	NIE
71.	Często czuję się przygnębiona / y	TAK	NIE
72.	Nawet głupstwa doprowadzają mnie do rozpacz	TAK	NIE
73.	Czasem boję się, sam / a nie wiem czego	TAK	NIE
74.	Wydaje mi się, że wszystko źle się skończy	TAK	NIE
75.	Często miewam biegunki	TAK	NIE
76.	Nauka przestała mnie interesować	TAK	NIE
77.	Na nic nie mam siły	TAK	NIE
78.	Zdarza mi się mówić o rzeczach, na których się nie znam	TAK	NIE
79.	Czasami chciałabym /chciałbym umrzeć	TAK	NIE
80.	Wydaje mi się, że wszędzie jest daleko	TAK	NIE
81.	Moje życie nie ma sensu	TAK	NIE
82.	Nikomu na mnie nie zależy	TAK	NIE
83.	Ciągle się czegoś boję	TAK	NIE
84.	Rzadko się śmieję	TAK	NIE
85.	Wiele razy usiłowałam / em popełnić samobójstwo	TAK	NIE
86.	Nie chce mi się ani nic wymyślać, ani nic robić	TAK	NIE
87.	Często czuję się winna / y, nawet gdy inni uważają, że nie ma ku temu powodów	TAK	NIE
88.	Nie interesuje mnie, co ze mną będzie	TAK	NIE
89.	Boję się, że nie podołam swoim obowiązkom	TAK	NIE
90.	Nawet będąc wśród ludzi życzliwych, czuję się samotna / y	TAK	NIE

91.	Moim zdaniem życie w ogóle nie ma sensu	TAK	NIE
92.	Jako dziecko zwykle od razu i bez szemrania robiłam / em to, co do mnie należało	TAK	NIE
93.	Mimo, że jem regularnie, często nagle czuję głód	TAK	NIE
94.	Czasem lubię kupić sobie coś, na co nie mam pieniędzy	TAK	NIE
95.	Życie jest takie, że nawet nie warto wstawać z łóżka, ubierać się	TAK	NIE
96.	Przestałam / em w ogóle uczyć się	TAK	NIE
97.	Zdarzyło mi się kiedyś spóźnić do szkoły	TAK	NIE
98.	Niekiedy ogarnia mnie tak silny lęk, że nie mogę sobie z nim poradzić	TAK	NIE
99.	Zrezygnowałam / em z zabawy, w której zawsze lubiałam / em uczestniczyć	TAK	NIE
100.	Z niczym nie mogę sobie poradzić	TAK	NIE
101.	Wśród wszystkich osób, które znam, są takie których nie lubię	TAK	NIE
102.	Najchętniej nie biorę udziału w grach i zabawach, które dawniej lubiałam / em	TAK	NIE
103.	Jeżeli gram w coś, znacznie bardziej wolę wygrać, niż przegrać	TAK	NIE
104.	Wszystko jedno co robię, byle było fajnie	TAK	NIE