

Kwestionariusz lęku uogólnionego (GAD-7)

Imię i nazwisko: _____

Data: _____

Jest to kwestionariusz mający na celu ocenę nasilenia objawów lęku uogólnionego. W każdym punkcie zaznacz tylko jedną opcję, która najlepiej określa Twoje samopoczucie.

Jak często w ciągu ostatnich 2 tygodni niepokoiły Cię następujące problemy?

	Wcale	Przez kilka dni	Przez więcej niż połowę dni	Niemal codziennie
1. Uczucie podenerwowania, niepokoju lub napięcia.	0	1	2	3
2. Niezdolność powstrzymania lub zapanowania nad zamartwianiem się.	0	1	2	3
3. Zbyt duże zamartwianie się różnymi kwestiami.	0	1	2	3
4. Trudności w odprężeniu się.	0	1	2	3
5. Niepokój utrudniający siedzenie w jednym miejscu.	0	1	2	3
6. Łatwe wpadanie w gniew lub irytację.	0	1	2	3
7. Obawa, że może zdarzyć się coś strasznego.	0	1	2	3

Suma punktów: _____

Spitzer R.L., Kroenke K., Williams J.B.W., Löwe B., „A Brief Measure for Assessing Generalized Anxiety Disorder: The GAD-7”, Archives of Internal Medicine 2006; 166(10): 1092-1097. Kwestionariusz opracowali dr R.L. Spitzer, dr J.B.W. Williams, dr K. Kroenke i współpracownicy przy wsparciu Pfizer Inc.; kopiowanie, tłumaczenie i rozpowszechnianie nie wymaga zgody.