

OM DITT HUMÖR

(Mood and Feelings Questionnaire, Angold & Costello, 1987)

Instruktion: De följande frågorna handlar om hur du har känt dig och gjort de senaste två veckorna. Om en fråga passar in på hur det varit för dig mest hela tiden, kryssa för "Stämde bra". Om den bara passat in ibland, kryssa i "Stämde något". Om ett alternativ inte passade in på dig, kryssa i "Stämde inte".

	STÄMDE INTE	STÄMDE NÅGOT	STÄMDE BRA
1. Jag var ledsen eller olycklig	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
2. Jag var inte glad för någonting	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
3. Jag kände mig så trött att jag bara blev sittande utan att göra något överhuvudtaget	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
4. Jag var väldigt rastlös	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
5. Jag kände mig värdelös	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
6. Jag grät mycket	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
7. Jag tyckte det var svårt att tänka klart eller att koncentrera mig	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
8. Jag hatade mig själv	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
9. Jag kände mig som en dålig människa	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
10. Jag kände mig ensam	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
11. Jag tänkte att ingen egentligen tyckte om mig	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
12. Jag tänkte att jag aldrig skulle kunna bli lika bra som andra barn/ungdomar	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
13. Jag gjorde allt fel	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Copyright Adrian Angold & Elisabeth J. Costello, 1987; Developmental Epidemiology Program; Duke University

Svensk version 22.12.06 / Tord Ivarsson, R-BUP, Helseregion Öst och Sör, Oslo. tord.ivarsson@r-bup.no
lätt modernisering 2019-01-24 hakan.jarbin@regionhalland.se