

# SJÄLVSKATTNING AV DEPRESSION FÖR FÖRÄLDRAR

Namn: \_\_\_\_\_

Datum: \_\_\_\_\_

**QIDS-A17-SR;**  
förälder (Quick  
Inventory of Depressive  
Symptomatology)

Summa: \_\_\_\_\_

Ringa in det svar under rubrikerna som bäst beskriver hur du känt dig de senaste 7 dagarna.

## 1 Somna

0. Det tar aldrig mer än 30 minuter för ditt barn att somna.
1. Det tar ditt barn åtminstone 30 minuter att somna mindre än hälften av gångerna.
2. Det tar ditt barn åtminstone 30 minuter att somna mer än hälften av gångerna.
3. Det tar ditt barn åtminstone 60 minuter att somna mer än hälften av gångerna.

## 2. Sova under natten

- 0 Ditt barn vaknar inte upp under natten.
- 1 Ditt barn vänder och vrider sig en hel del vissa nätter.
- 2 Ditt barn vaknar åtminstone en gång varje natt men somnar lätt om.
- 3 Ditt barn vaknar många gånger under natten och är vaken 20 minuter eller längre de flesta nätter.

## 3. Vakna för tidigt:

- 0 För det mesta vaknar ditt barn inte mer än 30 minuter innan hen ska gå upp.
- 1 Mer än hälften av gångerna vaknar ditt barn mer än 30 minuter innan hen ska gå upp.
- 2 Ditt barn vaknar nästan alltid minst omkring en timme innan hen ska gå upp men somnar om så småningom.
- 3 Ditt barn vaknar åtminstone en timme innan hen ska gå upp och kan inte somna om.

## 4. Sova för mycket:

- 0 Ditt barn sover inte mer än 7-8 timmar/natt och tar ingen tupplur på dagen.
- 1 Ditt barn sover inte mer än 10 timmar under en 24-timmarsperiod (inklusive tupplur).
- 2 Ditt barn sover inte mer än 12 timmar under en 24-timmarsperiod (inklusive tupplur).
- 3 Ditt barn sover mer än 12 timmar under en 24-timmarsperiod (inklusive tupplur).

## 5. Känna sig ledsen:

- 0 Ditt barn känner sig inte nere, olycklig, sorgsen eller eländig.
- 1 Ditt barn känner sig nere, olycklig, sorgsen eller eländig mindre än hälften av tiden.
- 2 Ditt barn känner sig nere, olycklig, sorgsen eller eländig mer än hälften av tiden.
- 3 Ditt barn känner sig verkligen nere, olycklig, sorgsen eller eländig i stort sett hela tiden.

## 6. Känna sig lättirriterad:

- 0 Ditt barn känner sig inte sur eller lättretad.
- 1 Ditt barn känner sig sur och lättretad mindre än hälften av tiden.
- 2 Ditt barn känner sig sur och lättretad mer än hälften av tiden.
- 3 Ditt barn känner sig sur och lättretad nästan hela tiden.

## 7. Minskad aptit:

- 0 Ditt barns aptit är som den brukar vara.
- 1 Ditt barn äter mindre ofta eller mindre mängder mat än vanligt.
- 2 Ditt barn äter mycket mindre än vanligt och måste tvinga i sig mat.
- 3 Ditt barn äter knappt något på hela dagen, och då bara när hen tvingas sig eller andra personer får hen att äta.

## 8. Ökad aptit:

- 0 Ditt barns aptit är som den brukar vara.
- 1 Ditt barn känner ett behov av att äta oftare än vanligt.
- 2 Ditt barn äter nu oftare och/eller större mängder mat än vanligt.
- 3 Ditt barn känner att hen vill äta mer än normalt vid måltider eller mellan måltiderna.

**9. Viktminskning (under de senaste två veckorna):**

- 0 Ditt barns vikt har inte förändrats
- 1 Ditt barn har minskat lite i vikt.
- 2 Ditt barn har minskat 9 hg eller mer under de senaste 2 veckorna. Kläder sitter lite lösare än vanligt.
- 3 Ditt barn har minskat 2,3 kg eller mer under de senaste 2 veckorna. Kläder sitter mycket lösare än vanligt.

**10. Viktökning (under de senaste två veckorna):**

- 0 Ditt barns vikt har inte förändrats.
- 1 Ditt barn har ökat lite i vikt.
- 2 Ditt barn har ökat 9 hg eller mer under de senaste 2 veckorna. Kläder sitter lite tajtare än vanligt.
- 3 Ditt barn har ökat 2,3 kg eller mer under de senaste 2 veckorna. Kläder sitter mycket tajtare än vanligt.

**11. Koncentration/Fatta beslut:**

- 0 Det finns ingen förändring i ditt barns förmåga att vara uppmärksam eller bestämma sig.
- 1 Ditt barn har vissa problem med att vara uppmärksam eller bestämma sig.
- 2 För det mesta har ditt barn mycket problem med att vara uppmärksam eller bestämma sig.
- 3 Ditt barns tankar har glidit iväg så ofta under den senaste veckan, att hen inte kunnat läsa eller följa en TV-serie eller ens fatta enkla beslut.

**12. Självbild:**

- 0 Ditt barn känner sig lika värdefull eller bra som andra människor i omgivningen känner sig.
- 1 Ditt barn är strängare mot sig själv eller trycker ner sig mer än vanligt.
- 2 Ditt barn lägger skulden på sig för allt omkring hen som går dåligt.
- 3 Ditt barn tänker mycket på sina fel, både stora och små.

**13. Tankar om döden eller självmord:**

- 0 Ditt barn tänker inte på självmord eller sin egen död.
- 1 Ditt barn tycker livet känns tomt eller undrar om det är värt att leva.
- 2 Ditt barn tänker på självmord eller sin egen död flera gånger i veckan och då under flera minuter.
- 3 Ditt barn tänker på självmord eller sin egen död flera gånger om dagen eller har gjort planer på eller försökt ta sitt liv.

**14. Vanliga intressen:**

- 0 Ditt barns intresse för andra människor eller aktiviteter är som vanligt.
- 1 Ditt barn är mindre intresserad av sådant som brukade vara kul som att träffa folk, fritidsintressen eller idrott.
- 2 Ditt barn är bara intresserad av ett eller två av sina vanliga intressen eller aktiviteter.
- 3 Ditt barn har inget intresse för några av de saker som brukade vara roliga.

**15. Energinivå:**

- 0 Ditt barn har samma energinivå som vanligt för att få saker gjorda.
- 1 Ditt barn blir lättare trött än vanligt.
- 2 Ditt barn måste pressa sig mer än vanligt, eller det är mer ansträngande än vanligt att sätta igång med eller göra färdigt sina vanliga aktiviteter.
- 3 Ditt barn är så trött eller slut, att hen inte har kunnat göra de flesta av sina vanliga aktiviteter.

**16. Känna sig förlångsammad**

- 0 Ditt barn tänker, pratar och rör sig i sin vanliga takt.
- 1 Ditt barn tänker långsammare eller rösten låter tråkig eller stel.
- 2 Ditt barns tankar eller tal är så förlångsammad, att det tar flera sekunder att svara när någon pratar med hen.
- 3 Ditt barns tankar och tal är ibland så långsamt, att hen inte har kunnat svara utan att få en massa stöd från någon.

**17. Känna sig rastlös:**

- 0 Ditt barn känner sig inte rastlös, otålig eller som om det kryper i hen.
- 1 Ditt barn är lite rastlös, otålig eller som om det kryper i hen, så att hen ibland har lite svårt att vara still.
- 2 Ditt barn är ofta rastlös, otålig eller som om det kryper i hen, så att hen ofta inte kan vara still.
- 3 Ditt barn är så rastlös, otålig eller som om det kryper i hen, att hen inte kan sitta still alls.