

Опросник эмоционального самочувствия ЕЕК-2

Имя _____ Пол ____ Возраст ____/____/____ Число ____/____/____

Внимательно прочтите нижеприведенный перечень проблем и трудностей, которые могут иногда присутствовать у людей.

Обведите тот вариант ответа, который лучше всего описывает то,

НАСКОЛЬКО ЭТА ПРОБЛЕМА БЕСПОКОИЛА ВАС В ТЕЧЕНИЕ ПОСЛЕДНЕГО МЕСЯЦА.

		Вовсе нет	Редко	Иногда	Часто	Постоянно
1.	Сниженное настроение	0	1	2	3	4
2.	Потеря интереса	0	1	2	3	4
3.	Чувство неполноценности	0	1	2	3	4
4.	Самобвинения	0	1	2	3	4
5.	Повторяющиеся мысли о смерти, или самоубийстве	0	1	2	3	4
6.	Чувство одиночества	0	1	2	3	4
7.	Безнадежность по отношению к будущему	0	1	2	3	4
8.	Неспособность чувствовать радость	0	1	2	3	4
9.	Быстрая раздражительность или гнев	0	1	2	3	4
10.	Чувство тревоги и или страха	0	1	2	3	4
11.	Чувство напряженности или неспособность расслабиться	0	1	2	3	4
12.	Чрезмерная озабоченность по разным поводам	0	1	2	3	4
13.	Беспокойство или суетливость, невозможность усидеть на месте	0	1	2	3	4
14.	Легкая пугливость	0	1	2	3	4
15.	Внезапные приступы паники, во время которых возникает сердцебиение, нехватка воздуха, предобморочное состояние или другие вызывающие страх физические явления	0	1	2	3	4
16.	Боязнь находиться одному вне или от дома	0	1	2	3	4
17.	Чувство страха на открытом пространстве и или на улице	0	1	2	3	4
18.	Боязнь потерять сознание среди людей	0	1	2	3	4
19.	Боязнь езды на автобусе, трамвае, поезде или машине	0	1	2	3	4
20.	Страх находиться в центре внимания	0	1	2	3	4
21.	Страх при общении с чужими людьми	0	1	2	3	4
22.	Чувство вялости и или усталости	0	1	2	3	4
23.	Пониженное внимание и способность сосредоточиться	0	1	2	3	4
24.	Отдых не восстанавливает силы	0	1	2	3	4
25.	Быстрая утомляемость	0	1	2	3	4
26.	Трудности с засыпанием	0	1	2	3	4
27.	Беспокойный или прерывистый сон	0	1	2	3	4
28.	Чрезмерно раннее пробуждение	0	1	2	3	4