

SPØRGESKEMA OVER DIT PSYKISKE VELBEFINDENDE

Skemaet udfyldes for

1. gang

2. gang

3. gang

1. gangs fødende

flere gangs fødende

Mor alder:

Babys alder:

Sundhedsplejerske:

Dags dato:

Her er et eksempel som er besvaret:

Jeg har været glad

Ja, hele tiden

Ja, det meste af tiden

Nej, ikke særlig ofte

Nej, slet ikke

Dette betyder: "Jeg har været glad det meste af tiden, den sidste uge". Fortsæt nu med at udfylde de andre spørgsmål på samme måde.

Jeg har indenfor den sidste uge:

1. Kunnet le og se tingene fra den humoristiske side?

I samme omfang som før

Ikke helt så meget som før

Bestemt ikke så meget som jeg plejer

Overhovedet ikke

2. Kunnet se frem til ting med glæde?

I samme omfang som før

Ikke helt så meget som før

Bestemt mindre end jeg plejer

Overhovedet ikke

3. Unødigt bebrejdet mig selv, når ting ikke gik som de skulle?

Ja, det meste af tiden

Ja, sommetider

Ikke særligt ofte

Overhovedet ikke

4. Været anspændt og bekymret uden nogen særlig grund?

Nej, overhovedet ikke

Næsten aldrig

Ja, af og til

Ja, meget ofte

5. Følt mig angst eller panikslagen uden nogen særlig grund?

Ja, ofte

Ja, af og til

Nej, næsten ikke

Nej, overhovedet ikke

6. Følt at tingene voksede mig over hovedet?

Ja, det meste af tiden kan jeg ikke klare problemerne

Ja, af og til kan jeg ikke klare problemerne

Ja, men det meste af tiden har jeg kunnet klare det som jeg plejer

Nej, jeg klare mig så godt som jeg plejer

7. Været så ked af det, at jeg har haft svært ved at sove?

Ja, meget ofte

Ja, af og til

Næsten ikke

Nej, overhovedet ikke

8. Været trist eller elendig til mode?

Ja, for det meste

Ja, temmelig ofte

Næsten ikke

Nej, overhovedet ikke

9. Været så ulykkelig, at jeg har grædt?

Ja, for det meste

Ja, temmelig ofte

Ja, af og til

Nej, overhovedet ikke

10. Tænkt på at gøre skade på mig selv?

Ja, temmelig ofte

Ja, af og til

Næsten aldrig

Nej, aldrig

(Ref: Edinburgh skalaen, (Cox, Holden, Sagovsky)

 Moderen ønsker ikke at udfylde spørgeskemaet

Det kan ikke lade sig gøre at udfylde spørgeskemaet på grund af:(f.eks. sprogproblemer) _____

Sundhedsplejerske: _____

Dato: _____

SPØRGESKEMA OVER DIT PSYKISKE VELBEFINDENDE - SCORINGSVEJLEDNING

1. Kunnet le og se tingene fra den humoristiske side?

- I samme omfang som før (0)
- Ikke helt så meget som før (1)
- Bestemt ikke så meget som jeg plejer (2)
- Overhovedet ikke (3)

2. Kunnet se frem til ting med glæde?

- I samme omfang som før (0)
- Ikke helt så meget som før (1)
- Bestemt mindre end jeg plejer (2)
- Overhovedet ikke (3)

3. Unødigt bebrejdet mig selv, når ting ikke gik som de skulle?

- Ja, det meste af tiden (3)
- Ja, sommetider (2)
- Ikke særligt ofte (1)
- Overhovedet ikke (0)

4. Været anspændt og bekymret uden nogen særlig grund?

- Nej, overhovedet ikke (0)
- Næsten aldrig (1)
- Ja, af og til (2)
- Ja, meget ofte (3)

5. Følt mig angst eller panikslagen uden nogen særlig grund?

- Ja, ofte (3)
- Ja, af og til (2)
- Nej, næsten ikke (1)
- Nej, overhovedet ikke (0)

6. Følt at tingene voksede mig over hovedet?

- Ja, det meste af tiden kan jeg ikke klare problemerne (3)
- Ja, af og til kan jeg ikke klare problemerne (2)
- Ja, men det meste af tiden har jeg kunnet klare det som jeg plejer (1)
- Nej, jeg klare mig så godt som jeg plejer (0)

7. Været så ked af det, at jeg har haft svært ved at sove?

- Ja, meget ofte (3)
- Ja, af og til (2)
- Næsten ikke (1)
- Nej, overhovedet ikke (0)

8. Været trist eller elendig til mode?

- Ja, for det meste (3)
- Ja, temmelig ofte (2)
- Næsten ikke (1)
- Nej, overhovedet ikke (0)

9. Været så ulykkelig, at jeg har grædt?

- Ja, for det meste (3)
- Ja, temmelig ofte (2)
- Ja, af og til (1)
- Nej, overhovedet ikke (0)

10. Tænkt på at gøre skade på mig selv?

Ja, temmelig ofte

(3)

Ja, af og til

(2)

Næsten aldrig

(1)

Nej, aldrig

(0)