

मरीज का नाम : _____ दिनांक : _____

वृद्धों में की निराशा का मूल्यांकन पैमाना

- निर्देश : पिछले सप्ताह मे जो आपने अनुभव किया है उस में से सर्वोच्च उत्तर को कृपया दर्शित करे।

क्रमसंख्या	प्रश्न	गुणसंख्या
१	क्या आप अपनी जिंदगी से संतुष्ट हैं ?	० १
२	क्या आपने अपने मनपसंद कार्यों / आदतों को करना बंद कर दिया है ?	१ ०
३	क्या आपको लगता है कि आपका जीवन सूना सूना है ?	१ ०
४	क्या आप ऐसा महसूस करते हैं कि आप अक्सर खाली बैठे रहते हैं ?	१ ०
५	क्या आपको अपने भविष्य के बारे में आशा है ?	० १
६	क्या आप परेशान करने वाले विचार अपने दिमाग से हटा नहीं सकते ?	१ ०
७	क्या आप ज्यादातर खुश मिजाज रहते हैं ?	० १
८	क्या आपको डर लगता है कि आपके साथ कुछ बुरा होने वाला है ?	१ ०
९	क्या आप ज्यादातर खुश रहते हैं ?	० १
१०	क्या आप अक्सर अपने आप को बेबस / लाचार समझते हैं ?	१ ०
११	क्या आप ज्यादातर बेचैन हो जाते हैं ?	१ ०
१२	क्या आप घर में रहना ज्यादा पसंद करते हैं, बजाय इसके कि बाहर जाकर कोई नई चीज करे ?	१ ०
१३	क्या आप अक्सर भविष्य के बारे में चिंता करते हैं ?	१ ०
१४	क्या आपको ऐसा लगता है कि आजकल आपकी याददास्त औरों से ज्यादा कमज़ोर है ?	१ ०
१५	क्या आपको ऐसा लगता है कि आजकल जिंदा रहने से आनंद है ?	० १
१६	क्या आप ज्यादातर निराश और दुखी रहते हैं ?	१ ०
१७	क्या आप आजकल अपने आप को किसी काम के काबिल नहीं समझते हैं ?	१ ०

१८	क्या आप बीती हुई बातों की ज्यादा चिंता करते हैं ?	१	०
१९	क्या आपको जिंदगी में मजा है ?	०	१
२०	क्या आपको नए काम में मन लगाने को मुश्किल होती है ?	१	०
२१	क्या आपके मन में फुर्तीलापन रहता है ?	०	१
२२	क्या आप अपनी दशा से निराश महसूस करते हैं ?	१	०
२३	क्या आपको ऐसा लगता है कि दूसरे लोग आपसे ज्यादा अच्छी हालत में हैं ?	१	०
२४	क्या आप अक्सर छोटी छोटी बातों से परेशान हो जाते हों ?	१	०
२५	क्या आपको अक्सर रोने का मन करता है ?	१	०
२६	क्या आपको काम में मन लगाने में दिक्कत आती है ?	१	०
२७	क्या आप सबेरे उठकर खुशी महसूस करते हैं ?	०	१
२८	क्या आपकी इच्छा रहती है की और लोगों से मिलना जुलना ना हो ?	१	०
२९	क्या आप आसानी से फैसला कर सकते हैं ?	०	१
३०	क्या आपके दिमाग में उतनी ही चेतनवाई है जितनी पहले हुआ करती थी ?	०	१

वृद्धों में की निराशा का मूल्यांकन

- वृद्धों की निराशा का मूल्यांकन करते समय, जो मुद्दों का उत्तर सकारात्मक एवं नकारात्मक तरीके से दिया गया है उस के आधार पर उन मुद्दों का मूल्यांकन ० या १ करे। इस पैमाने की कुल गुणसंख्या ० से ३० की श्रेणी में है।
- २-४, ६, ८, १०-१४, १६-१८, २०, २२-२६, २८ इन मुद्दों का मूल्यांकन है :
हाँ = १ नहीं = ०
- १, ५, ७, ९, १५, १९, २१, २७, २९, ३० इन मुद्दों का मूल्यांकन विरुद्ध दिशा में इस प्रकार करे :
नहीं = १ हाँ = ०