

GAD-7

Navn:

Dato:

Hvor ofte har du vært plaget av de følgende problemene i løpet av de siste to ukene.

0 **1** **2** **3**
Ikke i det hele tatt Noen dager Mer enn halvparten Nesten hver dag
av dagene

	0	1	2	3
1. Følt deg nervøs, engstelig eller på tuppet				
2. Ikke klart å stoppe eller kontrollere bekymringene dine				
3. Bekymret deg for mye om ulike ting				
4. Hatt vansker med å slappe av				
5. Vært så rastløs at det har vært vanskelig å sitte stille				
6. Blitt lett irritert eller ergret deg over ting				
7. Følt deg redd som om noe forferdelig kunne komme til å skje				

Hvis du har opplevd ett eller flere av de problemene som nevnes, i hvor stor grad har problemene gjort det vanskelig for deg å utføre arbeidet ditt, ordne med ting hjemme eller å komme overens med andre?

Ikke vanskelig i det hele tatt

Litt vanskelig

Svært vanskelig

Ekstremt vanskelig

SKRIV UT

NULLSTILL