

مقياس مركز الدراسات الوبائية للاكتئاب

تقريباً يومياً لمدة اسبوعين	الاسبوع الماضي				فيما يلي قائمة بالطرق التي قد تكون قد شعرت أو تصرفت بها. الرجاء اختيار المربعات لابلغي عدد المرات التي شعرت بهذه الطريقة خلال الاسبوع الماضي أو أكثر من ذلك.
	٧-٥ أيام	٤-٣ أيام	يوم او يومين	لا إطلاقاً أو أقل من يوم واحد	
٤	٣	٢	١	٠	شعيتي للطعام كانت سيئة.
٤	٣	٢	١	٠	لم أتمكن من التخلص من الشعور بالكآبة.
٤	٣	٢	١	٠	واجهت صعوبة في الحفاظ على التركيز فيما كنت أفعل.
٤	٣	٢	١	٠	شعرت بالاكتئاب.
٤	٣	٢	١	٠	كان نومي غير مريح.
٤	٣	٢	١	٠	شعرت بالحزن.
٤	٣	٢	١	٠	لم أستطع الاستمرار.
٤	٣	٢	١	٠	لا شيء جعلني سعيداً.
٤	٣	٢	١	٠	شعرت بأنني شخص سيء.
٤	٣	٢	١	٠	فقدت الاهتمام في أنشطتي المعتادة.
٤	٣	٢	١	٠	نمت أكثر من المعتاد.
٤	٣	٢	١	٠	شعرت بأنني أتحرك بشكل بطيء جداً.
٤	٣	٢	١	٠	شعرت بأنني مستثار.
٤	٣	٢	١	٠	تمنيت لو كنت ميتاً.
٤	٣	٢	١	٠	أردت إيذاء نفسي.
٤	٣	٢	١	٠	كنت متعباً في كل الأوقات.
٤	٣	٢	١	٠	لم أحب نفسي.
٤	٣	٢	١	٠	فقدت الكثير من الوزن دون محاولة ذلك.
٤	٣	٢	١	٠	واجهت الكثير من الصعوبة في الخلود الى النوم.
٤	٣	٢	١	٠	لم أستطع التركيز في أمور مهمة.

Translated by Jehad Rababah PhD, RN and Mohammed M. Al-Hammouri, PhD, MA-ABA, CHPE, RN

Rababah, J., Al-Hammouri, M. M., Drew, B. L., Alawawdeh, A., Dawood, Z., & Jawhar, W. E. (2020). Validation of the Arabic Version of the Center for Epidemiologic Studies Depression-Revised: A Comparison of the CESD-R and CESDR-12. *Journal of Affective Disorders*, 274, 450-456.
<https://doi.org/10.1016/j.jad.2020.05.124>