

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 av dagene Nesten hver dag

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

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

Kilde: Spitzer RL, Kroenke K, Williams JBW, Lowe B. A brief measure for assessing generalized anxiety disorder. *Arch Intern Med.* 2006; 166: 1092-1097.

Oversatt til norsk av Sverre Urnes Johnson, Asle Hoffart, Pål Ulvenes, Harold Sexton & Bruce E. Wampold.