

## The Scale - Hebrew

### הנחיות העברת ראיון לסולם הדיכאון לחולי סכיזופרניה של "קלגרי"

הראיון כתוב בלשון זכר אך מיועד לשני המינים.  
מראיין:

שאל את השאלה הראשונה כפי שהיא כתובה.  
העור ברמות הציונים ובהסברים על פי שיקול דעתך.  
מסגרת הזמן מתייחסת לשבועיים האחרונים, אלא אם כן מצוין אחרת.  
שים לב - הפריט האחרון, מס' 9, מבוסס על תצפיות לאורך כל הראיון.  
סמן את הציון המתאים לכל פריט.

#### (1) דיכאון

- כיצד היית מתאר את מצב הרוח שלך במשך השבועיים האחרונים: האם אתה שמח במידה סבירה או שהיית מאד מדוכא או במצב-רוח ירוד לאחרונה?  
במשך השבועיים האחרונים באיזו תדירות היית (השתמש במילים שלו) כל יום?  
כל היום?  0. חסר
1. קל - מביע מעט עצבות או ייאוש במהלך השאלון.
2. בינוני - מצב-רוח דיכאוני מובחן הנמשך עד מחצית מהזמן במשך השבועיים האחרונים: קיים באופן יומיומי.
3. חמור - מצב-רוח דיכאוני ניכר המתבטא באופן יומיומי למעלה ממחצית הזמן, פוגע בתפקוד מוטורי וחברתי נורמלי.

#### (2) חוסר תקווה

- כיצד אתה רואה את עתידך?  
האם אתה יכול לראות עתיד כלשהו? - או שהחיים נראים די חסרי תקווה?  
האם הרמת ידיים או שיש עדיין סיבה לנסות?  
0. חסר
1. קל - חש לעיתים חסר תקווה במשך השבוע האחרון אך עדיין קיימת מידה מסוימת של תקווה לעתיד.
2. בינוני - תחושה מתמשכת של חוסר תקווה, ברמה בינונית במשך השבוע האחרון. ניתן לשכנע שקיימת אפשרות שדברים ישתפרו.
3. חמור - תחושת חוסר תקווה מתמשכת וגורמת למצוקה.

#### (3) המעטה בערך עצמי

- מה דעתך על עצמך בהשוואה לאנשים אחרים?  
האם אתה מרגיש טוב יותר, פחות טוב או בערך שווה למרבית האחרים?  
האם אתה מרגיש נחות או אפילו חסר ערך?  
0. חסר
1. קל - קיימת מעט תחושת נחיתות: לא ברמה של תחושת חוסר ערך.
2. בינוני - מרגיש חסר ערך, פחות מ - 50% מהזמן.
3. חמור - מרגיש חסר ערך יותר מ - 50% מהזמן. ניתן לשכנע לחשוב אחרת.

## הנחיות העברת ראיון לסולם הדיכאון לחולי סכיזופרניה של "קלגרי"

(4) מחשבות יחס של אשמה

האם יש לך הרגשה שאתה מואשם במשהו או אפילו מואשם שלא בצדק?  
בנוגע למה? (אין להתייחס להאשמה מוצדקת. אין להתייחס למחשבות שווא (דלוזיות) של אשמה).

0. חסר
1. קל - מרגיש מואשם אך לא כמי שמעלילים עליו בפחות מ - 50% מהזמן.
2. בינוני - תחושה מתמשכת של היותו מואשם ו/או לעיתים תחושה שמעלילים עליו.
3. חמור - תחושה מתמשכת שמעלילים עליו. כשמנסים לשכנעו הוא יודע שאין זה כך.

(5) אשמה פתולוגית

האם אתה נוטה להאשים את עצמך בדברים קטנים שיתכן ועשית בעבר?  
האם אתה חושב שמגיע לך להיות כל כך מודאג בקשר לכך?

0. חסר
1. קל - לעיתים מרגיש אשם יתר על המידה בנוגע לטעויות קטנות, אך פחות מ - 50% מהזמן.
2. בינוני - בדרך כלל מרגיש אשם (למעלה מ - 50% מהזמן) בגלל פעולות שנעשו בעבר שהוא מגזים במשמעותן.
3. חמור - בדרך כלל מרגיש אשם בכל דבר שהשתבש, אפילו כאשר אין זו אשמתו.

(6) דיכאון בוקר

כאשר חשת מדוכא בנושך השבועיים האחרונים האם הבחנת שהדיכאון היה חמור יותר בזמן מסוים במהלך היום?

0. חסר - אין דיכאון.
1. קל - קיים דיכאון אך ללא שינוי לאורך היום.
2. בינוני - מצוין באופן ספונטני שהדיכאון חמור יותר בבוקר.
3. חמור - הדיכאון חמור יותר באופן ניכר בבוקר, עם פגיעה בתפקוד שמשפר אחר הצהרים.

(7) יקיצה מוקדמת

האם אתה מתעורר מוקדם יותר בבוקר לעומת מה שאתה רגיל?  
כמה פעמים בשבוע זה קורה?

0. חסר - אין יקיצה מוקדמת.
1. קל - מתעורר לעיתים (עד פעמיים בשבוע) שעה או יותר לפני זמן ההתעוררות הרגיל או לפני צלצול השעון.
2. בינוני - מתעורר מוקדם לעיתים קרובות (עד 5 פעמים בשבוע) שעה או יותר לפני זמן ההתעוררות הרגיל או לפני צלצול השעון.
3. חמור - באופן יומיומי מתעורר שעה או יותר לפני זמן ההתעוררות הרגיל.

## הנחיות העברת ראיון לסולם הדיכאון לחולי סכיזופרניה של "קלגרי"

### (8) התאבדות

האם חשת שאין טעם לחיות?  
האם חשת אי פעם שאתה רוצה לשים קץ להכל?  
מה חשבת שתעשה?  
האם ניסית בפועל?

0. חסר
1. קל - מחשבות שכיחות שהיה מוטב למות או מחשבות מזדמנות על התאבדות.
2. בינוני - שקל התאבדות באופן מכוון עם תוכנית, אך לא עשה ניסיון.
3. חמור - ניסיון התאבדות שנראה מתוכנן להסתיים במוות (למשל, התגלה במקרה או שנקט באמצעים לא יעילים).

### (9) דיכאון נצפה

מבוסס על תצפיות המראיין במהלך הראיון כולו.  
שימוש בשאלה "האם אתה מרגיש שאתה רוצה לבכות?" בנקודות המתאימות בראיון, יכול להפיק מידע שימושי לתצפית זו.

0. חסר
1. קל - הנבדק נראה עצוב גם במהלך חלקים של הראיון הקשורים לדיון ניטרלי מבחינה רגשית.
2. בינוני - הנבדק נראה עצוב במשך כל הראיון, עם קול מדוכדך, מונוטוני, והוא דומע או קרוב לדמוע מידי פעם.
3. חמור - הנבדק משתנק בנושאים שמעוררים מצוקה, נאנח עמוקות לעיתים קרובות ובוכה באופן גלוי או שהוא קופא על מקומו באופן מתמשך מתוך מצוקה.

 Back to CDSS