



## THE EDINBURGH POSTNATAL DEPRESSION SCALE (TRANSLATION – ITALIAN)

Full name: \_\_\_\_\_ Date : \_\_\_\_\_

Lei di recente ha avuto un bambino. Ci piacerebbe sapere come si è sentita nell'ultima settimana. La preghiamo di sottolineare la risposta che meglio descrive come si è sentita nei sette giorni appena trascorsi e non soltanto come si sente oggi.

Per aiutarla, ecco un esempio già completato:

Sono stata felice

Sì, sempre

Sì, per la maggior parte del tempo

No, non molto spesso

No, per niente

Il che in pratica significa 'Sono stata per lo più felice durante la scorsa settimana'. Per favore completi le altre domande nello stesso modo.

Nei sette giorni appena trascorsi:

(1) Sono stata capace di ridere e di vedere il lato comico delle cose

Come al solito

Un po' meno del solito

Decisamente meno del solito

Per niente

(2) Ho pregustato con piacere le cose

Come al solito

Un po' meno del solito

Decisamente meno del solito

A mala pena

(3) Ho dato inutilmente la colpa a me stessa quando le cose sono andate male

Sì, il più delle volte

Sì, qualche volta

Non molto spesso

No, mai

(4) Sono stata ansiosa o preoccupata senza una valida ragione

No, per niente

Quasi mai

Sì, talvolta

Sì, spesso

(5) Ho provato paura o sono stata in preda al panico senza una valida ragione

Sì, quasi sempre

Sì, talvolta

No, non molto spesso

Mai

(6) Le cose mi hanno causato eccessiva preoccupazione

Sì, il più delle volte non sono stata capace di affrontarle

Sì, qualche volta non sono stata capace di affrontarle come sempre

No, il più delle volte le ho affrontate abbastanza bene

No, le ho affrontate bene come sempre

(7) Sono stata così infelice che ho avuto difficoltà a dormire

Sì, il più delle volte

Sì, qualche volta

Non molto spesso

No, per nulla

(8) Mi sono sentita triste o avvilita

Sì, per la maggior parte del tempo

Sì, abbastanza spesso

Solo occasionalmente

No, mai

(9) Sono stata così infelice che ho pianto

Sì, per la maggior parte del tempo

Sì, abbastanza spesso

Solo occasionalmente

No, mai

(10) Mi è venuta in mente l'idea di farmi del male

Sì, abbastanza spesso

Qualche volta

Quasi mai

Mai

Grazie per la sua collaborazione