

SCL-10

Symptom Check List

Strand, B. H., Dalgard, O. S., Tambs, K. & Rognerud, M. (2003). Measuring the mental health status of the Norwegian population: A comparison of the instruments SCL-25, SCL-10, SCL-5 and MHI-5. *Nordic Journal of Psychiatry*, 57, 113–118.

Mann

Kvinne

Alder:

Dato:

Under finner du en liste over ulike plager. Har du opplevd noe av dette den siste uken (til og med i dag)?	Ikke plaget	Litt plaget	Ganske mye	Veldig mye
1 Plutselig frykt uten grunn				
2 Føler deg redd eller engstelig				
3 Matthet eller svimmelhet				
4 Føler deg anspent eller oppjaget				
5 Lett for å klandre deg selv				
6 Søvnproblemer				
7 Følelse av å være unyttig, lite verdt				
8 Nedtrykt, tungsindig (trist)				
9 Følelse av at alt er et slit				
10 Følelse av håpløshet mht. framtiden				