

### Tristeza

No me siento triste  
Me siento triste gran parte del tiempo  
Me siento triste todo el tiempo  
Me siento tan triste o soy tan infeliz que no puedo soportarlo

### Pesimismo

No estoy desalentado respecto del mi futuro  
Me siento más desalentado respecto de mi futuro que lo que solía estarlo  
No espero que las cosas funcionen para mi  
Siento que no hay esperanza para mi futuro y que sólo puede empeorar

### Fracaso

No me siento como un fracasado  
He fracasado más de lo que hubiera debido  
Cuando miro hacia atrás, veo muchos fracasos  
Siento que como persona soy un fracaso total

### Pérdida de placer

Obtengo tanto placer como siempre por las cosas de las que disfruto  
No disfruto tanto de las cosas como solía hacerlo  
Obtengo muy poco placer de las cosas que solía disfrutar  
No puedo obtener ningún placer de las cosas de las que solía disfrutar

### Sentimientos de culpa

No me siento particularmente culpable  
Me siento culpable respecto de varias cosas que he hecho o que debería haber hecho  
Me siento bastante culpable la mayor parte del tiempo  
Me siento culpable todo el tiempo

### Sentimientos de castigo

No siento que este siendo castigado  
Siento que tal vez pueda ser castigado  
Espero ser castigado  
Siento que estoy siendo castigado

### Disconformidad con uno mismo

Siento acerca de mi lo mismo que siempre  
He perdido la confianza en mí mismo  
Estoy decepcionado conmigo mismo  
No me gusto a mí mismo

### Autocrítica

No me critico ni me culpo más de lo habitual  
Estoy más crítico conmigo mismo de lo que solía estarlo  
Me critico a mí mismo por todos mis errores  
Me culpo a mí mismo por todo lo malo que sucede

### Pensamientos o deseos suicidas

No tengo ningún pensamiento de matarme  
He tenido pensamientos de matarme, pero no lo haría  
Querría matarme  
Me mataría si tuviera la oportunidad de hacerlo

### Llanto

No lloro más de lo que solía hacerlo  
Lloro más de lo que solía hacerlo  
Lloro por cualquier pequeñez  
Siento ganas de llorar pero no puedo

### Agitación

No estoy más inquieto o tenso que lo habitual  
Me siento más inquieto o tenso que lo habitual  
Estoy tan inquieto o agitado que me es difícil quedarme quieto  
Estoy tan inquieto o agitado que tengo que estar siempre en movimiento o haciendo algo

### Pérdida de interés

No he perdido el interés en otras actividades o personas  
Estoy menos interesado que antes en otras personas o cosas  
He perdido casi todo el interés en otras personas o cosas  
Me es difícil interesarme por algo

### Indecisión

Tomo mis propias decisiones tan bien como siempre  
Me resulta más difícil que de costumbre tomar decisiones  
Encuentro mucha más dificultad que antes para tomar decisiones  
Tengo problemas para tomar cualquier decisión

### Desvalorización

No siento que yo no sea valioso  
No me considero a mí mismo tan valioso y útil como solía considerarme  
Me siento menos valioso cuando me comparo con otros  
Siento que no valgo nada

### Pérdida de energía

Tengo tanta energía como siempre  
Tengo menos energía que la que solía tener  
No tengo suficiente energía para hacer demasiado  
No tengo energía suficiente para hacer nada

### Cambios en los hábitos de sueño

No he experimentado ningún cambio en mis hábitos de sueño  
Duermo un poco más que lo habitual  
Duermo un poco menos que lo habitual  
Duermo mucho más que lo habitual  
Duermo mucho menos que lo habitual  
Duermo la mayor parte del día  
Me despierto 1-2 horas más temprano y no puedo volver a dormirme

### Irritabilidad

No estoy tan irritable que lo habitual  
Estoy más irritable que lo habitual  
Estoy mucho más irritable que lo habitual  
Estoy irritable todo el tiempo

### Cambios en el apetito

No he experimentado ningún cambio en mi apetito  
Mi apetito es un poco menor que lo habitual  
Mi apetito es un poco mayor que lo habitual  
Mi apetito es mucho menor que antes  
Mi apetito es mucho mayor que lo habitual  
No tengo apetito en absoluto  
Quiero comer todo el día

### Dificultad de concentración

Puedo concentrarme tan bien como siempre  
No puedo concentrarme tan bien como habitualmente  
Me es difícil mantener la mente en algo por mucho tiempo  
Encuentro que no puedo concentrarme en nada

### Cansancio o fatiga

No estoy más cansado o fatigado que lo habitual  
Me fatigo o me canso más fácilmente que lo habitual  
Estoy demasiado fatigado o cansado para hacer muchas de las cosas que solía hacer  
Estoy demasiado fatigado o cansado para hacer la mayoría de las cosas que solía