

WHO-5 Arabic version

الرجاء قراءة كل سؤال على حدة واختيار الإجابة الواحدة المناسبة التي تصف وضعك الخاص خلال الشهر الماضي.						
(إختار إجابة واحدة وضع ✓تحت الإجابة المناسبة)						
أبداً	قليلاً من الوقت	بعض الوقت/ أحياناً	كثيراً من الوقت	معظم الوقت	كل الوقت /دائماً	
						١) خلال الشهر الماضي، كم من الوقت كنت شخصاً سعيداً؟
						٢) كم من الوقت خلال الشهر الماضي كنت تشعر بالهدوء والسلام؟
						٣) كم من الوقت خلال الشهر الماضي كنت شخصاً مضطرباً؟
						٤) كم من الوقت خلال الشهر الماضي كنت تشعر بكآبة وحزن في القلب؟
						٥) كم من الوقت خلال الشهر الماضي كنت تشعر بالتعاسة لدرجة أن لا شيء يفرحك؟