

Generalizuoto nerimo sutrikimo skalė – 7 (angl. The Generalized Anxiety Disorder scale – 7, GAD-7)

Norint įvertinti tiriamųjų patiriamą nerimą bus naudojama generalizuoto nerimo sutrikimo skalė (GAD-7). Klausimyną sudaro 7 klausimai, kurioje kiekvienas atsakymas yra įvertintas skalės balais nuo 0 iki 3, atsižvelgiant į nerimo simptomų dažnumą per pastarąsias dvi savaites (0 „visai nekamavo“ iki 3 „beveik kiekvieną dieną“). Bendras skalės įverčio suminis balas gali būti nuo 0 iki 21, o didesnis suminis balas rodo didesnę nerimo sunkumą. Suminiai balai – 5, 10, 15 yra atitinkamai vertinami kaip lengvi, vidutinio sunkumo ir sunkūs nerimo simptomai.

Atidžiai perskaitykite pateiktus teiginius ir įvertinkite balais: **visiškai nekamavo** - 0 (balai), **beveik keletą dienų** - 1 (balai), **daugiau nei pusę iš visų dienų** - 2 (balai), **beveik kiekvieną dieną** - 3 (balas).

Kaip dažnai per pastarąsias 2 savaites jus kamavo šios problemos?	Visai nekamavo	Keletą dienų	Daugiau nei pusę iš visų dienų	Beveik kiekvieną dieną
1. Nervingumas, nerimastingumas ar didelė įtampa	0	1	2	3
2. Negalėjimas sustabdyti nerimo ar jo kontroliuoti	0	1	2	3
3. Per didelis nerimavimas dėl įvairių dalykų	0	1	2	3
4. Sunkumas atsipalaiduoti	0	1	2	3
5. Buvimas tokiam (-ai) neramiam (-iai), kad net sunku ramiai pasėdėti	0	1	2	3
6. Greitas susierzinimas ar dirglumas	0	1	2	3
7. Baimė, tarsi galėtų nutikti kažkas baisaus	0	1	2	3

Balai: _____

Šaltiniai:

1. Spitzer, R. L., Kroenke, K., Williams, J. B., & Lowe, B. (2006). A brief measure for assessing generalized anxiety disorder: the GAD-7. Arch Intern Med, 166(10), 1092-1097. doi:10.1001/archinte.166.10.1092
2. Pranckeviciene, A., Saudargiene, A., Gecaite-Stonciene, J., Liaugaudaite, V., Griskova-Bulanova, I., Simkute, D., . . . Burkauskas, J. (2022). Validation of the patient health questionnaire-9 and the generalized anxiety disorder-7 in Lithuanian student sample. PLoS One, 17(1), e0263027.