3.4 Zustandsbarometer

Name Woche vom _____ bis _____

Bitte schätzen Sie jeden Tag morgens, mittags und abends Ihre Stimmung und weitere Symptome ein, die für Sie von Bedeutung sind. Ziel ist es, Ihre Beschwerden besser einschätzen und verstehen zu können sowie Veränderungen zu erfassen. Tragen Sie bitte unter dem Punkt „Ereignis“ solche Situationen ein, die nach Ihrer Meinung mit Ihrem Befinden in Beziehung stehen. Bitte bewerten Sie jedes Symptom auf einer Skala von **10** = sehr gut, keine Beschwerden bis **0** = sehr schlecht/unerträgliche Beschwerden.

X= Stimmung ○ = Unruhe Δ= _____ (frei wählbares Symptom.

	Montag			**Dienstag**			**Mittwoch**			**Donnerstag**			**Freitag**			**Samstag**			**Sonntag**		
	morgens	mittags	abends	morgens	mittags	abends	morgens	mittags	abends	morgens	mittags	abends	morgens	mittags	abends	morgens	mittags	abends	morgens	mittags	abends
10																					
9																					
8																					
7																					
6																					
5																					
4																					
3																					
2																					
1																					
0																					
Ereignis																					
Zeichen Therapeut																					

© 2017, Springer-Verlag Berlin Heidelberg. Aus: Konrad (Hrsg.) Praxis der Depressionsbehandlung