

## The Scale – Mandarin (Simplified Character)

访问（面试）者：请按照每一项所列的第一条问题去问受访者。你可以自行决定是否使用跟进的问题来判断受访者的程度。以下各项是指过去两个星期的情况，除非另有规定。**请注意：**最后一项（第九项）是以整个面谈的观察为基础。

**1. 情绪忧郁：你会怎样描述你过去两个星期的心情呢？你最近总体上能够保持心情愉快，还是非常忧郁，或者是情绪低落呢？在过去的两星期里，每天你这样的心情（用受访者的话形容）有多频繁？是一整天都有吗？**

0. 没有

1. 轻微 回答中表现出一些忧伤或气馁。

2. 中等 明显情绪忧郁，而且每天都出现，但在过去两周持续少于一半时间。

3. 严重 严重情绪忧郁，每天出现，已持续超过一半以上时间，并影响到正常的活动及社交功能。

**2. 绝望感：你怎样看待自己的将来？你看得见自己的将来吗？或者你觉得生活没有希望了？你是否曾经放弃过，或你觉得仍然有理由去做一些尝试？**

0. 没有

1. 轻微 在过去两星期里有时会有绝望感，但对将来仍抱有某种程度的希望。

2. 中等 在过去一星期有持续的绝望感，但可以被劝导去认同事情有转好的可能。

3. 严重 持续以及痛苦困扰性的绝望感。

**3. 自我轻视：和别人相比，你对自己有什么看法？你觉得比别人好呢，还是不如别人，或与别人一样？你是否觉得自己卑微，或没有价值？**

0. 没有

1. 轻微 有自卑感，但没有多到觉得自己没有价值。

2. 中等 觉得自己没有价值，但少于一半的时间。

3. 严重 有超过一半的时间觉得自己无价值，但在受质疑时有可能改变想法。

**4. 内疚的相关想法：你有没有觉得自己因为一件事被别人指责，甚至被人错误地指责？是什么事呢？（不包括有根据的指责或怪罪。罪疚性妄想不包括在内。）**

0. 没有

1. 轻微 受访者感到被指责，但少于一半时间。

- 2. 中等 持续地感到被指责，并有时感到被人错误指责。
- 3. 严重 持续地感到被指责，但在受到质疑时，会意识到事情并非是这样。

**5. 病态性愧疚感：你有没有倾向于指责自己过去做过的琐碎小事？你认为你值得这样关注这件事吗？**

- 0. 没有
- 1. 轻微 受访者有时会为不重要的过错责备自己，但少于一半时间。
- 2. 中等 受访者有超过一半的时间为自己过去的事情感到愧疚，但夸大了事情的重要性。
- 3. 严重 受访者觉得他/她应该为所有做错的事受责备，即使不是他/她的过错。

**6. 早晨抑郁：当你在过去两星期里感到抑郁时，你有否注意到在一天里某一段时间心情特别差？**

- 0. 没有 无抑郁情绪。
- 1. 轻微 有抑郁情绪，但并无昼夜变化。
- 2. 中等 自己提出抑郁情绪在早上较差。
- 3. 严重 抑郁情绪在早上特别差，并影响日常生活功能，而在下午有所改善。

**7. 早醒：你有时比平时早醒吗？一个星期会发生几次呢？**

- 0. 没有 无早醒。
- 1. 轻微 有时（一星期不超过两次）比正常睡醒时间或闹钟设定时间早一小时或更早醒来。
- 2. 中等 经常（一星期不超过五次）比正常睡醒时间或闹钟设定时间早一小时或更早醒来。
- 3. 严重 每天比正常睡醒时间或闹钟设定时间早一小时或更早醒来。

**8. 自杀：你有否觉得生命不值得活下去？在过去两周里你有没有觉得应该结束自己生命呢？你想过可能怎样做？是否真的试过呢？**

- 0. 没有
- 1. 轻微 经常想到生不如死，或偶尔有自杀的念头。
- 2. 中等 曾仔细计划过自杀，但并未尝试。
- 3. 严重 有自杀企图，并明显地计划要结束生命（比如：意外被发现或方法失效）。

9. 客观观察的抑郁情绪：访问者基于整个面谈的观察得出结论。在面谈中的适当时间，问受访者“你有没有觉得想哭？”，这个问题可能引出对这个观察有用的资料。

0. 没有

1. 轻微 在部分的面谈中，即使谈及情感上中性的话题，受访者亦表现出忧愁和哀伤。

2. 中等 整个面谈中，受访者表现出忧愁和哀伤，声音沮丧及单调，并有流泪或接近流泪的情况。

3. 严重 当谈及悲伤的话题，受访者会哽咽，常常深深叹息及公开地哭泣，或访问者能肯定被访问者处在一种持续的悲惨呆滞的状态中。

Translated by:

Haifeng Zhu, MD, MSc.  
Department of Psychiatry  
University of Calgary  
E-mail: hazhu@ucalgary.ca