

WHO-5-Fragebogen zum Wohlbefinden

In den letzten beiden Wochen (Zutreffendes bitte ankreuzen)	die ganze Zeit	meistens	über die Hälfte der Zeit	weniger als die Hälfte der Zeit	ab und zu	zu keinem Zeitpunkt
1. war ich froh und guter Laune	5	4	3	2	1	0
2. habe ich mich ruhig und entspannt gefühlt	5	4	3	2	1	0
3. habe ich mich aktiv und voller Energie gefühlt	5	4	3	2	1	0
4. habe ich mich beim Aufwachen frisch und aktiv gefühlt	5	4	3	2	1	0
5. war mein Alltag voller Dinge, die mich interessieren	5	4	3	2	1	0

Gesamtpunkte:

Wenn Sie in Summe **weniger als 13 Punkte** erreichen, sprechen Sie bitte darüber mit Ihrem Arzt.