**Eril Depresyon Ölçeği (EDÖ)**

Aşağıda eril depresyonu değerlendirmek için **Son 2 hafta** içerisinde kendinizi nasıl hissettiğinize yönelik ifadeler yer almaktadır. Aşağıdaki ifadeleri okuduktan sonra, size en çok uyan, yani sizin durumunuzu en iyi anlatan ifadeyi işaretlemeniz gerekmektedir. Bu ifadelere katılım düzeyinizi belirtirken ***(1) Çok az ya da hiçbir zaman, (2) Bazen, (3) Çoğu zaman, (4) Her zaman*** seçeneklerine denk düştüğünü göz önünde bulundurarak size uygun seçeneği işaretleyiniz.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Soru No** |  | **1=Çok Az/Hiç Bir Zaman** | **2=Bazen** | **3=Çoğu Zaman** | **4=Her Zaman** |
| 1 | Kendimi köşeye sıkışmış gibi hissediyorum. | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 2 | Kendimi bir çukurun içindeymişim gibi hissediyorum. | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 3 | Her şey aleyhime gibi geliyor. | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 4 | Her şeyin kontrolümden çıktığını hissediyorum. | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 5 | Ne yaparsam yapayım başaramıyorum. | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 6 | Sorumluluklarımı yerine getiremeyecekmişim gibi hissediyorum. | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 7 | Göğsümde ağır bir yük varmış gibi hissediyorum. | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 8 | Hiç bir şey hissetmez oldum. | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 9 | İnsanlar bana ne olduğunu anlamıyorlar. | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 10 | Açıklayamadığım ağrı ve sızılarım oluyor. | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 11 | İçime kapandım. | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 12 | Ağlamak için birçok sebebim var ama ağlayamıyorum. | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 13 | Kimse beni rahatlatmıyor. | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 14 | Moralim bozuk ama en iyisi kendime saklamak. | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 15 | Ağlamak istiyorum ama ağlayamıyorum. | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 16 | Çok içiyorum. | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 17 | Keyif verici uyuşturucuları çok kullanıyorum. | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 18 | Alkol ve uyuşturucular daha iyi hissetmeme yardımcı oluyor. | 1 | 2 | 3 | 4 |

**Puanlama**: Ölçekten toplam 1-72 aralığında puan alınabilmektedir. Ölçekten alınan puan arttıkça eril depresyon şiddeti artmaktadır.

**Alt boyutlar:**

**İçselleştirme alt boyutu:** 1-15. Maddeler🡺alınan puan arttıkça içselleştirilmiş depresyon semptomları artmaktadır.

**Dışsallaştırma alt boyutu:** 16, 17, 18. Maddeler🡺 alınan puan arttıkça dışsallaştırılmış depresyon semptomları artmaktadır.

**Atıf:** Tarsuslu B, Durat G. (2020). Psychometric properties of theMasculine Depression Scale in Turkish male university students, *Perspect Psychiatr Care*;1–8. DOI: 10.1111/ppc.12561