

## Questionário sobre o seu bem estar (W-BQ12)

Por favor, assinale com um círculo um número em cada escala, de 3 (sempre) a 0 (nunca), para indicar com que frequência é que acha que cada afirmação se aplicou a si, nas últimas semanas.

	sempre		nunca	
1. Tenho episódios de choro ou sinto vontade de chorar .....	3	2	1	0
2. Sinto-me desanimado(a) e triste.....	3	2	1	0
3. Sinto medo sem razão alguma .....	3	2	1	0
4. Fico facilmente perturbado(a) ou entro em pânico.....	3	2	1	0

For information only

This copy is for information only - for use, please contact Professor Bradley

W-BQ12 © Prof Clare Bradley 6/96. Portuguese for Portugal 5.12.05 (from std.UK English 6/96; instructions rev. 31.1.02)  
Health Psychology Research, Dept of Psychology, Royal Holloway, University of London, Egham, Surrey, TW20 0EX, UK