**Werkblad depressieve stemmingsstoornis**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Mogelijke uitingen van mijn psychische problematiek** | **Word ik hierdoor belemmerd bij het volgen van mijn opleiding?** | | **Toelichting (Wat? Wie? Waar? Wanneer?**  **Hoe ga je ermee om?)** |
| **Ja** | **Nee** |
| Ik heb motivatieproblemen; ik zie de studie totaal niet meer zitten |  |  |  |
| Ik heb 's morgens geen zin om naar school te gaan, voel me de gehele dag moe en er komt weinig of niets van het maken van huiswerk |  |  |  |
| Ik beleef geen plezier meer aan het contact met medestudenten/vrienden en ik vermijd het contact met hen |  |  |  |
| Ik heb concentratieproblemen en moeite met het uitvoeren van schooltaken |  |  |  |
| Mijn kortetermijngeheugen is verstoord; na het volgen van een college weet ik niet meer wat er is verteld en na een hoofdstuk uit een studieboek te hebben gelezen weet ik niet meer waar het hoofdstuk over ging |  |  |  |
| Ik stel zulke hoge eisen aan mijn schoolprestaties dat ik er niet aan kan voldoen |  |  |  |
| Ik ben zo moe dat ik een gehele dag op school zijn niet kan volhouden |  |  |  |
| Ik red het vooral ’s morgens niet om op tijd op school te zijn |  |  |  |
| Ik kan slecht tegen kritiek van de docent of van medestudenten. Ik reageer er geïrriteerd op of ben dagen van slag |  |  |  |
| Ik heb moeite met het herinneren van verbale opdrachten en heb problemen met het geheugen |  |  |  |