

FAS: In Bezug auf die depressiven Symptome Ihrer\*s Angehörigen, beschreiben die nächsten Aussagen mögliche Arten und Weisen, wie Sie während der letzten Woche auf diese Symptome reagiert haben könnten. Bitte geben Sie für jede Aussage an, **an wie vielen Tagen in der letzten Woche** Sie in der beschriebenen Art und Weise auf Ihre\*n Angehörige\*n reagiert haben. Markieren Sie für jede Aussage einen Kreis in der Spalte ANZAHL DER TAGE. Falls eine Aussage etwas beschreibt, das Sie in der letzten Woche gar nicht getan haben, füllen Sie den Kreis für „nie“ aus.

		ANZAHL DER TAGE IN DER LETZTEN WOCHE				
		nie	1 Tag	2 Tage	3 Tage	Jeden Tag
1	Ich versicherte meiner*m Angehörigen, dass es keinen Grund für ihre*seine depressiven Gedanken und Stimmungen gab. Beispiele: meiner*m Angehörigen versichern, dass er*sie nicht grundsätzlich abgelehnt wird oder <i>dass er*sie nicht wertlos ist.</i>	①	②	③	④	⑤
2	Ich habe auf meine*n Angehörige*n gewartet, während sie*er sich aufraffte.	①	②	③	④	⑤
3	Ich habe direkt beim Rückzugsverhalten meiner*s Angehörigen mitgemacht. Beispiele: soziale Kontakte vernachlässigt, morgens eine außergewöhnlich <i>lange Zeit im Bett liegen, da meine*r Angehörige*r keine Energie zum Aufstehen hatte.</i>	①	②	③	④	⑤
4	Ich tat Dinge, die es meiner*m Angehörigen möglich machten, sich aufgrund der depressiven Gedanken oder Stimmung zurückzuziehen. Beispiele: eine Einladung für sie* ihn ablehnen, weil er* sie <i>sich zurückziehen muss, bei der Arbeit anrufen, dass er*sie nicht kommen könne.</i>	①	②	③	④	⑤
5	Ich tat Dinge, die es meiner*m Angehörigen erlaubten, Situationen zu vermeiden, die depressive Gedanken und Stimmungen oder einen Rückzug auslösen könnten. Beispiele: in einem gemeinsamen Streit nachgeben, <i>mehr Aufgaben im Haushalt übernehmen.</i>	①	②	③	④	⑤
6	Ich half meiner*m Angehörigen, einfache Entscheidungen zu treffen, wenn sie*er dies aufgrund der Depression nicht tun konnte. Beispiele: entscheiden, welche Kleidung mein*e Angehörige*r <i>morgens anziehen soll oder welche Müsliemarke sie*er kaufen soll.</i>	①	②	③	④	⑤
7	Ich half meiner*m Angehörigen bei persönlichen Aufgaben, z.B. beim Kleidung heraussuchen, beim Essen kochen oder Wäsche waschen, wenn ihre*seine Fähigkeit das zu tun durch die Depression beeinträchtigt war.	①	②	③	④	⑤
8	Ich half meiner*m Angehörigen beim Zubereiten von Speisen, wenn sie*er dies wegen der Depression nicht konnte.	①	②	③	④	⑤
9	Ich übernahm Familien- oder Haushaltspflichten, die mein*e Angehörige*r aufgrund der Depression nicht angemessen ausführen konnte. Beispiele: Rechnungen <i>bearbeiten, einkaufen und*oder für meine*n Angehörige*n auf die Kinder aufpassen (wenn ich dies ohne die depressive Erkrankung nicht getan hätte).</i>	①	②	③	④	⑤

10	Ich vermied es, über Dinge zu reden, die die depressiven Gedanken, Stimmungen oder Rückzugsverhalten meiner*s Angehörigen auslösen könnten.	①	②	③	④
11	Ich habe mich davon abgehalten, Dinge zu tun, die bei meiner*m Angehörigen zu depressiven Gedanken, Stimmungen oder Rückzugsverhalten führen könnten. Beispiele: Einen <i>Ausflug planen</i> , <i>meine*r Angehörige*r zu einer Feier oder zum Sport mitnehmen</i> .	①	②	③	④
12	Ich habe Ausreden gefunden oder für meine*n Angehörige*n gelogen, wenn er*sie aufgrund der Depression seine Arbeit oder eine soziale Aktivität versäumt hat.	①	②	③	④
13	Ich habe nichts unternommen, um depressives Verhalten meiner*s Angehörigen zu stoppen. <i>Beispiel: Rückzugsverhalten dulden.</i>	①	②	③	④
14	Aufgrund der Depression meiner*s Angehörigen ertrage ich ungewöhnliche Zustände zu Hause. <i>Beispiele: die Fenster und Vorhänge geschlossen lassen; tolerieren, dass mein*e Angehörige*r aufgrund der Erkrankung lange im Bett bleibt; dass er*sie kaum Hausarbeit übernimmt.</i>	①	②	③	④
15	Ich habe meine Freizeitaktivitäten wegen der Depression meiner*s Angehörigen eingeschränkt. Beispiele: weniger Zeit in Gesellschaft, mit Hobbys, oder Sport verbringen.	①	②	③	④
16	Ich habe meine Arbeitszeiten oder Schulstunden* Vorlesungsplan aufgrund der Depression meiner*s Angehörigen geändert.	①	②	③	④
17	Ich habe manche meiner familiären Verpflichtungen aufgrund der Depression meiner*s Angehörigen aufgeschoben. Beispiele: Ich habe <i>weniger Zeit mit anderen Angehörigen verbracht, als ich mir gewünscht hätte</i> ; <i>Ich habe meine Hausarbeit vernachlässigt.</i>	①	②	③	④