



findyourneurotype

SAMPLE REPORT

PREMIUM REPORT

Depressions-Screening (PHQ-9)

Neurodevelopmental Screening Report

PREPARED FOR

Ana Santos

Report date: Februar 25, 2026



Table of Contents

Click any section below to jump straight to it.

01	Overview & Score	Page 3
02	Your Responses	Page 3
03	AI Interpretation by Claude	Page 4
04	Recommendations	Page 5
05	Important Notice	Page 5



Depressions-Screening (PHQ-9)

Neurodevelopmental Screening Report

17
/ 27

Score

63%

Percentage

Moderately severe depression

Result

Your responses indicate moderately severe depression. Please seek professional support soon.

Your Responses

Each answer contributed to your score.

#	Question	Your answer	Pts
1	Wenig Interesse oder Freude an Aktivitäten Mood	An einzelnen Tagen	1
2	Sich niedergeschlagen, deprimiert oder hoffnungslos fühlen Mood	An einzelnen Tagen	1
3	Schwierigkeiten beim Einschlafen, Durchschlafen oder zu viel Schlafen Sleep	An einzelnen Tagen	1
4	Sich müde fühlen oder wenig Energie haben Energy	An einzelnen Tagen	1
5	Schlechter Appetit oder Überessen Appetite	An einzelnen Tagen	1
6	Sich schlecht fühlen - oder das Gefühl haben, ein Versager zu sein oder sich oder die Familie enttäuscht zu haben Self-esteem	An einzelnen Tagen	1



#	Question	Your answer	Pts
7	Konzentrationsschwierigkeiten bei Aktivitäten wie Lesen oder Fernsehen Concentration	An mehr als der Hälfte der Tage	2
8	So langsam bewegen oder sprechen, dass andere es bemerkt haben könnten - oder das Gegenteil: so unruhig sein, dass Sie sich viel mehr als gewöhnlich bewegt haben Psychomotor	An einzelnen Tagen	1
9	Gedanken, dass Sie besser dran wären, wenn Sie tot wären, oder Gedanken, sich selbst zu verletzen Suicidality	An einzelnen Tagen	1

**AI Interpretation by Claude (Anthropic)**

claude-sonnet-4-20250514

Vielen Dank, dass Sie sich die Zeit genommen haben, diesen Selbsttest ehrlich und aufmerksam auszufüllen. Das erfordert Mut, besonders wenn die letzten Wochen sich schwer angefühlt haben. Ihr Ergebnis zeigt einen Wert von 17 von 27 Punkten, was auf ein deutlich erhöhtes Belastungsniveau hindeutet. Wenn Sie sich in letzter Zeit erschöpft, niedergeschlagen oder freudlos gefühlt haben, sind Sie damit keineswegs allein – solche Erfahrungen sind weit verbreitet und nichts, wofür man sich schämen müsste.

Der PHQ-9 ist ein weit verbreitetes Screening-Instrument, das dabei hilft, das Ausmaß depressiver Symptome in den letzten zwei Wochen einzuschätzen. Ihr Ergebnis fällt in den Bereich, der oft als „mittelschwer bis schwer ausgeprägt“ beschrieben wird. Das bedeutet nicht, dass eine Diagnose vorliegt – dieser Test ersetzt keine fachliche Beurteilung –, sondern vielmehr, dass Ihre aktuelle innere Belastung ernst genommen werden sollte. Es ist ein wichtiges Signal Ihres Körpers und Geistes, dass gerade etwas nicht im Gleichgewicht ist, und dass es sich lohnt, genauer hinzuschauen.

In dieser Phase können kleine, machbare Schritte einen echten Unterschied machen. Versuchen Sie, sich täglich zumindest kurz Zeit für etwas zu nehmen, das Ihnen früher gutgetan hat, selbst wenn die Motivation dafür gerade fehlt – oft kommt die Freude erst nach der Handlung zurück. Achten Sie außerdem auf einen stabilen Schlaf-Wach-Rhythmus und regelmäßige, auch kleine Mahlzeiten, da beides einen spürbaren Einfluss auf die Stimmung haben kann. Sprechen Sie zudem mit einer vertrauten Person über Ihre Gefühle – sich mitzuteilen kann die Last erheblich verringern, auch wenn es zunächst Überwindung kostet.



Am wichtigsten ist jedoch, dass Sie sich zeitnah an eine qualifizierte Fachperson wenden – etwa eine Hausärztin, einen Psychotherapeuten oder eine Beratungsstelle. Angesichts der Höhe Ihres Ergebnisses ist eine fachliche Einschätzung besonders empfehlenswert, um gemeinsam die passende Unterstützung zu finden. Depressive Zustände sind gut behandelbar, und viele Menschen erleben durch

Recommendations

Please contact a mental health professional promptly. You deserve support and effective treatments are available.

Important Notice

This report is a screening tool only and does not constitute a medical or psychological diagnosis.

This test does not replace a professional evaluation. For a reliable diagnosis, please consult a neuropsychologist, psychiatrist, or qualified healthcare professional.