

بنام خدا

پرسشنامه افسردگی بک (BDI)

EKeshoo.ir

BDI

در این پرسشنامه 21 گروه سؤال وجود دارد و هر سؤال بیان کننده حالتی در فرد است. شما باید سؤال های هر گروه را به ترتیب و با دقت بخوانید. سپس گزینه ای را انتخاب کنید که بهتر از همه احساس کنونی شما را بیان می کند، یعنی آنچه درست در زمان اجرای پرسشنامه احساس می کنید. سپس دور عدد مقابل آن سؤال یک دایره بکشید.

(1)

0 غمگین نیستم .

1 غمگین هستم.

2 غم دست بردار نیست.

3 تحملم را از دست داده ام.

(2)

0 به آینده امیدوارم.

1 به آینده امیدی ندارم.

2 احساس می کنم آینده امید بخشی در انتظارم نیست.

3 کمترین روزنه امیدواری ندارم.

(3)

0 ناکام نیستم.

1 نا کام تر از دیگرانم.

2 به زندگی گذشته ام که نگاه می کنم ، هر چه می بینم شکست و ناکامی است.

3 آدم کاملاً شکست خورده ای هستم.

(4)

0 مثل گذشته از زندگی ام راضی هستم.

1 مثل سابق از زندگی لذت نمی برم.

2 از زندگی رضایت واقعی ندارم.

3 از هر کس و هر چیز که بگویی ناراضی هستم.

(5)

0 احساس تقصیر نمی کنم.

1 گاهی اوقات احساس تقصیر می کنم.

2 اغلب احساس تقصیر می کنم.

3 همیشه احساس تقصیر می کنم.

(6)

- 0 انتظار مجازات ندارم.
- 1 احساس می‌کنم ممکن است مجازات شوم.
- 2 انتظار مجازات دارم.
- 3 احساس می‌کنم مجازات می‌شوم.

(7)

- 0 از خود راضی هستم.
- 1 از خود ناراضی‌ام.
- 2 از خود بدم می‌آید.
- 3 از خود متنفرم.

(8)

- 0 بدتر از سایرین نیستم.
- 1 از خود به خاطر خطاهایم انتقاد می‌کنم.
- 2 همیشه خودم را به خاطر خطاهایم سرزنش می‌کنم.
- 3 برای هر اتفاق بدی خود را سرزنش می‌کنم.

(9)

- 0 هرگز به فکر خودکشی نمی‌افتم.
- 1 فکر خودکشی به سرم زده اما اقدامی نکرده‌ام.
- 2 به فکر خودکشی هستم.
- 3 اگر بتوانم خودکشی می‌کنم.

(10)

- 0 بیش از حد معمول گریه نمی‌کنم.
- 1 بیش از گذشته گریه می‌کنم.
- 2 همیشه گریانم.
- 3 قبلاً گریه می‌کردم ، اما حالا با آنکه دلم می‌خواهد نمی‌توانم گریه کنم.

(11)

- 0 کم حوصله‌تر از گذشته نیستم.
- 1 کم حوصله‌تر از گذشته هستم.
- 2 اغلب کم حوصله هستم.
- 3 همیشه کم حوصله هستم.

(12)

- 0 مثل همیشه مردم را دوست دارم.
- 1 به نسبت گذشته کمتر از مردم خوشم می‌آید.
- 2 تا حدود زیادی علاقه‌ام را به مردم از دست داده‌ام.
- 3 از مردم قطع امید کرده‌ام ، به آنها علاقه‌ای ندارم.

(13)

- 0 مانند گذشته تصمیم می گیرم.
- 1 کمتر از گذشته تصمیم می گیرم.
- 2 نسبت به گذشته تصمیم گیری ام را از دست داده ام.
- 3 قدرت تصمیم گیری ام را از دست داده ام.

(14)

- 0 جذابیت گذشته را دارم.
- 1 نگران هستم که جذابیتم را از دست بدهم.
- 2 احساس می کنم هر روز که می گذرد جذابیتم را بیشتر از دست می دهم.
- 3 زشت هستم.

(15)

- 0 به خوبی گذشته کار می کنم.
- 1 به خوبی گذشته کار نمی کنم.
- 2 برای اینکه کاری بکنم به خودم فشار زیادی وارد می کنم.
- 3 دستم به هیچ کاری نمی رود.

(16)

- 0 مثل همیشه خوب می خوابم.
- 1 مثل گذشته خوابم نمی برد.
- 2 یکی دو ساعت زودتر از معمول بیدار می شوم ، خوابیدن دوباره برایم مشکل است.
- 3 چند ساعت زودتر از معمول از خواب بیدار می شوم و دیگر خوابم نمی برد.

(17)

- 0 بیشتر از گذشته خسته نمی شوم.
- 1 بیشتر از گذشته خسته می شوم.
- 2 انجام هر کاری خسته ام می کند.
- 3 از شدت خستگی هیچ کاری از عهده ام ساخته نیست.

(18)

- 0 اشتهایم تغییری نکرده است.
- 1 اشتهایم به خوبی گذشته نیست.
- 2 اشتهایم خیلی کم شده است.
- 3 به هیچ چیزی اشتها ندارم.

(19)

- 0 اخیراً وزن کم نکرده ام.
- 1 بیش از دو کیلو و نیم وزن کم نکرده ام.
- 2 بیش از پنج کیلو از وزن بدنم کم شده است.
- 3 بیش از هفت کیلو وزن کم کرده ام.

(20)

- 0 بیش از گذشته بیمار نمی شوم.
- 1 از سر درد و دل درد و بیوست کمی ناراحتم.
- 2 به شدت نگران سلامتی خود هستم.
- 3 آنقدر نگران سلامتی خود هستم که دستم به هیچ کاری نمی رود.

(21)

- 0 میل جنسی ام تغییری نکرده است.
- 1 میل جنسی ام کمتر شده است.
- 2 میل جنسی ام خیلی کم شده است.
- 3 کمترین میل جنسی در من نیست.

EKeshoo.ir

پاسخ نامه BDI

نام و نام خانوادگی:

سن:

جنس:

تاریخ:

تحصیلات:

ردیف	3	2	1	0	ردیف
1					1
2					2
3					3
4					4
5					5
6					6
7					7
8					8
9					9
10					10
11					11
12					12
13					13
14					14
15					15
16					16
17					17
18					18
19					19
20					20
21					21
					جمع امتیازات

درجات افسردگی بر اساس پرسشنامه افسردگی بک

میزان افسردگی	جمع امتیازات
سالم (فاقد افسردگی)	10-1
افسردگی خفیف	16-11
نیازمند مشورت با روان پزشک	20-17
نسبتاً افسرده	30-21
افسردگی بالینی (شدید)	40-31
افسردگی بیش از حد	بیشتر از 40

اعتبار و روایی:

از هنگام تدوین BDI تاکنون، ارزیابی های بسیاری توسط محققان و پژوهشگران در مورد آن صورت گرفته است.

گلدمن و متکاف در سال 1965 به منظور دست یابی به میزان افتراقی افسردگی در میان دو گروه افسرده و سالم به این نتیجه دست یافتند که عدد 17، عدد مناسب افتراق در بین این گروه است. همچنین متکاف برای میزان همبستگی پرسش های بالینی روان پزشکی و پرسش نامه بک به یک نتیجه همبستگی در سطح بالا رسید.

می و همکاران 1969 تأکید کردند که این آزمون از نظر تشخیص دارای روایی بوده و قادر به پیش بینی است. بک، استیر و گاربین (1988)، در یک تحلیل سطح بالا از کوشش های مختلف برای تعیین همسانی درونی، ضرایب 0/73 تا 0/92 با میانگین 0/86 را به دست آوردند.

ارزشیابی روایی محتوایی، سازه و افتراقی و نیز تحلیل عاملی عموماً نتایج مطلوبی داشته اند. محتوای ماده های BDI با هم فکری و هم رأی متخصصان بالینی در مورد نشانه های مرضی بیماران افسرده تدوین شده و شش مورد از نه مقوله DSM III برای تشخیص افسردگی نیز در آن گنجانیده شده است (بک و همکاران، 1961).

روایی همزمان با درجه بندیهای بالینی برای بیماران روان پزشکی نشانگر ضرایب همبستگی از متوسط تا بالا و $r = 0/55 - 0/96$ است (بک و همکاران، 1988).

همبستگی این آزمون با مقیاس درجه بندی همیلتون برای افسردگی (0/73)، مقیاس خودسنجی افسردگی زونگ (0/76)، و مقیاس افسردگی MMPI (0/76) به دست آمده است (بک و همکاران، 1988).

استیر، بک، براون و برچیک (1987) گزارش کردند که افراد مبتلا به افسردگی عمده در مقایسه با افراد مبتلا به افسرده خویی نمره های نسبتاً بالایی در این آزمون می گیرند. در حالی که دیلی، پیکات، لمپیر، و میروز (1963) نتوانستند تفاوتی بین افسردگی درون زاد، افسردگی رجعتی و افسردگی روان زاد پیدا کنند.

از این آزمون حتی برای افراد تنها (گلد، 1982)، تحت فشار روانی (هامن و میول، 1982) و کسانی که درباره اضطراب خود گزارش داده اند (بیکر و جساب، 1980) استفاده شده است.

به طور کلی پژوهش های تحلیل عاملی نشانگر آن است که BDI یک عامل کلی افسردگی و نیز نگرش منفی نسبت به خود، اختلال عملکرد و اختلال بدنی را اندازه گیری می کند (تاناکا و هوبا، 1984).

واهب زلده (1352) به منظور بررسی چگونگی ارزش تشخیصی این آزمون در مورد بیماران افسرده و افراد سالم در ایران، ارزش تشخیصی آن را مورد تأیید قرار داد.

همچنین پرتو (1353) در یک تحقیق تجربی در مورد پراکندگی افسردگی در میان دانشجویان دانشکده های مختلف دانشگاه تهران، نشان داد که این آزمون از اعتبار (روایی) و ثبات (اعتبار) کافی برخوردار است. وی این آزمون را در سال 1370 بر روی جمعیت ایران میزان کرد.

پودات (1357) ضریب همبستگی مثبتی در سطح 0/56 رابا پرسش نامه کنترل درونی و بیرونی راتز روی گروهی از دانشجویان مرد دانشگاه تهران به دست آورد. چگینی (1361) همبستگی 0/54 را با مقیاس افسردگی MMPI به دست آورد.

EKeshoo.ir