

«Шкала депрессии Бека» (Beck Depression Inventory)

Подростковый вариант опросника Шкала депрессии Бека (Beck Depression Inventory) предложена А.Т. Беком в 1961 г. и разработана на основе клинических наблюдений, позволивших выявить ограниченный набор наиболее релевантных и значимых симптомов депрессии и наиболее часто предъявляемых пациентами жалоб. После соотнесения этого списка параметров с клиническими описаниями депрессии, содержащимися в соответствующей литературе, был разработан опросник, включающий в себя 21 категорию симптомов и жалоб. Каждая категория состоит из 4-5 утверждений, соответствующих специфическим проявлениям/симптомам депрессии. Эти утверждения ранжированы по мере увеличения удельного вклада симптома в общую степень тяжести депрессии. В соответствии со степенью выраженности симптома, каждому пункту присвоены значения от 0 (симптом отсутствует, или выражен минимально) до 3 (максимальная выраженность симптома). Некоторые категории включают в себя альтернативные утверждения, обладающие эквивалентным удельным весом. Показатель по каждой категории рассчитывается следующим образом: каждый пункт шкалы оценивается от 0 до 3 в соответствии с нарастанием тяжести симптома. Суммарный балл составляет от 0 до 62 и снижается в соответствии с улучшением состояния. Обработка и интерпретация результатов

При интерпретации данных учитывается суммарный балл по всем категориям.

- До 9 баллов удовлетворительное эмоциональное состояние - 4 балла,
- От 10 до 19 баллов легкая депрессия - 3 балла
- От 19 до 22 баллов умеренная депрессия - 2 балла
- Более 23 баллов тяжелая депрессия - 1 балл

Уровень депрессии в 19 баллов считается клиническим нарушением; уровень выше 24 баллов указывает на необходимость терапии - возможно с применением антидепрессантов.

Стимульный материал (подростковый вариант опросника)

Инструкция: «В этом опроснике содержатся группы утверждений. Внимательно прочитайте каждую группу утверждений. Затем определите в каждой группе одно утверждение, которое лучше всего соответствует тому,

как Вы себя чувствовали НА ЭТОЙ НЕДЕЛЕ И СЕГОДНЯ. Поставьте галочку около выбранного утверждения. Если несколько утверждений из одной группы кажутся Вам одинаково хорошо подходящими, то поставьте галочки около каждого из них. Прежде, чем сделать свой выбор, убедитесь, что Вы прочли Все утверждения в каждой группе»

1.

- 0 Мне не грустно.
- 1 Мне грустно или тоскливо.
- 2 Мне все время тоскливо или грустно и я ничего не могу с собой поделать •
- 3 Мне так грустно или печально, что я не могу этого вынести.

2.

- 0 Я смотрю в будущее без особого разочарования.
- 1 Я испытываю разочарование в будущем.
- 2 Я чувствую, что мне нечего ждать впереди.
- 3 Я чувствую, что будущее безнадежно и поворота к лучшему быть не может.

3.

- 0 Я не чувствую себя неудачником.
- 1 Я чувствую, что неудачи случались у меня чаще, чем у других людей.
- 2 Когда оглядываюсь на свою жизнь, я вижу лишь цепь неудач.
- 3 Я чувствую, что потерпел неудачу как личность (родители).

4.

- 0 У меня не потерял интерес к другим людям.
- 1 Я меньше, чем бывало, интересуюсь другими людьми.
- 2 У меня потерял почти весь интерес к другим людям и почти нет никаких чувств к ним.
- 3 У меня потерял всякий интерес к другим людям и они меня совершенно не заботят.

5.

- 0 Я принимаю решения примерно так же легко, как всегда
- 1 Я пытаюсь отсрочить принятые решения.
- 2 Принятие решений представляет для меня огромную трудность.
- 3 Я больше совсем не могу принимать решения.

6.

- 0 Я не чувствую, что выгляжу сколько-нибудь хуже, чем обычно.

- 1 Меня беспокоит то, что я выгляжу непривлекательно.
- 2 Я чувствую, что в моем внешнем виде происходят постоянные изменения, делающие меня непривлекательным.
- 3 Я чувствую, что выгляжу гадко и отталкивающе.

7.

- 0 Я не испытываю никакой особенной неудовлетворенности.
- 1 Ничто не радует меня так, как раньше.
- 2 Ничто больше не дает мне удовлетворения.
- 3 Меня не удовлетворяет всё.

8.

- 0 Я не чувствую никакой особенной вины.
- 1 Большую часть времени я чувствую себя скверным и ничтожным.
- 2 У меня довольно сильное чувство вины.
- 3 Я чувствую себя очень скверным и никчемным.

9.

- 0 Я могу работать примерно так же хорошо, как и раньше.
- 1 Мне нужно делать дополнительные усилия, чтобы что-то сделать.
- 3 Я не могу выполнять никакую работу.

10.

- 0 Я не испытываю разочарования в себе.
- 1 Я разочарован в себе.
- 2 У меня отвращение к себе.
- 3 Я ненавижу себя.

11.

- 0 У меня нет никаких мыслей о самоповреждении.
- 1 Я чувствую, что мне было бы лучше умереть.
- 2 У меня есть определенные планы совершения самоубийства.
- 3 Я покончу с собой при первой возможности.

12.

- 0 Я устаю ничуть не больше, чем обычно
- 1 Я устаю быстрее, чем раньше.
- 2 Я устаю от любого занятия.
- 3 Я устал чем бы то ни было заниматься.

13.

- 0 Мой аппетит не хуже, чем обычно.
- 1 Мой аппетит не так хорош, как бывало.
- 2 Мой аппетит теперь гораздо хуже.

- 3 У меня совсем нет аппетита.