**Kısa Beck Depresyon Envanteri**

Hastanın yaşı

Cinsiyeti: Öğrenim durumu:

Açıklama

Aşağıda yedi grup ifade bulunaktadır. Her gruptaki ifadeleri dikkatle okuduktan sonra bugün dahil olmak üzere son iki haftadaki duygu durumunuzu en iyi açıklayan ifadeyi seçiniz. Seçtiğiniz ifadenin yanandaki sayıyı daire içerisine alınız. Eğer bir grupta birden fazla ifade sizin durumunuza uyuyorsa en yüksek puanı alan ifadeyi seçiniz.

**1. Üzüntü**

0 Üzgün değilim.

1 Zaman zaman üzgünüm.

2 Her zaman üzgünüm.

3 Dayanamayacak kadar üzgün ve mutsuzum.

**2. Kötümserlik**

0 Gelecekten umutsuz değilim.

1 Geleceğim hakkında eskisinden daha umutsuzum.

2 Gelecekten çok umutsuzum.

3 Gelecekten beklediğim hiçbir şey yok.

**3. Geçmişteki başarısızlıklar**

0 Kendimi başarısız görmüyorum.

1 Yapabileceğim kadar başarılı olamadım.

2 Geriye baktığımda pek çok başarısızlık görüyorum.

3 Kendimi bir insan olarak tamamen başarısız görüyorum.

**4. Kendini beğenmeme**

0 Kendi hakkımda her zamanki gibi hissediyorum.

1 Kendime olan güvenim azaldı.

2 Kendimle ilgili hayal kırıklığı yaşıyorum.

3 Kendimden nefret ediyorum.

**5. Kendini suçlama**

0 Kendimi her zamankinden fazla eleştirmiyor ve suçlamıyorum.

1 Kendimi her zamankinden fazla suçluyorum.

2 Kendimi bütün hatalarım için suçluyorum.

3 Her kötü olayda kendimi suçluyorum.

***6. İlgi kaybı***

0 İnsanlara ve olaylara olan ilgimi kaybetmedim.

1 İnsanlar ve olaylara olan ilgim azaldı.

2 İnsanlar ve olaylara olan ilgimin çoğunu kaybettim.

3 Artık hiçbir şeye ilgi duymuyorum.

**7. İntihar düşüncesi veya isteği**

0 Kendimi öldürme gibi düşüncelerim yok.

1 Kendimi öldürme düşüncem var ama bunu yapmam.

2 Kendimi öldürmek isterdim.

3 Fırsatını bulsam kendimi öldürürüm.