

## Beck Depression Inventory

В этом опроснике есть 13 групп утверждений. Выберите из каждой группы только по одному утверждению, которое наиболее точно соответствует вашему ощущению в настоящий момент. Прежде, чем сделать свой выбор, прочитайте все утверждения, относящиеся к данной группе, и только потом обведите номер выбранного утверждения. Пожалуйста, отметьте только одно утверждение в каждой группе.

A	1	Я не испытываю чувства печали, тоски или грусти
	2	Я испытываю чувство печали, тоски или грусти
	3	Я постоянно испытываю чувство печали, тоски или грусти и не могу от него избавиться
	4	Мне настолько печально, тоскливо или грустно, что я не могу этого вынести
B	1	Будущее не представляется мне особенно мрачным
	2	Будущее кажется мне мрачным
	3	Будущее кажется мне мрачным и я не жду от него ничего хорошего
	4	Я чувствую, что мое будущее безнадежно и что ничего нельзя изменить
C	1	Я не чувствую, что я неудачник
	2	Я чувствую, что у меня неудач больше, чем у других
	3	Когда я оглядываюсь на свою жизнь, она представляется мне цепью неудач
	4	Я чувствую, что я абсолютный неудачник (как родитель, супруг и т.п.)
D	1	Я не испытываю особой неудовлетворенности
	2	Я не получаю того удовольствия, что было прежде
	3	Я перестал получать удовлетворение от чего бы то ни было
	4	Я всем недоволен
E	1	Я не чувствую за собой особой вины
	2	Большую часть времени я чувствую, что я плохой или недостойный человек
	3	Я постоянно испытываю чувство вины
	4	Я не чувствую, что я очень плохой или недостойный человек
F	1	Я не разочарован в себе
	2	Я разочарован в себе
	3	Я противен себе
	4	Я ненавижу себя
G	1	Мне не приходит в голову вредить себе
	2	Я чувствую, что мне лучше было бы умереть
	3	У меня есть конкретный план самоубийства
	4	Я покончил бы с собой, если бы мне это удалось
H	1	Я не потерял интерес к другим
	2	Люди интересуют меня меньше, чем раньше
	3	Я почти полностью потерял интерес к людям и мало думаю о них
	4	Люди совершенно не интересуют меня и я совсем не думаю о них
I	1	Я принимаю решения также, как обычно
	2	Я стараюсь оттянуть принятие решений
	3	Мне очень трудно принимать любые решения
	4	Я полностью потерял способность принимать решения
J	1	Мне не кажется, что я выгляжу хуже, чем обычно
	2	Меня беспокоит, что я выгляжу постаревшим и непривлекательным
	3	Я чувствую, что моя внешность все более ухудшается и непривлекательна
	4	Я чувствую, что я выгляжу уродливым и отталкивающим
K	1	Я могу работать также, как прежде
	2	Мне нужны дополнительные усилия, чтобы приступить к работе
	3	Мне крайне трудно заставить себя взяться за что-нибудь
	4	Я совершенно не способен работать
L	1	Я устаю не больше, чем обычно
	2	Я устаю быстрее, чем обычно
	3	Я устаю от всего
	4	Усталость не дает мне ничего делать
M	1	Аппетит у меня не хуже, чем обычно
	2	Аппетит у меня не такой хороший, как прежде
	3	Аппетит у меня значительно хуже, чем прежде
	4	У меня совсем пропал аппетит

Beck, A.T., Beamesderfer, A., 1974. Assessment of depression: the Depression Inventory. Psychological Measurements in Psychopharmacology. Modern Probl Pharmacopsychiatry. 7, 151-169.

Translated by Alexander V. Ponizovsky, MD, PhD.