

مقیاسی سنجش افکار خودکشی بک

آماده سازی و هنجاریابی: جعفر انیسی

نمره کل:

شغل:

تحصیلات:

نام و نام خانوادگی:

وضعیت تأهل:

محل اجرای آزمون:

تاریخ اجرا:

سن:

لطفاً عبارات زیر را به طور دقیق مطالعه کنید، سپس هر جمله ای که توصیف کننده وضعیت شما در هفته ی گذشته و امروز می باشد را با کشیدن دایره دور عدد آن، مشخص نمایید.

- (۱) ۰- به زندگی خود بسیار علاقمند هستم.
۱- علاقه ی من به زندگی کم است.
۲- علاقه ای به زندگی ندارم.
- (۲) ۰- دوست دارم زنده باشم.
۱- کمی میل به مردن در من وجود دارد.
۲- دوست دارم بمیرم.
- (۳) ۰- اصرار من برای زندگی کردن بیشتر از مردن است.
۱- برای من زندگی کردن و مردن تقریباً یکسان است.
۲- اصرار من برای مردن بیشتر از زندگی کردن است.
- (۴) ۰- هنگامی که در شرایط دشوار و خطرناک قرار می گیرم سعی می کنم جان خود را حفظ کنم.
۱- هنگامی که در شرایط دشوار باشم برایم مهم نیست که زنده بمانم یا بمیرم.
۲- هنگامی که در شرایط دشوار باشم برای حفظ جانم هیچ کوششی نمی کنم.
- (۵) ۰- هیچ میلی به خودکشی ندارم.
۱- کمی تمایل به خودکشی دارم.
۲- میل شدیدی به خودکشی دارم.

توجه:

در صورتی که در مورد پرسش شماره ۵ دور (۰) را دایره کشیده اید، لازم نیست که پرسش های بعدی را پاسخ دهید. در صورتی که در مورد پرسش شماره ۵ دور عدد (۱) یا (۲) را دایره کشیده و یا علامت زده اید حتماً پرسش های صفحه بعد را پاسخ دهید.

- (۶) ۰- زمان کوتاهی به فکر خودکشی می افتم که به سرعت از ذهنم می گذرد.
۱- گاهی کم و بیش به فکر خودکشی می افتم.
۲- مدت های طولانی فکر خودکشی را در ذهنم دارم.
- (۷) ۰- به ندرت درباره ی خودکشی فکر می کنم.
۱- گهگاهی درباره ی خودکشی فکر می کنم.
۲- تقریباً همیشه درباره ی خودکشی فکر می کنم.
- (۸) ۰- فکر درباره ی خودکشی را قبول ندارم.
۱- فکر درباره ی خودکشی را نه قبول دارم و نه رد می کنم.
۲- فکر درباره ی خودکشی را قبول دارم.
- (۹) ۰- اگر قصد خودکشی داشته باشم قادر به کنترل خودم هستم.
۱- مطمئن نیستم که بتوانم خودم را از ارتکاب به خودکشی کنترل کنم.
۲- اگر قصد خودکشی داشته باشم قادر به کنترل خودم نیستم.

- (۱۰) ۰- به خاطر خانواده، دوستان، مذهب و مجروحیت ناشی از خودکشی ناموفق قصد خودکشی ندارم.
- ۱- به خاطر خانواده، دوستان، مذهب و مجروحیت ناشی از خودکشی ناموفق، نسبت به اقدام خودکشی تا اندازه‌ای نگران هستم.
- (۱۱) ۲- نسبت به اقدام به خودکشی نگران خانواده، دوستان، مذهب و مجروحیت ناشی از خودکشی ناموفق نیستم.
- ۰- دلیل اصلی من از اقدام به خودکشی تأثیر گذاشتن بر دیگران است به طوری که به من توجه شود.
- ۱- منظور من از اقدام به خودکشی فقط تأثیر گذاشتن بر افراد نیست، بلکه راه‌حلی برای حل مشکلاتم می‌باشد.
- ۲- منظور اصلی من از اقدام به خودکشی فرار کردن از مشکلات است.
- (۱۲) ۰- طرح و برنامه خاصی برای اینکه چطور خودکشی کنم ندارم.
- ۱- راه‌های خودکشی را بررسی کرده‌ام، اما روی جزئیات آن فکر نکرده‌ام.
- ۲- طرح و برنامه خاصی برای اینکه چطور خودکشی کنم در ذهنم دارم.
- (۱۳) ۰- به یک روش و یا فرصت مناسبی که خودکشی کنم دسترسی ندارم.
- ۱- روشی را که قصد دارم برای خودکشی به کار ببرم وقت زیادی می‌خواهد و من فرصت بکارگیری این روش را ندارم.
- ۲- روشی را برای خودکشی انتخاب کرده‌ام و برای عملی کردن آن منتظر فرصت مناسب هستم.
- (۱۴) ۰- جزئیات یا توانایی اقدام به خودکشی را ندارم.
- ۱- مطمئن نیستم که جرأت و توانایی ارتکاب به خودکشی را داشته باشم.
- ۲- جرأت یا توانایی اقدام به خودکشی را دارم.
- (۱۵) ۰- گمان نمی‌کنم که قصد خودکشی داشته باشم.
- ۱- مطمئن نیستم که بخواهم خودکشی کنم.
- ۲- تقریباً برای اقدام به خودکشی و سایل لازم را آماده کرده‌ام.
- (۱۶) ۰- هیچ وسیله‌ای برای اقدام به خودکشی آماده نکرده‌ام.
- ۱- اندکی وسایل برای اقدام به خودکشی آماده کرده‌ام.
- ۲- تقریباً برای اقدام به خودکشی و سایل لازم را آماده کرده‌ام.
- (۱۷) ۰- درباره‌ی خودکشی‌ام تا کنون مطلبی ننوشته‌ام.
- ۱- درباره‌ی یادداشت خودکشی‌ام فکر کرده و یا شروع به نوشتن آن کرده‌ام، اما کامل نیست.
- ۲- یادداشت خودکشی‌ام را کامل کرده‌ام.
- (۱۸) ۰- در مورد حوادث و مسایل پس از خودکشی هیچ برنامه مشخصی ندارم.
- ۱- در مورد حوادث و وسایل پس از خودکشی تا حدودی برنامه‌ها را مشخص کرده‌ام.
- ۲- در مورد حوادث و مسایل پس از خودکشی بطور دقیق برنامه‌ریزی کرده‌ام.
- (۱۹) ۰- دیگران از قصد خودکشی من آگاه هستند.
- ۱- در مورد قصد خودکشی خود به دیگران چیزی نگفته‌ام.
- ۲- دیگران از قصد خودکشی من آگاه نیستند.

