

BDI-II-NL

Naam:

Datum:

INSTRUCTIES: Deze vragenlijst bestaat uit 21 rijtjes uitspraken. Lees a.u.b. ieder rijtje aandachtig en kies uit elk rijtje één uitspraak, die het best beschrijft hoe u zich **de afgelopen twee weken met vandaag** erbij gevoeld heeft. Omcirkel het cijfer vóór de door u gekozen uitspraak. Als meerdere uitspraken in een rijtje even goed van toepassing zijn, omcirkel dan het hoogste cijfer van dat rijtje. Let op dat u niet meer dan één uitspraak per rijtje kiest, ook bij vraag 16 (verandering in slaappatroon) en vraag 18 (verandering in eetlust).

1. Somberheid, verdriet

- 0 Ik voel me niet somber
- 1 Ik voel me een groot deel van de tijd somber
- 2 Ik ben de hele tijd somber
- 3 Ik ben zó somber of ongelukkig dat ik het niet verdragen kan

2. Pessimisme

- 0 Ik ben niet ontmoedigd over mijn toekomst
- 1 Ik ben meer ontmoedigd over mijn toekomst dan vroeger
- 2 Ik verwacht niet dat de dingen goed voor mij zullen uitpakken
- 3 Ik heb het gevoel dat mijn toekomst hopeloos is en dat het alleen maar erger zal worden.

3. Mislukkingen

- 0 Ik voel me geen mislukking
- 1 Ik heb te veel dingen laten mislukken
- 2 Als ik terugkijk, zie ik een hoop mislukkingen
- 3 Ik vind dat ik als persoon een totale mislukking ben

4. Verlies van plezier

- 0 Ik beleef net zo veel plezier als altijd aan de dingen die ik leuk vind
- 1 Ik geniet niet meer zo veel van dingen als vroeger
- 2 Ik beleef heel weinig plezier aan de dingen die ik vroeger leuk vond
- 3 Ik beleef geen enkel plezier aan de dingen die ik vroeger leuk vond

5. Schuldgevoelens

- 0 Ik voel me niet bijzonder schuldig
- 1 Ik voel me schuldig over veel dingen die ik heb gedaan of had moeten doen
- 2 Ik voel me meestal erg schuldig
- 3 Ik voel me de hele tijd schuldig

6. Gevoel gestraft te worden

- 0 Ik heb niet het gevoel dat ik gestraft wordt
- 1 Ik heb het gevoel dat ik misschien gestraft zal worden
- 2 Ik verwacht gestraft te worden
- 3 Ik heb het gevoel dat ik nu gestraft wordt

7. Afkeer van zichzelf

- 0 Ik voel me over mezelf net als altijd
- 1 Ik heb minder zelfvertrouwen
- 2 Ik ben teleurgesteld in mezelf
- 3 Ik heb een hekel aan mezelf.

8. Zelfkritiek

- 0 Ik bekritiseer of verwijt mijzelf niet meer dan gewoonlijk
- 1 Ik ben meer kritisch op mezelf dan vroeger
- 2 Ik bekritiseer mezelf voor al mijn tekortkomingen
- 3 Ik verwijt mijzelf al het slechte wat gebeurt

9. Suïcidale gedachten of wensen

- 0 Ik heb geen enkele gedachte aan zelfdoding
- 1 Ik heb gedachten aan zelfdoding, maar zou ze niet ten uitvoer brengen
- 2 Ik zou liever een eind aan mijn leven maken.
- 3 Ik zou een eind aan mijn leven maken als ik de kans kreeg

10. Huilen

- 0 Ik huil niet meer dan vroeger
- 1 Ik huil meer dan vroeger
- 2 Ik huil om elk klein ding
- 3 Ik wil graag huilen, maar ik kan het niet

Ga verder op de volgende pagina

11. Agitatie, onrust

- 0 Ik ben niet rustelozer of meer gespannen dan anders
- 1 Ik ben rustelozer of meer gespannen dan anders
- 2 Ik ben zo rusteloos of opgewonden dat ik moeilijk stil kan zitten
- 3 Ik ben zo rusteloos of opgewonden dat ik moet blijven bewegen of iets doen

12. Verlies van interesse

- 0 Mijn belangstelling voor andere mensen of activiteiten is niet verminderd
- 1 Ik heb nu minder belangstelling voor andere mensen of dingen dan vroeger
- 2 Ik heb mijn belangstelling voor andere mensen of dingen grotendeels verloren
- 3 Het is moeilijk om nog ergens belangstelling voor op te brengen

13. Besluiteloosheid

- 0 Ik neem beslissingen ongeveer even gemakkelijk als altijd
- 1 Ik vind het moeilijker om beslissingen te nemen dan gewoonlijk
- 2 Ik heb veel meer moeite met het nemen van beslissingen dan vroeger
- 3 Ik heb moeite met alle beslissingen

14. Waardeloosheid

- 0 Ik heb niet het gevoel dat ik waardeloos ben
- 1 Ik zie mezelf niet meer zo waardevol en nuttig als vroeger
- 2 Vergeleken met anderen voel ik me meer waardeloos
- 3 Ik voel me volstrekt waardeloos

15. Energieverlies

- 0 Ik heb nog evenveel energie als altijd
- 1 Ik heb minder energie dan vroeger
- 2 Ik heb niet voldoende energie om veel te doen
- 3 Ik heb niet genoeg energie om wat dan ook te doen

16. Verandering van slaappatroon

- 0 Mijn slaappatroon is niet veranderd
- 1a Ik slaap wat meer dan gewoonlijk
- 1b Ik slaap wat minder dan gewoonlijk
- 2a Ik slaap veel meer dan gewoonlijk
- 2b Ik slaap veel minder dan gewoonlijk
- 3a Ik slaap het grootste deel van de dag
- 3b Ik word 1-2 uren te vroeg wakker en kan niet meer inslapen

17. Prikkelbaarheid

- 0 Ik ben niet meer prikkelbaar dan anders
- 1 Ik ben meer prikkelbaar dan anders
- 2 Ik ben veel meer prikkelbaar dan anders
- 3 Ik ben de hele tijd prikkelbaar

18. Verandering van eetlust

- 0 Mijn eetlust is niet veranderd
- 1a Mijn eetlust is wat kleiner dan gewoonlijk
- 1b Mijn eetlust is wat groter dan gewoonlijk
- 2a Mijn eetlust is veel kleiner dan vroeger
- 2b Mijn eetlust is veel groter dan gewoonlijk
- 3a Ik heb helemaal geen eetlust
- 3b ik verlang de hele tijd naar eten

19. Concentratieproblemen

- 0 Ik kan me net zo goed concentreren als altijd
- 1 Ik kan me niet zo goed concentreren als anders
- 2 Het is lastig om mijn gedachten ergens lang bij te houden
- 3 Ik kan me nergens op concentreren

20. Moeheid

- 0 Ik ben niet meer moe of afgemat dan gewoonlijk
- 1 Ik word sneller moe of afgemat dan gewoonlijk
- 2 Ik ben te moe of afgemat voor veel dingen die ik vroeger wel deed
- 3 Ik ben te moe of afgemat voor de meeste dingen die ik vroeger wel deed

21. Verlies van interesse in seks

- 0 Ik heb de laatste tijd geen verandering gemerkt in mijn belangstelling voor seks
- 1 Ik heb minder belangstelling voor seks dan vroeger
- 2 Ik heb tegenwoordig veel minder belangstelling voor seks
- 3 Ik heb alle belangstelling voor seks verloren

Einde van de vragenlijst, controleer a.u.b. of alle vragen beantwoord zijn

	Subtotaal pag. 1
	Subtotaal pag. 2
	TOTAAL SCORE