

پرسشنامه افکار خودکشی بک

معرفی پرسشنامه

پرسشنامه افکار خودکشی دارای ۱۹ ماده است که به منظور آشکارسازی و اندازه گیری شدت نگرش‌ها، رفتارها و طرح‌ریزی برای ارتکاب به خودکشی در طی هفته گذشته تهیه شده است. مقیاس این پرسشنامه بر اساس طیف ۳ درجه‌ای از ۰ تا ۲ تنظیم شده است. نمره کلی فرد بر اساس جمع نمرات وی محاسبه می‌شود که از ۰ تا ۳۸ قرار دارد. ارزیابی افکار خودکشی در فرد بر اساس نمره کسب شده توسط افراد به صورت فاقد افکار خودکشی (نمره ۰ تا ۳) دارای افکار خودکشی کم (نمره ۴ تا ۱۱) و دارای افکار خودکشی پرخطر (نمره ۱۲ و بیشتر) خواهد بود. در آزمون افکار خودکشی بک ۵ سوال وجود دارد که سوالات غربالگری نام دارند. اگر پاسخ‌ها نشان‌دهنده تمایل به خودکشی فعال یا نافع باشد، سپس آزمودنی باید ۱۴ سوال بعدی را نیز پاسخ دهد (انیسی و همکاران، ۲۰۰۵).

منبع

ANISI, J., FATHI ASHTIANI, A., SALIMI, S., & AHMADI NOUDEH, K. (2005). VALIDITY AND RELIABILITY OF BECK SUICIDE SCALE IDEATION AMONG SOLDIERS. *JOURNAL OF MILITARY MEDICINE*, 7(1).

پرسشنامه افکار خودکشی بک

لطفا عبارات زیر را به طور دقیق مطالعه کنید. سپس هر جمله‌ای که توصیف کننده وضعیت شما در هفته گذشته و امروز می‌باشد را با کشیدن دایره دور عدد آن، مشخص کنید.

۱	۰- به زندگی خود بسیار علاقه مند هستم. ۱- علاقه من به زندگی کم است. ۲- علاقه‌ای به زندگی ندارم.
۲	۰- دوست دارم زنده باشم. ۱- کمی میل به مردن دارم. ۲- دوست دارم بمیرم.
۳	۰- اصرار من برای زندگی کردن بیشتر از مردن است. ۱- برای من مردن و زندگی کردن تقریباً یکسان است. ۲- اصرار من برای مردن بیشتر از زندگی کردن است.
۴	۰- هنگامی که در شرایط دشوار و خطرناک قرار می‌گیرم سعی می‌کنم 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 نمی‌کنم.
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 کشیده‌اید، لازم نیست که پرسش‌های بعدی این پرسشنامه را پاسخ دهید. در صورتی که در مورد پرسش شماره (۵) دور (۱) یا (۲) را دایره کشیده‌اید، حتما پرسش‌های بعدی را پاسخ دهید.
۶	۰- زمان کوتاهی به فکر خودکشی می‌افتم که به سرعت از ذهنم می‌گذرد. ۱- گاهی کم و بیش به فکر خودکشی می‌افتم. ۲- مدت‌های طولانی فکر خودکشی را در ذهنم دارم.

۷	<p>۰- به ندرت درباره خودکشی فکر می‌کنم.</p> <p>۱- گهگاهی درباره خودکشی فکر می‌کنم.</p> <p>۲- تقریباً همیشه درباره خودکشی فکر می‌کنم.</p>
۸	<p>۰- فکر درباره خودکشی را قبول ندارم.</p> <p>۱- فکر درباره خودکشی را نه قبول دارم و نه رد می‌کنم.</p> <p>۲- فکر درباره خودکشی را قبول دارم.</p>
۹	<p>۰- اگر قصد خودکشی داشته باشم قادر به کنترل خودم هستم.</p> <p>۱- مطمئن نیستم که بتوانم خودم را از ارتکاب به خودکشی کنترل کنم.</p> <p>۲- اگر قصد خودکشی داشته باشم قادر به کنترل خودم نیستم.</p>
۱۰	<p>۰- به خاطر خانواده، دوستان، مذهب و مجروحیت ناشی از خودکشی ناموفق قصد خودکشی ندارم.</p> <p>۱- به خاطر خانواده، دوستان، مذهب و مجروحیت ناشی از خودکشی ناموفق نسبت به اقدام خودکشی تا اندازه‌ای نگران هستم.</p> <p>۲- نسبت به اقدام به خودکشی نگران خانواده، دوستان، مذهب و مجروحیت ناشی از خودکشی ناموفق نیستم.</p>
۱۱	<p>۰- دلیل اصلی من از اقدام به خودکشی تاثیر گذاشتن بر دیگران است به طوری که به من توجه شود.</p> <p>۱- منظور من از اقدام به خودکشی فقط تاثیر گذاشتن بر افراد نیست، بلکه راه‌حلی برای حل مشکلاتم می‌باشد.</p> <p>۲- منظور اصلی من از اقدام به خودکشی فرار کردن از مشکلات است.</p>
۱۲	<p>۰- طرح و برنامه خاصی برای اینکه چطور خودکشی کنم ندارم.</p> <p>۱- راه‌های خودکشی را بررسی کرده‌ام، اما روی جزئیات آن فکر نکرده‌ام.</p> <p>۲- طرح و برنامه خاصی برای اینکه چطور خودکشی کنم در ذهنم دارم.</p>
۱۳	<p>۰- به یک روش و یا یک فرصت مناسبی که خودکشی کنم دسترسی ندارم.</p> <p>۱- روشی را که قصد دارم برای خودکشی به کار ببرم وقت زیادی می‌خواهد و من فرصت بکارگیری این روش را ندارم.</p> <p>۲- روشی را برای خودکشی انتخاب کرده‌ام و برای عملی کردن آن منتظر فرصت مناسب هستم.</p>
۱۴	<p>۰- جرات یا توانایی اقدام به خودکشی را ندارم.</p> <p>۱- مطمئن نیستم که جرات و توانایی ارتکاب به خودکشی را داشته باشم.</p> <p>۲- جرات یا توانایی اقدام به خودکشی را دارم.</p>

۱۵	<p>۰- گمان نمی‌کنم که قصد خودکشی داشته باشم.</p> <p>۱- مطمئن نیستم که بخواهم خودکشی کنم.</p> <p>۲- مطمئنم که خودکشی خواهم کرد.</p>
۱۶	<p>۰- هیچ وسیله‌ای برای اقدام به خودکشی آماده نکرده‌ام.</p> <p>۱- اندکی وسایل برای اقدام به خودکشی آماده کرده‌ام.</p> <p>۲- تقریباً برای اقدام به خودکشی وسایل لازم را آماده کرده‌ام.</p>
۱۷	<p>۰- درباره خودکشی‌ام تاکنون مطلبی نوشته‌ام.</p> <p>۱- درباره یادداشت خودکشی‌ام فکر کرده و یا شروع به نوشتن آن کرده‌ام، اما کامل نیست.</p> <p>۲- یادداشت خودکشی‌ام را کامل کرده‌ام.</p>
۱۸	<p>۰- در مورد حوادث و مسائل پس از خودکشی هیچ برنامه مشخصی ندارم.</p> <p>۱- در مورد حوادث و مسائل پس از خودکشی تا حدودی برنامه‌ها را مشخص کرده‌ام.</p> <p>۲- در مورد حوادث و مسائل پس از خودکشی به طور دقیق برنامه‌ریزی کرده‌ام.</p>
۱۹	<p>۰- دیگران از قصد خودکشی من آگاه هستند.</p> <p>۱- در مورد قصد خودکشی خود به دیگران چیزی نگفته‌ام.</p> <p>۲- دیگران از قصد خودکشی من آگاه نیستند.</p>