BADS

Skala for atferdsaktivering ved depresjon (BADS)

BADS er et selvrapporteringsverktøy som måler nivået av atferdsaktivering, samt unngåelse og impulsivitet, hos personer med depresjon. Det hjelper med å følge utviklingen under behandling basert på atferdsaktivering, ved å kartlegge ulike sider ved engasjement i aktiviteter, motivasjon og atferdsvaner.

Antall spørsmål	25 spørsmål
Estimert tid	10 minutter
Språk	Norsk bokmål
Originalnavn	Behavioral Activation for Depression Scale
Målgruppe	Voksne
Forfattere	Jonathan W. Kanter, Aaron M. Mulick, Daniel C. Busch, Jennifer L. Berlin, Amy N. Martell (2007)
Kategori	Depresjon

Forhåndsvisning av de 25 spørsmålene

Den siste uken, inkludert i dag:

Det var visse ting jeg trengte å gjøre som jeg ikke gjorde.

0 - Ikke i det hele tatt | 1 | 2 - Litt | 3 | 4 - Mye | 5 | 6 - Fullstendig

Den siste uken, inkludert i dag:

Jeg er fornøyd med hvor mye og hva slags ting jeg gjorde.

0 - Ikke i det hele tatt | 1 | 2 - Litt | 3 | 4 - Mye | 5 | 6 - Fullstendig

Den siste uken, inkludert i dag:

Jeg deltok i et bredt og variert utvalg av aktiviteter.

0 - Ikke i det hele tatt | 1 | 2 - Litt | 3 | 4 - Mye | 5 | 6 - Fullstendig

Den siste uken, inkludert i dag:

Jeg tok gode beslutninger om hva slags aktiviteter og/eller situasjoner jeg gikk inn i.

0 - Ikke i det hele tatt | 1 | 2 - Litt | 3 | 4 - Mye | 5 | 6 - Fullstendig

Den siste uken, inkludert i dag:

Jeg var aktiv, men oppnådde ingen av målene mine for dagen.

0 - Ikke i det hele tatt | 1 | 2 - Litt | 3 | 4 - Mye | 5 | 6 - Fullstendig

Skåring og tolkning

Hvert ledd skåres på en likertskala fra 0 til 6. Det beregnes totalskår og delskårer (aktivering, unngåelse/grubling, funksjonssvikt i arbeid/skole, sosial funksjonssvikt). En høy totalskår viser et høyere nivå av atferdsaktivering. Skårene tolkes ut fra terskelverdier fra litteraturen for å avgjøre om det er behov for ytterligere tiltak.