BADS

Skala aktywacji behawioralnej w depresji (BADS)

BADS to narzędzie samoopisowe mierzące poziom aktywacji behawioralnej, a także unikania i impulsywności u osób z depresją. Pomaga monitorować postępy w interwencjach opartych na aktywacji behawioralnej, oceniając różne aspekty zaangażowania w aktywności, motywacji i nawyków behawioralnych.

Liczba pytań	25 pytań
Szacowany czas	10 minut
Język	Polski
Nazwa oryginalna	Behavioral Activation for Depression Scale
Grupa docelowa	Dorośli
Autorzy	Jonathan W. Kanter, Aaron M. Mulick, Daniel C. Busch, Jennifer L. Berlin, Amy N. Martell (2007)
Kategoria	Depresja

Podgląd 25 pytań

W ciągu ostatniego tygodnia, włącznie z dniem dzisiejszym:

Były pewne rzeczy, które musiałem(-am) zrobić, a których nie zrobiłem(-am).

0 - Wcale | 1 | 2 - Trochę | 3 | 4 - W dużym stopniu | 5 | 6 - Całkowicie

W ciągu ostatniego tygodnia, włącznie z dniem dzisiejszym:

Jestem zadowolony(-a) z ilości i rodzaju rzeczy, które zrobiłem(-am).

0 - Wcale | 1 | 2 - Trochę | 3 | 4 - W dużym stopniu | 5 | 6 - Całkowicie

W ciągu ostatniego tygodnia, włącznie z dniem dzisiejszym:

Angażowałem(-am) się w szeroki i zróżnicowany wachlarz aktywności.

0 - Wcale | 1 | 2 - Trochę | 3 | 4 - W dużym stopniu | 5 | 6 - Całkowicie

W ciągu ostatniego tygodnia, włącznie z dniem dzisiejszym:

Podejmowałem(-am) dobre decyzje co do tego, w jakie aktywności i/lub sytuacje się angażuję.

0 - Wcale	1	2 - Trochę	3	4 - W dużym stopniu	5	6 - Całkowicie

W ciągu ostatniego tygodnia, włącznie z dniem dzisiejszym:

Byłem(-am) aktywny(-a), ale nie zrealizowałem(-am) żadnego ze swoich celów na dany dzień.

0 - Wcale	1	2 - Trochę	3	4 - W dużym stopniu	5	6 - Całkowicie

Obliczanie wyników i interpretacja

Każda pozycja jest oceniana na skali Likerta od 0 do 6. Oblicza się wynik ogólny i wyniki w podskalach (aktywacja, unikanie/ruminacja, upośledzenie funkcjonowania w pracy lub szkole, upośledzenie funkcjonowania społecznego). Wysoki wynik ogólny wskazuje na wyższy poziom aktywacji behawioralnej. Wyniki interpretuje się według punktów odcięcia ustalonych w literaturze, aby określić potrzebę dodatkowej interwencji.