

Skala beznadziejności Becka (BHS)

Skala beznadziejności Becka (BHS) to narzędzie psychometryczne służące do oceny subiektywnie pesymistycznego postrzegania przyszłości, które wpływa na stan psychiczny danej osoby i ryzyko samobójcze.

Liczba pytań	20 pytań
Szacowany czas	6 minut
Język	Polski
Nazwa oryginalna	Beck Hopelessness Scale
Grupa docelowa	Młodzież, dorośli
Autorzy	Aaron T. Beck, Arlene Weissman, Lester B. Kovacs (1974)
Kategoria	Ogólne

Podgląd 20 pytań

Patrzę w przyszłość z nadzieją i entuzjazmem.

Prawda Fałsz

Równie dobrze mogę się poddać, bo nie potrafię zmienić swojej sytuacji na lepsze.

Prawda Fałsz

Kiedy sprawy idą źle, pomaga mi świadomość, że nie może tak być zawsze.

Prawda Fałsz

Nie potrafię sobie wyobrazić, jak będzie wyglądało moje życie za 10 lat.

Prawda Fałsz

Mam dość czasu, aby osiągnąć to, na czym najbardziej mi zależy.

Prawda Fałsz

Obliczanie wyników i interpretacja

Wynik całkowity oblicza się, sumując punkty za poszczególne pozycje; każde pytanie jest warte 0 lub 1 punkt. Wysoki wynik wskazuje na wyższy poziom beznadziejności.

Korzystanie

To narzędzie nie jest dostępne na platformie Mentaal. Aby korzystać z tego kwestionariusza w swojej praktyce, musisz mieć ważną licencję. Zachęcamy do wysłania go bezpośrednio ze strony wydawcy.

Przejdź na stronę wydawcy