

Jméno: Příjmení: Datum narození:
Datum vyplnění: 200..

DOTAZNÍK PODLE BECKA (modifikace pro obézní pacienty)

Zakroužkujte v následujících prohlášeních ta, která nejlépe odpovídají tomu, jak jste se v posledním týdnu, včetně dneška cítil/a.

1. 0 Nemám smutnou náladu
1 Cítím se poněkud posmutnělý, sklíčený
2 Jsem stále smutný nebo sklíčený a nemohu se z toho dostat
3 Jsem tak smutný nebo nešťastný, že to už nemohu snést
2. 0 Do budoucnosti nepohlížím nijak pesimisticky nebo beznadějně
1 Poněkud se obávám budoucnosti
2 Vidím, že se už nemám na co těšit
3 Vidím, že budoucnost je zcela beznadějná a nemůže se zlepšit
3. 0 Nemám pocit nějakého životního neúspěchu
1 Mám pocit, že jsem měl v životě více smůly a neúspěchů než obvykle lidé mívají
2 Podívám-li se zpět na svůj život, vidím, že je to jen řada neúspěchů
3 Vidím, že jsem jako člověk (otec, matka, manžel/ka apod.) v životě zcela zklamal/a
4. 0 Pociťuji uspokojení z toho, jak věci řeším
1 Nelíbí se mi způsob, jak věci řeším
2 Téměř z ničeho, co dělám, už nemám skutečný pocit uspokojení
3 Ze všeho se cítím nespokojen a znuděn
5. 0 Necítím se nijak provinile
1 Občas cítím, že jsem méněcenný, horší než ostatní
2 Mám trvalý pocit viny
3 Ovládá mě pocit, že jsem zcela bezcenný, zlý, provinilý člověk
6. 0 Nemám pocit, že jsem trestán
1 Mám pocit, že mohu být potrestán
2 Očekávám, že budu potrestán
3 Vím, že si zasloužím trest
7. 0 Necítím nespokojenost sám se sebou
1 Zklamal jsem se sám v sobě
2 Jsem dosti znechucen sám sebou
3 Nenávídím se
8. 0 Necítím se být o nic horší než kdokoliv jiný
1 Jsem kritický vůči svým slabostem a chybám
2 Trvale se viním ze svých neúspěchů
3 Obviňuji se za vše špatné, co se stane
9. 0 Vůbec mi nepřipadne na mysl, že bych si měl něco udělat
1 Mám někdy pocit, že by bylo lépe nežít
2 Často přemýšlím, jak spáchat sebevraždu
3 Kdybych měl příležitost, tak bych si vzal život
10. 0 Nepláči více než obvykle
1 Pláči více než dříve
2 Stále nyní pláči
3 Dříve jsem mohl plakat, ale nyní si už ani nemohu zaplakat, ačkoli bych chtěl
11. 0 Necítím se teď více podrážděný než kdykoliv dříve
1 Rozčílím se nyní mnohem snáze než v minulosti
2 Cítím se trvale podrážděný
3 Již mne vůbec nedráždí věci, které mne obvykle rozčilovaly

12. 0 Neztratil jsem zájem o druhé lidi
1 Mám poněkud menší zájem o lidi ve svém okolí než dříve
2 Ztratil jsem většinu zájmu o lidi a jsou mi lhostejní
3 Ztratil jsem veškerý svůj zájem o druhé lidi a nechci s nikým nic mít
13. 0 Dokážu se rozhodnout v běžných situacích
1 Někdy mám sklon odkládat svá rozhodnutí
2 Mám nyní větší potíže s rozhodováním než dříve
3 Vůbec v ničem se již nedokážu rozhodnout
14. 0 Vypadám stejně jako dříve
1 Obávám se, že vypadám staře a nepřitažlivě
2 Mám pocit, že se můj vzhled trvale zhoršil, takže vypadám dosti nepřitažlivě
3 Jsem přesvědčen, že vypadám hnusně až odpudivě
15. 0 Jsem schopen pracovat stejně dobře jako dříve
1 Musím se nutit, abych začal něco dělat
2 Dá mi velké přemáhání, abych cokoli udělal
3 Nejsem schopen jakékoli práce
16. 0 Spím stále tak dobře jako dříve
1 Spím hůře než dříve
2 Budím se o 1-2 hodiny časněji než jsem byl zvyklý a těžko opět usínám
3 Probouzím se o několik hodin dříve než jsem byl zvyklý a již nemohu usnout
17. 0 Necítím se unavenější než obvykle
1 Unavím se snadněji než dříve
2 Všechno mně unavuje
3 Únava mě zabraňuje, abych cokoli dělal
18. 0 Mám svou obvyklou chuť k jídlu
1 Mám větší chuť k jídlu než jsem míval
2 Cítím nyní mnohem větší chuť k jídlu
3 Jsem zcela ovládnán chutí k jídlu
19. 0 Nepřibral jsem podstatně na váze za posledního půl roku
1 Přibral jsem na váze za posledního půl roku více než 3 kg
2 Přibral jsem na váze za posledního půl roku více než 5 kg
3 Přibral jsem na váze za posledního půl roku více než 8 kg
20. 0 Nemám větší potíže se svým zdravím, než jsem míval
1 Dělán si starosti o svou fyzickou kondici, neboť nyní více trpím bolestmi, zažívacími potížemi nebo zácpou
2 Mám trvalý strach o svůj zdravotní stav, takže těžko mohu přemýšlet o čemkoliv jiném
3 Jsem zcela vyčerpán svými bolestmi a zdravotními obtížemi
21. 0 Nepozoruji, že by se změnil můj zájem o druhé pohlaví
1 Mám menší zájem o sex než jsem míval
2 Zajímám se teď o sex mnohem méně než dříve
3 Ztratil jsem úplně zájem o sex