

**BDI-II-NL**

Aaron T. Beck. BDI-II-NL, A.J. Willem van der Does

**Instructies:** Deze vragenlijst bestaat uit 21 rijtjes uitspraken. Lees a.u.b. ieder rijtje aandachtig en kies uit elk rijtje één uitspraak, die het best beschrijft hoe u zich **de afgelopen twee weken met vandaag erbij** gevoeld heeft. Klik het rondje aan vóór de door u gekozen uitspraak. Als meerdere uitspraken in een rijtje even goed van toepassing zijn, klik dan het onderste rondje aan van de uitspraken die op u van toepassing zijn. Let er op dat u niet meer dan één uitspraak per rijtje kiest, ook bij vraag 16 (Verandering van Slaappatroon) en 18 (Verandering van Eetlust).

*Deze test is door NETQ Healthcare te Utrecht vervaardigd, na schriftelijke toestemming d.d. 26 oktober 2010 van de uitgever en rechthebbende Pearson Assessment and Information B.V. te Amsterdam. Deze test is auteursrechtelijk beschermd en het verveelvoudigen en/of verspreiden, in welke vorm dan ook, zonder de vereiste voorafgaande schriftelijke toestemming van Pearson Assessment and Information B.V. te Amsterdam is strafbaar (art. 31 Auteurswet). Onder verveelvoudigen valt onder andere, maar niet uitsluitend, het maken van een schermafdruk of het uitprinten van (een deel van) de test. Testresultaten vallen hier niet onder.*

**1. 1. Somberheid, verdriet**

- Ik voel me niet somber.
- Ik voel me een groot deel van de tijd somber.
- Ik ben de hele tijd somber.
- Ik ben zó somber of ongelukkig dat ik het niet verdragen kan.

**2. 2. Pessimisme**

- Ik ben niet ontmoedigd over mijn toekomst.
- Ik ben meer ontmoedigd over mijn toekomst dan vroeger.
- Ik verwacht niet dat de dingen goed voor mij zullen uitpakken.
- Ik heb het gevoel dat mijn toekomst hopeloos is en dat het alleen maar erger zal worden.

**3. 3. Mislukkingen**

- Ik voel me geen mislukking.
- Ik heb te veel dingen laten mislukken.
- Als ik terugkijk, zie ik een hoop mislukkingen.
- Ik vind dat ik als persoon een totale mislukking ben.

**4. 4. Verlies van plezier**

- Ik beleef net zo veel plezier als altijd aan de dingen die ik leuk vind.
- Ik geniet niet meer zoveel van dingen als vroeger.
- Ik beleef heel weinig plezier aan de dingen die ik vroeger leuk vond.
- Ik beleef geen enkel plezier aan de dingen die ik vroeger leuk vond.

**5. 5. Schuldgevoelens**

- Ik voel me niet bijzonder schuldig.
- Ik voel me schuldig over veel dingen die ik heb gedaan of had moeten doen.
- Ik voel me meestal erg schuldig.
- Ik voel me de hele tijd schuldig.

**6. 6. Gevoel gestraft te worden**

- Ik heb niet het gevoel dat ik gestraft word.
- Ik heb het gevoel dat ik misschien gestraft zal worden.
- Ik verwacht gestraft te worden.
- Ik heb het gevoel dat ik nu gestraft word.

**7. 7. Afkeer van zichzelf**

- Ik voel me over mezelf net als altijd.
- Ik heb minder zelfvertrouwen.
- Ik ben teleurgesteld in mezelf.
- Ik heb een hekel aan mezelf.

**8. 8. Zelfkritiek**

- Ik bekritiseer of verwijt mijzelf niet meer dan gewoonlijk.
- Ik ben meer kritisch op mezelf dan vroeger.
- Ik bekritiseer mezelf voor al mijn tekortkomingen.
- Ik verwijt mijzelf al het slechte wat gebeurt.

**9. 9. Suïcidale gedachten of wensen**

- Ik heb geen enkele gedachte aan zelfdoding.
- Ik heb gedachten aan zelfdoding, maar ik zou ze niet ten uitvoer brengen.
- Ik zou liever een eind aan mijn leven maken.
- Ik zou een eind aan mijn leven maken als ik de kans kreeg.

**10. 10. Huilen**

- Ik huil niet meer dan vroeger.
- Ik huil meer dan vroeger.
- Ik huil om elk klein ding.
- Ik wil graag huilen, maar ik kan het niet.

**11. 11. Agitatie, onrust**

- Ik ben niet rusteloz of meer gespannen dan anders.
- Ik ben rusteloz of meer gespannen dan anders.
- Ik ben zo rusteloos of opgewonden dat ik moeilijk stil kan zitten.
- Ik ben zo rusteloos of opgewonden dat ik moet blijven bewegen of iets doen.

**12. 12. Verlies van interesse**

- Mijn belangstelling voor andere mensen of activiteiten is niet verminderd.
- Ik heb nu minder belangstelling voor andere mensen of dingen dan vroeger.
- Ik heb mijn belangstelling voor andere mensen of dingen grotendeels verloren.
- Het is moeilijk om nog ergens belangstelling voor op te brengen.

**13. 13. Besluiteloosheid**

- Ik neem beslissingen ongeveer even makkelijk als altijd.
- Ik vind het moeilijker om beslissingen te nemen dan gewoonlijk.
- Ik heb veel meer moeite met het nemen van beslissingen dan vroeger.
- Ik heb moeite met alle beslissingen.

**14. 14. Waardeloosheid**

- Ik heb niet het gevoel dat ik waardeloos ben.
- Ik zie mezelf niet meer zo waardevol en nuttig als vroeger.
- Vergeleken met anderen voel ik me meer waardeloos.
- Ik voel me volstrekt waardeloos.

**15. 15. Energieverlies**

- Ik heb nog evenveel energie als altijd.
- Ik heb minder energie dan vroeger.
- Ik heb niet voldoende energie om veel te doen.
- Ik heb niet genoeg energie om wat dan ook te doen.

**16. 16. Verandering van slaappatroon**

- Mijn slaappatroon is niet veranderd.
- Ik slaap wat meer dan gewoonlijk.
- Ik slaap wat minder dan gewoonlijk.
- Ik slaap veel meer dan gewoonlijk.
- Ik slaap veel minder dan gewoonlijk.
- Ik slaap het grootste deel van de dag.
- Ik word 1-2 uren te vroeg wakker en kan niet meer inslapen.

**17. 17. Prikkelbaarheid**

- Ik ben niet meer prikkelbaar dan anders.
- Ik ben meer prikkelbaar dan anders.
- Ik ben veel meer prikkelbaar dan anders.
- Ik ben de hele tijd prikkelbaar.

**18. 18. Verandering van eetlust**

- Mijn eetlust is niet veranderd.
- Mijn eetlust is wat kleiner dan gewoonlijk.
- Mijn eetlust is wat groter dan gewoonlijk.
- Mijn eetlust is veel kleiner dan vroeger.
- Mijn eetlust is veel groter dan gewoonlijk.
- Ik heb helemaal geen eetlust.
- Ik verlang de hele tijd naar eten.

19. **19. Concentratieproblemen**

- Ik kan me net zo goed concentreren als altijd.
- Ik kan me niet zo goed concentreren als anders.
- Het is lastig om mijn gedachten ergens lang bij te houden.
- Ik kan me nergens op concentreren.

20. **20. Moeheid**

- Ik ben niet meer moe of afgemat dan gewoonlijk.
- Ik word sneller moe of afgemat dan gewoonlijk.
- Ik ben te moe of afgemat voor veel dingen die ik vroeger wel deed.
- Ik ben te moe of afgemat voor de meeste dingen die ik vroeger wel deed.

21. **21. Verlies van interesse in sex**

- Ik heb de laatste tijd geen verandering gemerkt in mijn belangstelling voor sex.
- Ik heb minder belangstelling voor sex dan vroeger.
- Ik heb tegenwoordig veel minder belangstelling voor sex.
- Ik heb alle belangstelling voor sex verloren.

Translated and adapted by permission.

Copyright 1996, 1987 Aaron T. Beck.

Dutch translation copyright 2002 by Aaron T. Beck.

Adapted, translated and reproduced by permission of the Publisher, Pearson Assessment BV.

<https://www.pearson-nl.com>