

МИНИСТЕРСТВО ЗДРАВООХРАНЕНИЯ РЕСПУБЛИКИ БЕЛАРУСЬ

УТВЕРЖДАЮ

Первый заместитель Министра

Д.Л. Пиневиц

«05» февраля 2013 года

Регистрационный номер 175-1113

**МЕТОД ОЦЕНКИ РИСКА СОВЕРШЕНИЯ ПОВТОРНЫХ  
СУИЦИДАЛЬНЫХ ДЕЙСТВИЙ ПРИ НЕПСИХОТИЧЕСКИХ  
ПСИХИЧЕСКИХ РАССТРОЙСТВАХ**

Инструкция по применению

УЧРЕЖДЕНИЯ - РАЗРАБОТЧИКИ:

ГУ «Республиканский научно-практический центр психического  
здоровья»,

УЗ «Городской психоневрологический диспансер» г. Минска

АВТОРЫ:

к.м.н. А.П. Гелда, К.Е. Рунец, И.С. Залесская, Е.Ю. Никулина, Е.В. Шейко,  
А.В. Роменский, Е.Г. Горюшкина, Е.В. Кучко, Т.Б. Карманова, В.С. Чудук,  
Н.С. Отчик, И.Г. Сорокин

Минск 2013

Настоящая инструкция по применению (далее – инструкция) разработана для обследования пациентов с непсихотическими психическими расстройствами с впервые в жизни совершенной суицидальной попыткой и выявления среди них лиц с высоким риском рецидива суицидальной агрессии с целью своевременного их включения в программы антисуицидальных лечебно-реабилитационных мероприятий для предупреждения повторных суицидальных действий.

Инструкция предназначена для врачей-психиатров-наркологов, врачей-психотерапевтов, врачей общей практики.

#### **ПЕРЕЧЕНЬ НЕОБХОДИМОГО ОБОРУДОВАНИЯ И ИНСТРУМЕНТАРИЯ**

1. Стандартное оборудование кабинета врача-психиатра-нарколога (врача-психотерапевта) поликлиники, диспансера, стационарного отделения учреждений здравоохранения психиатрического или наркологического профиля.

2. Шкала оценки риска повторного самопокушения (ШОРПС) на бумажном носителе (или компьютерный вариант) и дополнения к ней (см. приложение «Шкалы самооценки»).

3. Набор бланков для регистрации ответов при использовании ШОРПС.

#### **ПОКАЗАНИЯ К ПРИМЕНЕНИЮ МЕТОДА**

Непсихотические психические расстройства у пациентов, совершивших впервые в жизни суицидальную попытку: 1) органические непсихотические психические расстройства (F06.3-F06.8; F07); 2) употребление психоактивных веществ с вредными последствиями или синдромом зависимости (F10.1-F10.2 ... F19.1-F19.2); 3) невротические, связанные со стрес-

сом<sup>1</sup>, и соматоформные расстройства (F40-F43; F45; F48); 4) расстройства зрелой личности и поведения у взрослых (F60-F69) и 5) поведенческие и эмоциональные расстройства в подростковом возрасте (F90-F92).

### **ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ К ПРИМЕНЕНИЮ МЕТОДА**

Отсутствие добровольного согласия на заполнение ШОРПС, возраст до 14 лет.

### **ОПИСАНИЕ ТЕХНОЛОГИИ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ МЕТОДА**

Шкала оценки риска повторного самопокушения при непсихотических психических расстройствах включает 30 основных факторов суицидального риска: 10 социально-демографических, 4 биографических, 10 медицинских, 3 уровня суицидальной готовности и 3 копинг-механизмов преодоления суицидоопасной ситуации, а также 13 факторов событий и обстоятельств суицидогенного конфликта, оценка которых в совокупности с оценкой основных факторов суицидального риска позволяет более точно диагностировать уровень и степень готовности совершения повторных суицидальных действий.

Процедура оценки риска повторного самопокушения представлена пошаговыми действиями в соответствии со структуризацией ШОРПС, в том числе предполагает проведение опроса с заполнением интервьюируемым (парасуицидентом) бланков самооценки по ряду психометрических тестов (опросники субшкалы «Медицинские факторы риска»: «Алкоголь как проблема», «Медикаменты и наркотики как проблема», «Уровень депрессии», «Уровень тревоги», «Стрессоустойчивость и социальная адаптация»; опросники субшкалы «Уровень суицидальной готовности»: «Шкала суицидальных намерений», «Шкала безнадежности», «Шкала мотивов па-

---

<sup>1</sup> Невротические, связанные со стрессом, расстройства, в т.ч. впервые в жизни диагностированные в ситуации переживаемого суицидоопасного кризиса.

расуицида»; опросник Э. Хайма субшкалы «Копинг-механизмы преодоления суицидоопасной ситуации»). Валидизированные для применения варианты тестов и интерпретация их результатов представлены в инструкции.

Каждый из 30 основных факторов суицидального риска оценивается по 4-х бальной шкале (от 0 до 3). Позиции ответов «0», «1», «2», «3» подробно описательно изложены и структурированы в соответствии с принадлежностью к определенной группе факторов суицидального риска. Исследователю требуется выбрать нужную позицию ответа по каждому из основных факторов суицидального риска и отметить ее (зачеркнуть или обвести) в бланке ШОРПС в столбце «оценка». Последующие действия подразумевают подсчет с отметкой цифрой в соответствующих столбцах бланка ШОРПС суммы баллов как отдельно по каждой из 5-ти субшкал основных факторов суицидального риска, так и общей суммы баллов по данным субшкалам, а также расчет показателя индекса суицидогенности путем операции деления общей суммы баллов на число «30» (число основных факторов суицидального риска). Показатель оценки риска повторного самопокушения в бланке ШОРПС отмечается буквами: О — риск отсутствует, М — минимальный, С — средний, В — высокий.

Для достижения факторной инвариантности при выбранной 4-х ранговой дискретной шкале ответов на пункты ШОРПС и модели оценки влияния 30 основных факторов суицидального риска расчетный показатель в 15 баллов определяется как стабильный минимум оценки риска повторного самопокушения.

В ниже представленных таблицах указаны диапазоны величин оценки риска повторного самопокушения при непсихотических психических

расстройствах на двух взаимодополняющих уровнях: по оценке общей суммы баллов и по показателю индекса суицидогенности.

Общая сумма баллов (субшкалы 1-5)		[полный вариант]	[ ]
Оценка риска повторного самопокушения (отмечается буквами: О, М, С, В)			[ ]
риск	сумма баллов	индекс суицидогенности	
отсутствует (О)	≤ 14	≤ 0,47	
минимальный (М)	15-28	0,50-0,93	
средний (С)	29-57	0,97-1,90	
высокий (В)	58-86	1,93-2,87	

Общая сумма баллов (субшкалы 1-2, 3.1-3.7)		[укороченный вариант]	[ ]
Оценка риска повторного самопокушения (отмечается буквами: О, М, С, В)			[ ]
риск	сумма баллов	индекс суицидогенности	
отсутствует (О)	≤ 9	≤ 0,43	
минимальный (М)	10-19	0,48-0,90	
средний (С)	20-39	0,95-1,86	
высокий (В)	40-59	1,90-2,81	

Укороченный вариант метода применяется при амбулаторном обследовании парасуицидента и не предполагает тестирование уровня тревоги, стрессоустойчивости и социальной адаптации (субшкалы 3.8-3.10), уровней суицидальной готовности по шкалам суицидальных намерений, безнадежности и мотивов парасуицида (субшкалы 4.1-4.3), а также оценки копинг-механизмов преодоления суицидоопасной ситуации (субшкалы 5.1-5.3) (при расчете индекса суицидогенности число основных факторов суицидального риска — 21).

Каждый из 13 факторов событий и обстоятельств суицидогенного конфликта (субшкала 6.1-6.6) оценивается по 4-уровневой категориальной системе (от «-» до «+++»). Положения ответов «-», «+», «++», «+++» подробно описательно изложены и структурированы в соответствии с принадлежностью к определенной группе факторов событий и обстоятельств суицидогенного конфликта. Исследователю требуется выбрать нужную позицию ответа по каждому из факторов событий и обстоятельств суицидоген-

ного конфликта и отметить ее (зачеркнуть или обвести) в бланке ШОРПС в столбце «категория риска». Последующие действия подразумевают подсчет общего количества категорий низкого риска («+»), среднего риска («++») и высокого риска («+++») с их отметкой цифрой в соответствующих столбцах бланка ШОРПС. Показатель оценки риска повторного самопокушения по факторам событий и обстоятельств суицидогенного конфликта в бланке ШОРПС отмечается буквами: О — риск отсутствует, М — минимальный, С — средний, В — высокий.

Оценка риска повторного самопокушения при непсихотических психических расстройствах по факторам событий и обстоятельств суицидогенного конфликта проводится на основе анализа комбинаций вариантов категорий риска: низкого, среднего или высокого. Дифференцирующие признаки оценки разного риска повторного самопокушения сгруппированы и указаны в ниже представленной таблице с примечанием к ней.

Риск повторного самопокушения	Категория риска: комбинация вариантов	
отсутствует (О)	≤ 2 «+»	
минимальный (М)	≥ 3 «+»	≤ 2 «++» 1 «+++» вне зависимости от количества «+» и не более 1 «++»
средний (С)	3-4 «++»	2 «++» и 1-2 «+++» вне зависимости от количества «+»
высокий (В)	≥ 5 «+++» вне зависимости от количества «+»	≥ 2 «+++» вне зависимости от количества «+» и «++»

**Примечание.** Исключение из вышеотмеченного правила оценки риска повторного самопокушения по факторам «События и обстоятельства суицидогенного кризиса». Пункт 6.1.4 «Потеря «значимого другого»: **смерть** в недавнем прошлом ребенка/супруга(и) (гражданского партнера)» как категория высокого риска (3 балла) всегда сочетается с пунктом 6.1.6 «Социальная изоляция: изменение привычного стереотипа жизни» (категория низкого риска в 1 балл) и совокупно ситуация оценивается как высокого риска повторного самопокушения.

**ИНТЕРПРЕТАЦИЯ РЕЗУЛЬТАТОВ.** Прогностическая оценка риска совершения повторного самопокушения при непсихотических психических расстройствах проводится на двух уровнях: *краткосрочный прогноз* — на срок до 1 года (оценка суицидогенного влияния факторов событий и обстоятельств переживаемого кризиса; субшкала 6.1-6.6) и *среднесрочный* — на срок до 2 лет (совокупно: оценка влияния суицидогенных факторов predisпозиции — социально-демографических, биографических и факторов статусного состояния парасуицидента в ближайшем постсуицидальном периоде — медицинских, уровня суицидальной готовности и копинг-механизмов преодоления суицидоопасной ситуации; субшкалы 1-5) с последующей формулировкой *интегральной оценки* риска повторного самопокушения.

**Краткосрочный прогноз.** Вероятность совершения в течение календарного года после первичного самопокушения повторного преимущественно определяется силой влияния факторов событий и обстоятельств суицидогенного конфликта. Показатели оценки среднего или высокого риска совершения повторного самопокушения считаются неблагоприятными для краткосрочного прогноза и фактически свидетельствуют о высокой вероятности повторных суицидальных действий в текущем календарном году, в первую очередь в текущее полугодие.

**Среднесрочный прогноз.** Вероятность совершения в отдаленной перспективе (до 2 лет) повторного самопокушения преимущественно определяется силой совокупного влияния факторов predisпозиции и статусного состояния парасуицидента в ближайшем постсуицидальном периоде (первая неделя после совершенной суицидальной попытки). Показатели оценки среднего или высокого риска совершения повторного самопокушения считаются неблагоприятными для среднесрочного прогноза и факти-

чески свидетельствуют о высокой вероятности повторных суицидальных действий в ближайшие 2 года после первичного самопокушения, преимущественно в период от 1 года до 2 лет.

**Интегральная оценка риска повторного самопокушения.** Проводится на основе экспертной оценки характеристик краткосрочного и среднесрочного прогнозов и вариантов их комбинаций (таблица ниже).

риск повторного самопокушения	оценка риска по субшкале 6.1-6.6	оценка риска по субшкалам 1-5 (1-2, 3.1-3.7)
отсутствует	отсутствует	отсутствует
	минимальный	
минимальный	отсутствует	одна из позиций: минимальный/средний
	минимальный	
средний	средний	одна из позиций: минимальный/средний
высокий	средний	высокий
	высокий	одна из позиций: средний/высокий

Тест-ретестовая надежность для ШОРПС достаточно хорошая и иных комбинаций для интегральной (общей) оценки риска повторного самопокушения практически не отмечалось.

Обследованных лиц с интегральным показателем среднего или высокого риска совершения повторного самопокушения следует незамедлительно включать в программы долгосрочных антисуицидальных лечебно-реабилитационных мероприятий.

### **ВОЗМОЖНЫЕ ОСЛОЖНЕНИЯ И ОШИБКИ ПРИ ИСПОЛЬЗОВАНИИ МЕТОДА**

При недостаточной мотивированности респондента, низком уровне доверия к интервьюеру и при отсутствии гарантий конфиденциальности возможно получение недостоверного результата.



ШКАЛА ОЦЕНКИ РИСКА ПОВТОРНОГО САМОПОКУШЕНИЯ (ШОРПС)		Дата	201 г.
№	Ф.И.О.	Оценка (балл)	
<b>ФАКТОРЫ РИСКА</b>			
<b>1</b>	<b>СОЦИАЛЬНО-ДЕМОГРАФИЧЕСКИЕ</b>		
<b>1.1</b>	<b>Пол</b>		
	мужской/женский	1	
<b>1.2</b>	<b>Место проживания в настоящее время (реального, а не прописки)</b>		
	не применимо/без определенного места проживания (жительства)	0	
	крупный город (областной центр)	1	
	город (районный центр, не областной город) и поселки городского типа	2	
	деревня и поселки без официального статуса городского типа	3	
<b>1.3</b>	<b>Возраст (диапазон лет)</b>		
	≤ 15 лет и ≥ 50 лет	0	
	40-49 лет	1	
	30-39 лет	2	
	16-29 лет	3	
<b>1.4</b>	<b>Уровень образования</b>		
	высшее	0	
	незаконченное высшее (прохождение более 3 курсов института/университета)	1	
	среднее (среднее специальное)	2	
	низкий образовательный уровень, незаконченное среднее	3	
<b>1.5</b>	<b>Общественно-профессиональное положение: профессиональный статус</b>		
	учащийся/студент/аспирант (докторант)/военнослужащий (МО, КГБ, МЧС, МВД и др.)/пенсионер (по возрасту/инвалидности)/отпуск/опека по уходу за ребенком/по уходу за больным родственником и пр.	0	
	служащий, включая управленческий персонал, частных предпринимателей	1	
	высококвалифицированный рабочий (наемные работники среднего и высокого профессионального уровня – продавцы магазинов, кассиры, водители, слесари, электрики, монтажники, столяры, станочники и др.)	2	
	малоквалифицированный рабочий (наемные работники низкого профессионального уровня – уборщики помещений, санитары, няни, вахтеры и др.)	3	
<b>1.6</b>	<b>Общественно-профессиональное положение: экономическая занятость</b>		
	не работающий пенсионер по возрасту/инвалидности	0	
	постоянная работа/учеба/служба (МО, КГБ, МЧС, МВД и др.)	1	
	не постоянная/временная работа	2	
	не работает/безработный (в трудоспособном возрасте)	3	
<b>1.7</b>	<b>Текущее семейное положение</b>		
	иждивенец (лицо, не достигшее совершеннолетия)	0	
	состоит в браке, включая гражданский (первый/второй и последующий брак)	1	
	никогда не был(а) в браке (для лиц брачного возраста – 18 лет и старше)	2	
	разведен(а), вдовец/вдова	3	
<b>1.8</b>	<b>Состав семьи</b>		
	проживает с родителями/ с партнером без детей/с партнером и детьми	0	
	проживает один/одна (в собственной квартире/доме/общежитии)	1	
	проживает с одним родителем/ без партнера с детьми	2	
	проживает в деформированной семье (с отчимом/мачехой, пасынком/падчерицей), с разведенным(ой) супругом(ой)	3	

<b>1.9</b>	<b>Условия проживания: материально-бытовые</b>	<b>уровень доходов</b>	
	благоприятные	достаточный	0
	удовлетворительные	хороший (средний)	1
	плохие	низкий	2
	неблагоприятные	отсутствие достаточных средств к существованию	3
<b>1.10</b>	<b>Противоправная активность, социальные санкции и поведение</b>		
	правопослушное поведение/другая противоправная активность (не указанная ниже)		0
	имело место привлечение к административно-правовой ответственности		1
	имело место привлечение к уголовной ответственности (судимость)		2
	антисоциальное поведение, неоднократные судимости		3
<b>1. Сумма баллов</b>			<b>[     ]</b>
<b>2</b>	<b>БИОГРАФИЧЕСКИЕ</b>		
<b>2.1</b>	<b>Насилие со стороны родных и близких родственников в возрасте до 13 лет</b>		
	не было		0
	эпизодически/систематически имевшее место		1
<b>2.2</b>	<b>Сигналы суицидальной активности в прошлом</b>		
	не имели место		0
	пассивные суицидальные мысли «в слух» («хорошо бы заснуть и не проснуться», «хорошо бы умереть» и пр.)		1
	косвенное высказывание намерений покончить жизнь самоубийством («жизнь прошла», «устал бороться за жизнь», «надоела такая жизнь» и пр.)		2
	прямое высказывание намерений покончить жизнь самоубийством («лучше умереть», «хочу умереть», «хочу покончить с собой», «не стоит жить» и пр.)		3
<b>2.3</b>	<b>Семейная модель суицидального поведения (суициды/парасуициды среди близких родственников)</b>		
	не применимо/не было		0
	бабушка/дедушка, тетя/дядя, прочие родственники		1
	родные: сестра/брат		2
	мать/отец		3
<b>2.4</b>	<b>Модель суицидального поведения посредством копирования поведения эмоционально значимых неродственных лиц (суициды/парасуициды)</b>		
	не применимо/не было копирования модели		0
	прочие эмоционально значимые неродственные лица		1
	кумиры массовой культуры		2
	близкие друзья/партнеры		3
<b>2. Сумма баллов</b>			<b>[     ]</b>
<b>3</b>	<b>МЕДИЦИНСКИЕ</b>		
<b>3.1</b>	<b>Обращаемость за помощью в службу психического здоровья</b>		
	никогда не обращался		0
	обращался, не состоит на психиатрическом/наркологическом учете		1
	состоит на психиатрическом/наркологическом учете		2
	психиатрический/наркологический учет и стационарное лечение в прошлом		3
<b>3.2</b>	<b>Наследственная психопатологическая отягощенность</b>		
	нет/не уточнено		0
	другая уточненная форма психопатологической отягощенности		1
	шизофрения/невротические расстройства		2
	бытовое пьянство/алкогольная зависимость/наркотическая зависимость		3

<b>3.3</b>	<b>Хронические соматоневрологические заболевания</b>	
	нет/не уточнено	0
	заболевания органов дыхания/системы кровообращения	1
	заболевания органов пищеварения	2
	сочетанная органная патология	3
<b>3.4</b>	<b>Психическая патология (непсихотические психические расстройства)</b>	
	невротические, связанные со стрессом, и соматоформные расстройства (F40–F43; F45; F48); другие непсихотические психические расстройства (не указанные ниже)	0
	органические непсихотические психические расстройства (F06.3–F06.8; F07)	1
	специфические и смешанные расстройства личности (F60–F61)	2
	употребление с вредными последствиями/синдром зависимости от психоактивных веществ (F10.1–F10.2 ... F19.1–F19.2)	3
<b>3.5</b>	<b>Алкоголь как проблема (субъективная оценка; опросник)</b>	
	не применимо	0
	нет	1
	небольшая проблема	2
	большая проблема	3
<b>3.6</b>	<b>Медикаменты и наркотики как проблема (субъективная оценка; опросник)</b>	
	не применимо	0
	нет	1
	небольшая проблема	2
	большая проблема	3
<b>3.7</b>	<b>Уровень депрессии (методика «Шкала депрессии Бека»)</b>	
	норма (0–9 баллов)	0
	умеренно выраженная депрессия (10–18 баллов)	1
	критический уровень депрессии (19–29 баллов)	2
	явно выраженная депрессия (30 баллов и более)	3
	<b>Уровень тревоги (методика Ч.Д. Спилбергера и Ю.Л. Ханина)</b>	
<b>3.8</b>	<b>Реактивная тревожность</b>	
	не применимо	0
	низкая (1–30 баллов)	1
	умеренная (31–45 баллов)	2
	высокая (46 баллов и более)	3
<b>3.9</b>	<b>Личностная тревожность</b>	
	не применимо	0
	низкая (1–30 баллов)	1
	умеренная (31–45 баллов)	2
	высокая (46 баллов и более)	3
<b>3.10</b>	<b>Стрессоустойчивость и социальная адаптация (методика Холмса и Page)</b>	
	не применимо/нет стрессового воздействия (до 150 баллов)	0
	высокая (150–199 баллов)	1
	пороговая (200–299 баллов)	2
	низкая (ранимость) (300 баллов и более)	3
<b>3. Сумма баллов</b>		<b>[     ]</b>
<b>4</b>	<b>УРОВЕНЬ СУИЦИДАЛЬНОЙ ГОТОВНОСТИ</b>	
<b>4.1</b>	<b>Уровень суицидальной готовности (шкала суицидальных намерений; SIS)</b>	
	не применимо	0
	низкий (0-10 баллов)	1

	средний (11-20 баллов)	2
	высокий (21-30 баллов)	3
<b>4.2</b>	<b>Уровень суицидальной готовности (шкала безнадежности)</b>	
	не применимо/безнадежность не выявлена (0-3 балла)	0
	низкий/безнадежность легкая (4-8 баллов)	1
	средний/безнадежность умеренная (9-14 баллов)	2
	высокий/безнадежность тяжелая (15-20 баллов)	3
<b>4.3</b>	<b>Шкала мотивов парасуицида [доминирующий(шие) тип(ы) мотивов]</b>	
	не применимо	0
	стремление к смерти	1
	амбивалентные	2
	манипулятивные	3

<b>4. Сумма баллов</b>		<b>[     ]</b>
------------------------	--	----------------

<b>5</b>	<b>КОПИНГ-МЕХАНИЗМЫ ПРЕОДОЛЕНИЯ СУИЦИДОПАСНОЙ СИТУАЦИИ (опросник Э. Хайма)</b>	
<b>5.1</b>	<b>Поведенческая сфера</b>	
	не применимо	0
	конструктивные	1
	относительно конструктивные	2
	неконструктивные	3
<b>5.2</b>	<b>Когнитивная сфера</b>	
	не применимо	0
	конструктивные	1
	относительно конструктивные	2
	неконструктивные	3
<b>5.3</b>	<b>Эмоциональная сфера</b>	
	не применимо	0
	конструктивные	1
	относительно конструктивные	2
	неконструктивные	3

<b>5. Сумма баллов</b>		<b>[     ]</b>
------------------------	--	----------------

<b>А. Общая сумма баллов (субшкалы 1-5)</b>	<b>[полный вариант]</b>	<b>[     ]</b>
---	-------------------------	----------------

<b>Оценка риска повторного самопокушения (отмечается буквами: О, М, С, В)</b>	<b>[     ]</b>
---	----------------

риск	сумма баллов	индекс суицидогенности
отсутствует (О)	≤ 14	≤ 0,47
минимальный (М)	15-28	0,50-0,93
средний (С)	29-57	0,97-1,90
высокий (В)	58-86	1,93-2,87

<b>Б. Общая сумма баллов (субшкалы 1-2, 3.1-3.7)</b>	<b>[укороченный вариант]</b>	<b>[     ]</b>
--	------------------------------	----------------

<b>Оценка риска повторного самопокушения (отмечается буквами: О, М, С, В)</b>	<b>[     ]</b>
---	----------------

риск	сумма баллов	индекс суицидогенности
отсутствует (О)	≤ 9	≤ 0,43
минимальный (М)	10-19	0,48-0,90
средний (С)	20-39	0,95-1,86
высокий (В)	40-59	1,90-2,81

<b>ФАКТОРЫ РИСКА</b>		категория риска
<b>6</b>	<b>СОБЫТИЯ И ОБСТОЯТЕЛЬСТВА СУИЦИДОГЕННОГО КОНФЛИКТА</b>	
<b>6.1</b>	<b>Лично-семейные</b>	
<b>6.1.1</b>	<b>Проблемы взаимоотношений с партнером</b>	
	нет/не применимо	–
	другие проблемы взаимоотношений с партнером (не указанные ниже)	+
	отвержение любимым человеком/неудачная любовь, ревность	++
	супружеская измена/бракоразводный процесс/развод в недавнем прошлом	+++
<b>6.1.2</b>	<b>Проблемы взаимоотношений с родителями (с одним из них)</b>	
	нет/не применимо	–
	эпизодические возникающие вербальные конфликты в отношениях с родителями или другие события и обстоятельства проблемных отношений с родителями (не указанные ниже)	+
	частые конфликты и формальные отношения с родителями, нет эмоциональной привязанности	++
	а) постоянные конфликты с родителями, насилие с их стороны (оскорбления, обвинения, унижения и пр.), утрата потребности в семейном образе жизни (проживания в родительской семье); б) дисгармония отношений между родителями (частые/постоянные конфликты между родителями), психологическая депривация вследствие разочарованности в личных качествах родителей	+++
<b>6.1.3</b>	<b>Проблемы взаимоотношений с детьми (с одним из них)</b>	
	нет/не применимо	–
	эпизодические возникающие вербальные конфликты в отношениях с детьми или другие проблемы взаимоотношений с детьми (не указанные ниже)	+
	частые конфликты и формальные отношения с детьми, нарушение эмоциональной привязанности с их стороны	++
	а) постоянные конфликты с детьми, насилие с их стороны (оскорбления, обвинения, унижения и пр.), психологическая депривация вследствие разочарованности в личных качествах детей; б) проблемы у детей (не связанные с их здоровьем)/в собственных семьях взрослых детей (дисгармония семейных отношений/развод и пр.)	+++
<b>6.1.4</b>	<b>Потеря «значимого другого» (тяжелая болезнь/смерть в недавнем прошлом)</b>	
	нет/не применимо	–
	... близких родственников (одного из них)/близких людей (друзей)	+
	... родителей (одного из них)/родного брата (сестры)/дедушки (бабушки)	++
	... ребенка/супруга(и) (гражданского партнера)	+++
<b>6.1.5</b>	<b>Психологическая депривация вследствие...</b>	
	нет/не применимо	–
	а) ... нарушения коммуникативных способностей по установлению и поддержанию дружбы и отношений с другими людьми (в любом возрасте); б) ... разочарованности в личных качествах близких людей/друзей	+
	... недостатка внимания и заботы со стороны родных/близких людей	++
	а) ... несправедливого отношения со стороны родственников и окружающих (оскорбления, обвинения, унижения и пр.); б) ... самоосуждения за неблагоприятный поступок	+++
<b>6.1.6</b>	<b>Социальная изоляция («чувство одиночества»)</b>	
	нет/не применимо	–

	изменение привычного стереотипа жизни (любой причины)	+
	одиночество вследствие стойкого нарушения коммуникативных способностей как причина внутреннего психологического кризиса (в любом возрасте)	++
	одиночество лиц, не создавших семью/вдовых/преклонного возраста	+++
<b>6.1.7</b>	<b>Иные лично-семейные события и обстоятельства (проблемы/конфликты)</b>	
	нет/не применимо	-
	неожиданно возникшие/кратковременные/скоротечные	+
	эпизодические возникающие/частые в последние полгода/год	++
	постоянные/устойчивые в последние полгода/год	+++
<b>6.2</b>	<b>Опосредованные состоянием здоровья моральные и физические страдания</b>	
<b>6.2.1</b>	<b>Соматоневрологические заболевания, физические пороки развития</b>	
	нет/не применимо	-
	нежелательная беременность, врожденное уродство (кривошея, косолапость, косоглазие, гидроцефалия и др.), превышение массы тела (детско-подростковый возраст и «безуспешные» диеты у лиц другого возраста) или другие соматоневрологические заболевания/состояния (не указанные ниже)	+
	впервые выявленное тяжелое соматическое (неврологическое) заболевание/предстоящая тяжелая операция, в период первых 6-ти месяцев – приобретенное уродство/потеря способности к передвижению	++
	онкологическое заболевание, ВИЧ-инфекция (СПИД), потеря физиологических функций вследствие болезни и хронические заболевания со значительным снижением качества жизни (почечная декомпенсация + гемодиализ, печеночная декомпенсация, хроническая легочная недостаточность и др.)	+++
<b>6.2.2</b>	<b>Психические заболевания (непсихотические психические расстройства)</b>	
	нет/не применимо	-
	половая дисфункция/несостоятельность (фригидность/импотенция), патологические мотивировки у формально психически здоровых людей в предсудцидальный период (реакции психалгии и отрицательного баланса) или другие непсихотические психические расстройства/состояния (не указанные ниже)	+
	частые обострения органических аффективных расстройств ( $\geq 2$ раза в год)	++
	психологическая депривация вследствие пристрастия к алкоголю, наркотикам, медикаментам, азартным играм	+++
<b>6.3</b>	<b>Опосредованные материально-бытовыми (финансовыми) трудностями моральные и физические страдания</b>	
	нет/не применимо	-
	временная потеря работы/выход на пенсию или другие материально-бытовые (финансовые) трудности/проблемы (не указанные ниже)	+
	потеря постоянной работы вследствие инвалидизации/сокращения, увольнения (безработный)	++
	а) психологическая депривация вследствие тяжелого материально-бытового положения; б) финансовый долг, крах фирмы (разорение; применительно к бизнесмену)	+++
<b>6.4</b>	<b>Опосредованные проблемами/конфликтами в профессиональной/учебной среде (психологическая депривация вследствие производственного/учебного конфликта или профессиональной/учебной несостоятельности)</b>	
	нет/не применимо	-
	конфликты с сослуживцами/соучениками, начальником/преподавателями/другие проблемы/конфликты в профессиональной/учебной среде (не указанные ниже)	+

	несправедливые требования к выполнению профессиональных/учебных обязанностей	++
	несостоятельность/неудачи на работе/в учебе (на грани увольнения или отчисления из учебного заведения; отчисление из учебного заведения)	+++
<b>6.5</b>	<b>Опосредованные антисоциальным поведением</b>	
	нет/не применимо	-
	самоосуждение за неблагоприятный (антисоциальный) поступок, привлечение к административно-правовой ответственности (штраф) или другие формы ответственности/наказания за антисоциального поведения (не указанные ниже)	+
	участие в уголовном процессе в качестве подозреваемого/обвиняемого (заведено уголовное дело, опасения наказания или позора)	++
	предстоящее участие или участие в судебном разбирательстве в качестве обвиняемого (опасения наказания), вынесение приговора/отбытие наказания	+++
<b>6.6</b>	<b>Другие события и обстоятельства (проблемы/конфликты)</b>	
	нет/не применимо	-
	неожиданно возникшие/кратковременные/скоротечные	+
	эпизодические возникающие/частые в последние полгода/год	++
	постоянные/устойчивые в последние полгода/год	+++
<b>6.</b>	<b>Подсчет общего количества соответствующих категорий:</b>	
	категория низкого риска («+»)	[ ]
	категория среднего риска («++»)	[ ]
	категория высокого риска («+++»)	[ ]
<b>6.</b>	<b>Оценка риска повторного самопокушения (отмечается буквами О, М, С, В)<sup>2</sup></b>	[ ]

<sup>2</sup> В ситуации выявления из вышеотмеченных событий и обстоятельств суицидогенного кризиса, отнесенных к категориям риска:

Риск повторного самопокушения	Категория риска: комбинация вариантов		
отсутствует (О)	≤ 2 «+»		
минимальный (М)	≥ 3 «+»	≤ 2 «++»	1 «+++»
		вне зависимости от количества «+»	вне зависимости от количества «+» и не более 1 «+++»
средний (С)	3-4 «++»	2 «++» и 1-2 «+++»	
		вне зависимости от количества «+»	
высокий (В)	≥ 5 «++» вне зависимости от количества «+»	≥ 2 «+++»	
		вне зависимости от количества «+» и «++»	

**Внимание!** Исключение из вышеотмеченного правила оценки риска повторного самопокушения по критериям «События и обстоятельства суицидогенного кризиса» (см. таблицу).

Пункт 6.1.4 «Потеря «значимого другого»: **смерть** в недавнем прошлом ребенка/супруга(и) (гражданского партнера)» как категория высокого риска (3 балла) всегда сочетается с пунктом 6.1.6 «Социальная изоляция: изменение привычного стереотипа жизни» (категория низкого риска в 1 балл) и совокупно ситуация оценивается как высокого риска повторного самопокушения.

## ШКАЛЫ САМООЦЕНКИ

### УПОТРЕБЛЕНИЕ АЛКОГОЛЯ (EPSIS 5.1)

“В течение 1 недели перед тем, как Вы это сделали, Вы употребляли алкоголь обычно больше, намного больше, меньше, намного меньше или примерно столько же?”

**A1.** Потребление алкоголя в течение 1 недели перед парасуицидом:

- |                          |                        |                          |
|--------------------------|------------------------|--------------------------|
| 0. Не применимо          | 2. Обычно меньше       | 4. Обычно больше         |
| 1. Обычно гораздо меньше | 3. Примерно столько же | 5. Обычно намного больше |

“Считаете ли Вы, что в настоящее время алкоголь представляет для Вас проблему?”

**A2.** Является ли алкоголь проблемой:

- |        |                       |                     |
|--------|-----------------------|---------------------|
| 0. Нет | 1. Небольшая проблема | 2. Большая проблема |
|--------|-----------------------|---------------------|

“В течение последнего года думали ли Вы о том, чтобы выпивать меньше, или пытались уменьшить употребление алкоголя? Если да, оказалось ли трудным это сделать?”

**A3.** Пытались ли уменьшить:

- |                         |   |
|-------------------------|---|
| 0. Не применимо         | 3. Пытался, без труда (ничего реального не предпринял)                |
| 1. Не пытался, не думал | 4. Пытался с трудом (были попытки ограничить выпитое, но без эффекта) |
| 2. Только думал об этом |   |

“В течение последнего года раздражали ли Вас люди, указывая на Ваши выпивки?”

**A4.** Раздражали окружающие:

- |                 |        |       |
|-----------------|--------|-------|
| 0. Не применимо | 1. Нет | 2. Да |
|-----------------|--------|-------|

“В течение последнего года испытывали ли Вы когда-нибудь чувство вины по поводу Ваших выпивок?”

**A5.** Чувство вины по поводу выпивок:

- |                 |        |       |
|-----------------|--------|-------|
| 0. Не применимо | 1. Нет | 2. Да |
|-----------------|--------|-------|

“В течение последнего года Вы когда-нибудь начинали день с выпивки, чтобы расслабиться, успокоиться или устранить похмелье?”

**A6.** День с выпивки:

- |                 |        |       |
|-----------------|--------|-------|
| 0. Не применимо | 1. Нет | 2. Да |
|-----------------|--------|-------|

#### Интерпретация.

показатель	оценка
не применимо	A1-A6: ответы «0».
нет (эпизодическое употребление)	A1-A2: ответы «0»; A3-A6: ответ «1».
небольшая проблема (бытовое пьянство)	A1: ответы (один из них) «1», «2», «3», «4», «5»; A2: ответ «1»; A3: ответы (один из них) «1», «2»; A4: ответ «1»; A5: ответ «1»; A6: ответ «1».
большая проблема (злоупотребление алкоголем; употребление алкоголя с вредными последствиями)	A1: ответы (один из них) «3», «4», «5»; A2: ответ «2»; A3: ответы (один из них) «3», «4»; A4: ответ «2»; A5: ответы (один из них) «1», «2»; A6: ответ «2».

Акцент при интерпретации результатов теста на ответы по пунктам A2 и A6.



## УПОТРЕБЛЕНИЕ МЕДИКАМЕНТОВ И НАРКОТИКОВ (EPSIS 5.1)

“Какие медикаменты (или наркотики) Вы употребляли в течение недели перед тем, как Вы это сделали с собой?”

**A1.** Употребление медикаментов (наркотиков) в течение недели перед парасуицидом:

- |                               |                          |                     |
|-------------------------------|--------------------------|---------------------|
| 0. Никакие                    | 3. Нейролептики          | 6. Кокаин, героин   |
| 1. Снотворные/транквилизаторы | 4. Другие (соматические) | 7. Другие наркотики |
| 2. Антидепрессанты            | 5. Гашиш, марихуана      |                     |

“Было это больше, столько же или меньше того, что Вы обычно употребляли на протяжении последнего года?”

**A2.** Качественная характеристика употребления медикаментов (наркотиков) в течение недели перед парасуицидом:

- |                 |           |               |           |
|-----------------|-----------|---------------|-----------|
| 0. Не применимо | 1. Больше | 2. Столько же | 3. Меньше |
|-----------------|-----------|---------------|-----------|

“На протяжении последнего года у Вас были проблемы с этим медикаментом или наркотиком?” (*привыкание*)

**A3.** Проблемы с медикаментом (наркотиком):

- |                 |        |       |
|-----------------|--------|-------|
| 0. Не применимо | 1. Нет | 2. Да |
|-----------------|--------|-------|

Примечание. При неупотреблении в предшествующую парасуициду неделю медикамента/наркотика для зависимого от них лица кодировка A1-A2: ответ «0», A3: ответ «2».

### Интерпретация.

показатель	оценка
не применимо	A1-A3: ответы «0».
нет (эпизодическое употребление)	A1: ответы (один из них) «1», «2», «3», «4», «5». «6», «7»; A2: ответы (один из них) «2», «3»; A3: ответ «1».
небольшая проблема (бытовое употребление)	A1: ответы (один из них) «1», «2», «3», «4», «5». «6», «7»; A2: ответы (один из них) «2», «3»; A3: ответ «1».
большая проблема (злоупотребление медикаментом/наркотиком)	A1: ответы (один из них) «1», «2», «3», «4», «5». «6», «7»; A2: ответы (один из них) «1», «2»; A3: ответ «2». (A1-A2: ответ «0», A3: ответ «2»)

Акцент при интерпретации результатов теста на ответы по пункту A3.

## ШКАЛА ДЕПРЕССИИ БЕКА (Beck Depression Inventory; BDI) (А.Т. Beck, 1961)

“Обведите то утверждение, которое отражает, как Вы чувствуете себя именно сейчас”

1. 0. Мне не грустно.  
1. Мне грустно.  
2. Мне грустно всё время и я не могу от этого избавиться.  
3. Мне настолько грустно или я настолько несчастлив(а), что я не могу этого вынести.
2. 0. Меня не особенно удручает будущее.  
1. Меня удручает будущее.  
2. Я чувствую, что меня ничего хорошее не ждёт.  
3. Я чувствую, что будущее безнадежно и ничего в лучшую сторону измениться не может.
3. 0. Я не чувствую себя неудачником(цей).  
1. Я чувствую, что терпел(а) неудачи чаще, чем “средний” человек.  
2. Когда я оглядываюсь на прожитую жизнь, всё, что я вижу - это множество неудач.  
3. Я чувствую, что как человек я потерпел полное поражение.
4. 0. Я получаю такое же удовлетворение от всего, как и раньше.  
1. Я не получаю такого же удовольствия от всего, какое я получал раньше.  
2. Я больше не получаю настоящего удовлетворения ни от чего.  
3. Я неудовлетворён(ена) всем и всё мне надоело.
5. 0. Я не чувствую за собой особенной вины.  
1. Я чувствую себя виновным(ной) значительную часть времени.  
2. Я чувствую себя виновным(ной) основную часть времени.  
3. Я чувствую себя виновным всё время.
6. 0. Я не чувствую себя наказанным(ой).  
1. Я чувствую, что могу быть наказан(а).  
2. Я ожидаю наказания.  
3. Я чувствую, что я наказан(а).
7. 0. Я не испытываю разочарования в себе.  
1. Я разочарован(а) в себе.  
2. Я себе противен(на).  
3. Я ненавижу себя.
8. 0. Я не чувствую, что я хуже других.  
1. Я критически отношусь к себе за свои слабости и ошибки.  
2. Я всё время осуждаю себя за свои просчёты.  
3. Я осуждаю себя за всё плохое, что происходит.
9. 0. У меня нет никаких мыслей о самоубийстве.  
1. У меня есть мысли о самоубийстве, но я этого не сделаю.  
2. Я бы хотел(а) покончить с собой.  
3. Я бы покончил(а) с собой, если бы была такая возможность.
10. 0. Я не плачу больше, чем обычно.  
1. Я плачу больше, чем это обычно бывает.  
2. Сейчас я всё время плачу.  
3. Ранее я мог(ла) плакать, а сейчас не могу, даже если хочу.
11. 0. Я сейчас не более раздражителен(ьна), чем всегда.  
1. Сейчас у меня легче возникает раздражённость или досада, чем всегда.  
2. Сейчас я чувствую раздражённость постоянно.  
3. Меня сейчас совсем не раздражает то, что обычно всегда раздражало.
12. 0. Я не утратил(а) интерес к другим людям.  
1. Я меньше интересуюсь другими людьми, чем всегда.  
2. Я утратил(а) большую часть своего интереса к другим людям.
13. 0. Я принимаю решения так же хорошо, как это делал(а) всегда.  
1. Я откладываю принятие решений больше, чем всегда.

2. Я испытываю большие трудности в принятии решений, чем всегда.  
3. Я больше не могу принимать решения вообще.
14. 0. Я не чувствую, что выгляжу хуже, чем всегда.  
1. Я обеспокоен(а) тем, что выгляжу старым(ой) или непривлекательным(ой).  
2. Я чувствую, что в моей внешности произошли необратимые изменения, которые делают меня непривлекательным(ой).  
3. Я считаю, что выгляжу безобразно.
15. 0. Я могу работать так же хорошо, как и раньше.  
1. Мне нужно дополнительное усилие, чтобы начать что-нибудь делать.  
2. Я должен(на) совершить над собой значительное усилие, чтобы что-нибудь делать.  
3. Я не могу выполнять никакую работу вообще.
16. 0. Я могу спать так же хорошо, как обычно.  
1. Я не сплю так же хорошо, как всегда.  
2. Я просыпаюсь на 1-2 часа раньше, чем обычно, и мне трудно снова уснуть.  
3. Я просыпаюсь на несколько часов раньше, чем всегда, и не могу снова уснуть.
17. 0. Я не устаю больше, чем обычно.  
1. Я устаю легче, чем всегда уставал(а).  
2. Я устаю почти от всего.  
3. Я слишком сильно устаю, чтобы что-нибудь делать.
18. 0. Мой аппетит не хуже, чем обычно.  
1. Мой аппетит не такой хороший, каким был обычно.  
2. Мой аппетит сейчас намного хуже.  
3. У меня больше нет аппетита вообще.
19. 0. За последнее время я сильно не похудел(а), если вообще похудел(а).  
1. Я похудел(а) больше, чем на 3 кг.  
2. Я похудел(а) больше, чем на 5 кг.  
3. Я похудел(а) больше, чем на 8 кг.
- Я специально стараюсь меньше есть, чтобы похудеть.  
0. Нет  
1. Да
20. 0. Я обеспокоен(а) своим здоровьем не больше, чем обычно.  
1. Я обеспокоен(а) такими проблемами со здоровьем (соматическим), как ноющими и другими болями; или расстроенным желудком; или запорами.  
2. Я очень обеспокоен(а) проблемами со здоровьем (соматическим), и мне трудно думать о чём-то ещё.  
3. Я настолько обеспокоен(а) проблемами со здоровьем (соматическим), что я не могу думать ни о чём другом.
21. 0. Я не заметил(а) каких-нибудь недавних изменений в моём интересе к сексу (сексуальным отношениям).  
1. Меня меньше интересует секс (сексуальные отношения), чем обычно интересовал.  
2. Сейчас меня намного меньше интересует секс (сексуальные отношения).  
3. Я полностью утратил(а) интерес к сексу (сексуальным отношениям).

**Интерпретация.** Подсчет:  $\Sigma$  баллов утверждений от 1 до 21.

показатель	оценка в баллах
норма	0-9 баллов
умеренно выраженная депрессия	10-18 баллов
критический уровень депрессии	19-29 баллов
явно выраженная депрессия	$\geq 30$ баллов

## ШКАЛА СПИЛБЕРГЕРА-ХАНИНА

Прочитайте внимательно каждое из приведенных ниже предложений и зачеркните соответствующую цифру справа в зависимости от того, как вы себя чувствуете обычно. Не задумывайтесь долго над вопросами, поскольку правильных или неправильных ответов нет.

РТ	СОДЕРЖАНИЕ	1. Нет, это не так	2. Пожалуй, так	3. Верно	4. Совершенно верно
	1. Я спокоен			1	2 3 4
	2. Мне ничего не угрожает			1	2 3 4
	3. Я нахожусь в напряжении			1	2 3 4
	4. Я испытываю сожаление			1	2 3 4
	5. Я чувствую себя свободно			1	2 3 4
	6. Я расстроен			1	2 3 4
	7. Меня волнуют возможные неудачи			1	2 3 4
	8. Я чувствую себя отдохнувшим			1	2 3 4
	9. Я встревожен			1	2 3 4
	10. Я испытываю чувство внутреннего удовлетворения			1	2 3 4
	11. Я уверен в себе			1	2 3 4
	12. Я нервничаю			1	2 3 4
	13. Я не нахожу себе места			1	2 3 4
	14. Я взвинчен			1	2 3 4
	15. Я не чувствую скованности, напряженности			1	2 3 4
	16. Я доволен			1	2 3 4
	17. Я озабочен			1	2 3 4
	18. Я слишком возбужден и мне не по себе			1	2 3 4
	19. Мне радостно			1	2 3 4
	20. Мне приятно			1	2 3 4

ЛТ	СОДЕРЖАНИЕ	1. Нет, это не так	2. Пожалуй, так	3. Верно	4. Совершенно верно
	21. Я испытываю удовольствие			1	2 3 4
	22. Я очень быстро устаю			1	2 3 4
	23. Я легко могу заплакать			1	2 3 4
	24. Я хотел бы быть таким же счастливым как другие			1	2 3 4
	25. Нередко я проигрываю из-за того, что недостаточно быстро принимаю решения			1	2 3 4
	26. Обычно я чувствую себя бодрым			1	2 3 4
	27. Я спокоен, хладнокровен и собран			1	2 3 4
	28. Ожидаемые трудности обычно очень тревожат меня			1	2 3 4
	29. Я слишком переживаю из-за пустяков			1	2 3 4
	30. Я вполне счастлив.			1	2 3 4
	31. Я принимаю все слишком близко к сердцу			1	2 3 4
	32. Мне не хватает уверенности в себе			1	2 3 4
	33. Обычно я чувствую себя в безопасности.			1	2 3 4
	34. Я стараюсь избегать критических ситуаций и трудностей			1	2 3 4
	35. У меня бывает хандра			1	2 3 4
	36. Я удовлетворен.			1	2 3 4
	37. Всякие пустяки отвлекают и волнуют меня			1	2 3 4
	38. Я так сильно переживаю свои разочарования, что потом долго не могу о них забыть			1	2 3 4
	39. Я уравновешенный человек.			1	2 3 4
	40. Меня охватывает сильное беспокойство, когда я думаю о своих делах и заботах			1	2 3 4

### Интерпретация.

Реактивная тревожность (РТ). Личностная тревожность (ЛТ).

РТ = (( $\Sigma$  чисел-ответов на утверждения: №№ 1, 3, 4, 6, 9, 12, 13, 14, 17, 18)) - (( $\Sigma$  чисел-ответов на утверждения: №№ 2, 5, 8, 10, 11, 15, 16, 19, 20)) + 35.

ЛТ = (( $\Sigma$  чисел-ответов на утверждения: №№ 22, 23, 24, 25, 28, 29, 31, 32, 34, 35, 37, 38, 40)) - (( $\Sigma$  чисел-ответов на утверждения: №№ 21, 26, 27, 30, 33, 36, 39)) + 35.

тревожность (балл):	низкая до 30	умеренная 31-45	высокая - 46 и более
---------------------	--------------	-----------------	----------------------

## МЕТОДИКА ХОЛМСА И РАГЕ

“События, случившиеся с Вами в течение последнего года. Если ситуация возникала неоднократно – укажите возле отмеченного вами порядкового номера количество случаев перенесенной ситуации”

№	ЖИЗНЕННЫЕ СОБЫТИЯ	БАЛЛЫ
1.	Смерть супруга (супруги)	100
2.	Развод	73
3.	Разъезд супругов (без оформления развода), разрыв с партнером	65
4.	Тюремное заключение	63
5.	Смерть близкого члена семьи	63
6.	Травма или болезнь	53
7.	Женитьба, свадьба	50
8.	Увольнение с работы	47
9.	Примирение супругов	45
10.	Уход на пенсию	45
11.	Изменение в состоянии здоровья членов семьи	44
12.	Беременность партнерши	40
13.	Сексуальные проблемы	39
14.	Появление нового члена семьи, рождение ребенка	39
15.	Реорганизация на работе	39
16.	Изменение финансового положения	38
17.	Смерть близкого друга	37
18.	Изменение профессиональной ориентации, смена места работы	36
19.	Усиление конфликтности отношений с супругом	35
20.	Ссуда или заем на крупную покупку (например, дома)	31
21.	Окончание срока выплаты ссуды или займа, растущие долги	30
22.	Изменение должности, повышение служебной ответственности	29
23.	Сын или дочь покидают дом	29
24.	Проблемы с родственниками мужа (жены)	29
25.	Выдающееся личное достижение, успех	28
26.	Супруг бросает работу (или приступает к работе)	26
27.	Начало или окончание обучения в учебном заведении	26
28.	Изменение условий жизни	25
29.	Отказ от каких-то индивидуальных привычек, изменение стереотипов поведения	24
30.	Проблемы с начальством, конфликты	23
31.	Изменение условий или часов работы	20
32.	Перемена места жительства	20
33.	Смена места обучения	20
34.	Изменение привычек, связанных с проведением досуга или отпуска	19
36.	Изменение привычек, связанных с вероисповеданием	19
36.	Изменение социальной активности	18
37.	Ссуда или заем для покупки менее крупных вещей (машины, телевизора)	17
38.	Изменение индивидуальных привычек, связанных со сном, нарушение сна	16
39.	Изменение числа живущих вместе членов семьи, изменение характера и частоты встреч с другими членами семьи	15
40.	Изменение привычек, связанных с питанием (диета, отсутствие аппетита и т. п.)	15
41.	Отпуск	13
42.	Рождество, встреча Нового года, день рождения	12
43.	Незначительное нарушение правопорядка (административное нарушение).	11

**Интерпретация.** Подсчет:  $\Sigma$  баллов ответов утверждений от 1 до 43.

общая сумма баллов	степень сопротивляемости стрессу
до 150 баллов	нет стрессового воздействия
150-199	высокая
200-299	пороговая
300 и более	низкая (ранимость)

ШКАЛА СУИЦИДАЛЬНЫХ НАМЕРЕНИЙ (Scale for Suicide Ideation SIS) (А.Т. Beck et al., 1979)

ВОПРОС

1. "Кто-нибудь был рядом с Вами, когда Вы пытались это сделать? (в этой же комнате, телефонный разговор)"

2. "В какой момент Вы это сделали? Ожидали ли Вы кого-нибудь? Кто-нибудь мог скоро прийти? Вы знали, что у Вас есть некоторое время до того, как кто-то мог прийти? Или Вы не думали о такой возможности?"

3. "Вы что-нибудь предприняли для того, чтобы Вас не мог кто-нибудь обнаружить? (отключили телефон, оставили записку на двери и т.п.)"

4. "После того, как Вы это сделали, Вы позвали кого-нибудь, чтобы сказать о том, что Вы совершили?"

5. "Когда Вы решились на это, Вы сделали что-либо подобное оплате счетов, прощанию, написанию завещания?"

6. "Планировали ли Вы это в течение какого-то времени? Предпринимали ли какие-либо приготовления, как, к примеру, сбор таблеток и т.п.?"

7. "Написали ли Вы одно или более прощальных писем?"

Если да: "Кому?" Если нет: "Вы думали написать такое письмо?"

8. "На протяжении последнего года Вы говорили или давали понять соседям, друзьям и/или членам семьи, что Вы собираетесь с собой что-нибудь сделать?"

9. "Не могли бы Вы объяснить мне, чего Вы хотели добиться, совершая эту попытку?"

10. "Как Вы думаете, каковы у Вас были шансы умереть в результате совершённой Вами попытки?"

ОТВЕТ, ОБВЕДИТЕ 0, 1 или 2

0. Кто-то был  
1. Кто-то неподалёку или в контакте (телефонном)  
2. Никого рядом или в контакте не было

0. Рассчитано так, что вмешательство вероятно  
1. Рассчитано так, что вмешательство маловероятно  
2. Рассчитано так, что вмешательство почти вероятно

0. Никаких мер предосторожности  
1. Пассивные меры предосторожности (остаться наедине, в комнате с незапертой дверью и пр.).  
2. Активные меры предосторожности (остаться наедине в комнате с запертой дверью, отключили телефон и пр.)

0. Сообщил/а потенциальному спасителю о совершённой попытке  
1. Обратился/лась к потенциальному спасителю, но не сообщил/а ему о совершённой попытке  
2. Ни к кому не обращался/лась и никому не сообщил/а

0. Ничего  
1. Думал/а о том, чтобы сделать некоторые приготовления перед смертью  
2. Выполнены определённые планы (написано или изменено завещание, розданы подарки, получена страховка и пр.)

0. Не планировал/а, не было никаких приготовлений  
1. Планировал/а, но не предпринимал/а каких-либо приготовлений  
2. Планировал/а, тщательно готовился/лась

0. Прощальная записка не написана и не было мыслей о ее написании

1. Были мысли написать, но это не было сделано  
2. Наличие записки, или она была написана и порвана

0. Нет  
1. Да, но неопределённое сообщение (двусмысленное или сообщение намёками)  
2. Да, определенное сообщение (явное)

0. С целью угрозы, обратить на себя внимание  
1. Не хотел/а умирать, не предполагал/а, что умру  
2. Хотел/а умереть

0. Думал/а, что смерть была вряд ли возможной или не думал/а об этом  
1. Думал/а, что смерть была возможна, но маловероятна  
2. Думал/а, что смерть была вероятной или неизбежной

11. В случае передозировки “Думали ли Вы о том, что количество принятых таблеток было большим или меньшим, чем та доза, которая была бы для Вас смертельной?”

В других случаях “Думали ли Вы о других способах, которые могли бы быть или более или менее опасными того, что Вы сделали?”

12. “Расценивали ли Вы свои действия как попытку уйти из жизни?”

13. “Что Вы чувствовали в отношении жизни и смерти? Хотели ли Вы жить сильнее, чем умереть? Или Вам было всё равно – жить или умереть?”

14. “Что Вы думали о Ваших шансах выжить, если бы Вам была оказана медицинская помощь?”

15. “За сколько времени до Вашей попытки Вы решились на это? Вы думали об этом в течение какого-то времени или Вы сделали это импульсивно?”

0. Не думал/а.

1. Не было полной уверенности, что доза смертельная
2. Был/а уверен, что доза смертельная

0. Не думал/а

1. Думал/а, но выбрал этот как менее опасный
2. Думал/а, но выбрал этот как более опасный (надежный)

0. Не расценивал/а свои действия как серьёзную попытку уйти из жизни

1. Не был/а уверен/а в отношении того, были ли мои действия серьёзной попыткой уйти из жизни
2. Расценивал/а свои действия как серьёзную попытку уйти из жизни

0. Не хотел/а умереть

1. Было всё равно – жить или умереть
2. Хотел/а умереть

0. Думал/а, что смерть будет маловероятной, если мне будет оказана медицинская помощь

1. Не был/а уверен/а в том, можно ли было предотвратить смерть при оказании медицинской помощи
2. Был/а уверен/а в своей смерти даже в случае оказания медицинской помощи

0. Импульсивно

1. Попытка обдумывалась в течение трёх или менее часов до её совершения
2. Попытка обдумывалась в течение более трёх часов до её совершения

### Интерпретация.

Оценки в баллах от 0 до 2. Максимальное количество баллов 30.

Оценка уровня суицидальных намерений	низкий (0-10 баллов)	средний (11-20 баллов)	высокий (21-30 баллов)
--------------------------------------	-------------------------	---------------------------	---------------------------

### ШКАЛА БЕЗНАДЕЖНОСТИ (Hopelessness Scale; HS) (А.Т. Beck et al., 1974)

Ниже приведены 20 утверждений о Вашем будущем. Пожалуйста, прочтите внимательно каждое утверждение. Сделайте отметку в графе «ВЕРНО», если Вы согласны с утверждением, или в графе «НЕВЕРНО», если Вы не согласны. Среди утверждений нет правильных или неправильных. Не тратьте слишком много времени на одно утверждение.

Утверждение	верно	неверно
01. Я жду будущего с надеждой и энтузиазмом		
02. Мне пора сдаться, так как я ничего не могу изменить к лучшему		
03. Когда дела идут плохо, мне помогает мысль, что так не может продолжаться всегда		
04. Я не могу представить, на что будет похожа моя жизнь через 10 лет		
05. У меня достаточно времени, чтобы завершить дела, которыми я больше всего хочу заниматься		
06. В будущем, я надеюсь, достичь успеха в том, что мне больше всего нравится		
07. Будущее представляется мне во тьме		
08. Я надеюсь получить в жизни больше хорошего, чем средний человек		
09. У меня нет никаких просветов и нет причин, что они появятся в будущем		
10. Мой прошлый опыт хорошо меня подготовил к будущему		
11. Всё, что я вижу впереди — скорее, неприятности, чем радости		
12. Я не надеюсь достичь того, чего действительно хочу		
13. Когда я заглядываю в будущее, я надеюсь быть счастливее, чем я есть сейчас		
14. Дела идут не так, как мне хочется		
15. Я сильно верю в свое будущее		
16. Я никогда не достигаю того, что хочу, поэтому глупо что-либо хотеть		
17. Весьма маловероятно, что я получу реальное удовлетворение в будущем		
18. Будущее представляется мне расплывчатым и неопределённым		
19. В будущем меня ждёт больше хороших дней, чем плохих		
20. Бесплезно пытаться получить то, что я хочу, потому, что, вероятно, я не добьюсь этого		

#### Интерпретация.

№	ответ	балл	№	ответ	балл
01	НЕВЕРНО	1	11	ВЕРНО	1
02	ВЕРНО	1	12	ВЕРНО	1
03	НЕВЕРНО	1	13	НЕВЕРНО	1
04	ВЕРНО	1	14	ВЕРНО	1
05	НЕВЕРНО	1	15	НЕВЕРНО	1
06	НЕВЕРНО	1	16	ВЕРНО	1
07	ВЕРНО	1	17	ВЕРНО	1
08	НЕВЕРНО	1	18	ВЕРНО	1
09	ВЕРНО	1	19	НЕВЕРНО	1
10	НЕВЕРНО	1	20	ВЕРНО	1

оценка результатов
Максимальный счет – 20 баллов
0-3 балла – безнадежность не выявлена
4-8 баллов – безнадежность легкая
9-14 баллов – безнадежность умеренная
15-20 баллов – безнадежность тяжелая



## ШКАЛА МОТИВОВ ПАРАСУНИЦИДА

Ниже приведен список из четырнадцати причин, по которым люди могут принимать большие количества таблеток или наносить себе самоповреждения. Пожалуйста, подумайте снова о том, что Вы чувствовали перед тем, как выпили таблетки или нанесли себе повреждение, и укажите, в какой степени эти причины применимы к Вашему случаю. Обведите НИКАКОГО ВЛИЯНИЯ, если указанная причина не играла никакой роли в том, что Вы сделали. Обведите СЛАБОЕ (влияние), если указанная причина играла незначительную роль, и обведите СИЛЬНОЕ (влияние), если данная причина играла основную роль в том, что Вы сделали. Нет правильных или неправильных ответов. Пожалуйста, не пропускайте пункты. Не затрачивайте слишком много времени на каждый пункт.

утверждения	степень влияния
1. Мои мысли были настолько невыносимы, что я не мог(ла) это больше терпеть	никакого влияния / слабое / сильное
2. Я хотел(а) показать, как сильно я люблю её (его)	никакого влияния / слабое / сильное
3. Казалось, что я потерял(а) контроль над собой и я не знаю, как я это сделал(а)	никакого влияния / слабое / сильное
4. Ситуация была настолько невыносимой, что я не мог(ла) думать ни о какой другой альтернативе	никакого влияния / слабое / сильное
5. Я хотел(а) устраниваться на время из неприемлемой ситуации	никакого влияния / слабое / сильное
6. Я хотел(а), чтобы другие знали, в каком отчаянии я был(а)	никакого влияния / слабое / сильное
7. Я хотел(а) умереть	никакого влияния / слабое / сильное
8. Я хотел(а), чтобы мне кто-нибудь помог	никакого влияния / слабое / сильное
9. Я хотел(а) узнать, кому я в действительности нужен(на)	никакого влияния / слабое / сильное
10. Я хотел(а), чтобы другие заплатили за то, как они ко мне относились	никакого влияния / слабое / сильное
11. Я хотел(а) вызвать у кого-то чувство вины	никакого влияния / слабое / сильное
12. Я хотел(а) убедить кого-то изменить своё мнение	никакого влияния / слабое / сильное
13. Я хотел(а), чтобы другим стало легче	никакого влияния / слабое / сильное
14. Я хотел(а) на время уснуть	никакого влияния / слабое / сильное

### Обработка результатов и интерпретация.

Степень влияния оценивается по трехбалльной системе: «0» – никакого влияния, «1» – слабое, «2» – сильное.

Подсчитываются средние шкальные оценки **трех категорий** утверждений:

- манипулятивные (утверждения 2, 6, 8-12);
- неопределенные/амбивалентные (утверждения 1, 3-5, 14);
- стремление к смерти (утверждения 7,13).

Наиболее высокая средняя шкальная оценка – доминирующий тип мотива к самопокушению (доминирующие типы мотивов к самопокушению при равных величинах средних шкальных оценок).

## Опросник копинг-механизмы Э. Хайма

**Инструкция:** Как вы разрешаете свои трудности: пожалуйста, в каждом разделе выберите только одно утверждение и обведите кружком его номер.

А:

1.	Я погружаюсь в любимое дело, стараясь забыть о своих трудностях.
2.	Я стараюсь помочь людям, и в заботах о них забываю о своих горестях.
3.	Стараюсь не думать, всячески избегаю думать о своих неприятностях.
4.	Стараюсь отвлечься и расслабиться (с помощью алкоголя, успокоительных средств, вкусной еды и т. п.).
5.	Чтобы пережить эти трудности, я берусь за осуществление своей давней мечты (еду путешествовать, поступаю на курсы иностранного языка и т.п.).
6.	Я изолируюсь, стараюсь остаться наедине с собой.
7.	Я использую сотрудничество со значимыми для меня людьми с целью преодоления трудностей.
8.	Я обычно ищу людей, способных помочь мне советом.

Б:

1.	Говорю себе: в данный момент есть что-то важнее, чем эти трудности.
2.	Говорю себе: это судьба, нужно с этим смириться.
3.	Это несущественные трудности, не все так плохо, в основном, все хорошо.
4.	Я не теряю самообладания и контроля над собой в тяжелые минуты и стараюсь никому не показывать своего истинного состояния.
5.	Я стараюсь проанализировать, все взвесить и объяснить себе, что же случилось.
6.	Я говорю себе: по сравнению с проблемами других людей, мои проблемы — это пустяк.
7.	Если что -то случается, то так угодно Богу.
8.	Я не знаю, что делать и мне временами кажется, что мне не выпутаться из этих трудностей.
9.	Я придаю своим трудностям особый смысл, преодолевая их, я совершенствую себя.
10.	В данное время я полностью не могу справиться с этими трудностями, но со временем я смогу справиться и с ними, и с более сложными, как ранее.

В:

1.	Я всегда глубоко возмущен несправедливостью судьбы ко мне и протестую.
2.	Я впадаю в отчаянье, я рыдаю и плачу.
3.	Я подавляю эмоции в себе.
4.	Я всегда уверен, что есть выход из трудной ситуации.
5.	Я доверяю преодолению своих трудностей другим людям, которые готовы помочь мне.
6.	Я впадаю в состояние безнадежности.
7.	Я считаю себя виноватым и получаю по заслугам.
8.	Я впадаю в бешенство, становлюсь агрессивным.

**Ключ:** отмечается характер (конструктивные, относительно конструктивные и неконструктивные) копинг-механизмов в каждой сфере: поведенческой (А), когнитивной (Б) и эмоциональной (В).

сферы / механизмы	конструктивные	относительно конструктивные	неконструктивные
Поведенческая (А)	2, 7, 8	1, 4, 5	3, 6
Когнитивная (Б)	4, 5, 10	6, 7, 9	1, 2, 3, 8
Эмоциональная (В)	1, 4	2, 5	3, 6, 7, 8

УТВЕРЖДАЮ

\_\_\_\_\_ /Ф.И.О./  
руководитель учреждения,  
в котором внедрен способ  
« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20 \_\_\_\_ г.

## АКТ О ВНЕДРЕНИИ

1. Наименование предложения для внедрения  
«Метод оценки риска совершения повторных суицидальных действий при непсихотических психических расстройствах». Инструкция по применению

2. Кем предложено

ГУ «РНПЦ психического здоровья» А.П. Гелда с соавт.

(наименование учреждения разработчика, автор)

3. Источник информации

Инструкция по применению. Получена из учреждения-разработчика.

4. Где и когда начато внедрение

\_\_\_\_\_  
(наименование лечебного учреждения, дата внедрения)

5. Общее количество наблюдений

6. Результаты применения метода за период с \_\_\_\_\_ по \_\_\_\_\_

положительные (количество наблюдений): \_\_\_\_\_

отрицательные (количество наблюдений): \_\_\_\_\_

неопределенные (количество наблюдений): \_\_\_\_\_

7. Эффективность внедрения \_\_\_\_\_

8. Замечания, предложения \_\_\_\_\_

Дата \_\_\_\_\_

Ответственные за внедрение \_\_\_\_\_  
(должность, Ф.И.О.)

\_\_\_\_\_  
(подпись)