

Миссисипская шкала посттравматического стрессового расстройства

Бланк гражданского варианта

Имя: _____

Пол: _____

Возраст: _____

Семейное положение: _____

Дети: _____

Профессия: _____

Вес: _____ Рост: _____

Инструкция: Ниже приводятся утверждения, обобщающие различный опыт людей, переживших тяжёлые, экстремальные события и ситуации. У каждого утверждения есть шкала от "1" до "5". Пользуясь данной шкалой, укажите, в какой степени вы согласны или не согласны с данным утверждением. Дайте только один ответ на каждое утверждение: **Совершенно неверно, Иногда верно, До некоторой степени верно, Верно, Совершенно верно**

Утверждение	Совершенно неверно	Иногда неверно	До некоторой степени верно	Верно	Совершенно верно
1. В прошлом у меня было больше друзей чем сейчас					
2. У меня нет чувства вины за то, что я делал в прошлом.					
3. Если кто то выведет меня из терпения, я скорее всего не сдержусь (применю физическую силу)					
4. Если случается что-то, напоминающее мне о прошлом, это выводит меня из равновесия и причиняет мне боль					
5. Люди, которые очень хорошо меня знают, меня боятся					
6. Я способен вступать в эмоционально близкие отношения с другими людьми.					
7. Мне снятся по ночам кошмары о том, что было со мной реально в					

прошлом					
8. Когда я думаю о некоторых вещах, которые я делал в прошлом, мне просто не хочется жить					
9. Внешне я выгляжу бесчувственным					
10. Последнее время я чувствую что хочу покончить с собой					
11. Я хорошо засыпаю, нормально сплю и просыпаюсь только тогда, когда надо вставать.					
12. Я всё время задаю себе вопрос, почему я ещё жив, в то время как другие уже умерли					
13. В определённых ситуациях я чувствую себя так, как будто вернулся в прошлое					
14. Мои сны настолько реальны, что я просыпаюсь в холодном поту и заставляю себя больше не спать					
15. Я чувствую, что больше не могу					
16. Вещи, которые вызывают у других людей смех или слёзы, меня не трогают					
17. Меня по прежнему радуют те же вещи, что и раньше.					
18. Мои фантазии реалистичны и вызывают страх					
19. Я обнаружил, что мне работать нетрудно.					
20. Мне трудно сосредоточиться					
21. Я беспричинно плачу					
22. Мне нравится быть в обществе других людей.					
23. Меня пугают мои стремления и желания					
24. Я легко засыпаю.					
25. От неожиданного					

шума я легко вздрагиваю					
26. Никто, даже члены моей семьи, не понимают, что я чувствую					
27. Я лёгкий, спокойный, уравновешенный человек.					
28. Я чувствую, что о каких-то вещах, которые я делал в прошлом, я не смогу рассказать кому-либо, потому что этого никому не понять					
29. Временами я употребляю алкоголь или снотворное, чтобы помочь себе заснуть или забыть о тех вещах, которые случались со мной в прошлом					
30. Я не испытываю дискомфорта, когда нахожусь в толпе.					
31. Я теряю самообладание и взрываюсь из-за мелочей					
32. Я боюсь засыпать					
33. Я пытаюсь избегать всего, что могло бы напомнить мне о том, что происходило со мной в прошлом					
34. Моя память такая же хорошая, как и раньше.					
35. Я испытываю трудности в проявлении своих чувств, даже по отношению к близким людям					
36. Временами я веду себя или чувствую так, как будто то, что было со мной в прошлом, происходит снова					
37. Я не могу вспомнить некоторые важные вещи, которые произошли со мной в прошлом					
38. Я очень бдителен и насторожен большую часть времени					

<p>39. Если случается что-нибудь, напоминающее мне о прошлом, меня охватывает такая тревога или паника, что у меня начинается сильное сердцебиение и перехватывает дыхание; я весь дрожу и покрываюсь потом; у меня кружится голова, появляются «мурашки», и я почти теряю сознание</p>					
---	--	--	--	--	--

Миссисипская шкала посттравматического стрессового расстройства

Бланк военного варианта

Имя: _____

Пол: _____

Возраст: _____

Семейное положение: _____

Дети: _____

Профессия: _____

Вес: _____ Рост: _____

Инструкция: Ниже приводятся утверждения, обобщающие различный опыт людей, принимавших участие в боевых действиях. У каждого утверждения есть шкала от "1" до "5". Пользуясь данной шкалой, укажите, в какой степени вы согласны или не согласны с данным утверждением. Дайте только один ответ на каждое утверждение: **Совершенно неверно, Иногда верно, До некоторой степени верно, Верно, Совершенно верно.**

Утверждение	Совершенно неверно	Иногда неверно	До некоторой степени верно	Верно	Совершенно верно
1. До службы в армии у меня было больше друзей чем сейчас					
2. У меня нет чувства вины за то, что я делал во время службы в армии					
3. Если кто то выведет меня из терпения, я скорее всего не сдержусь (применю физическую силу)					
4. Если случается что-то, напоминающее мне о прошлом, это выводит меня из равновесия и причиняет мне боль					
5. Люди, которые очень хорошо меня знают, меня боятся					
6. Я способен вступать в эмоционально близкие отношения с другими людьми.					
7. Мне снятся по ночам кошмары о том, что было в действительности на войне					

8. Когда я думаю о некоторых вещах, которые я делал в армии, мне просто не хочется жить					
9. Внешне я выгляжу бесчувственным					
10. Последнее время я чувствую что хочу покончить с собой					
11. Я хорошо засыпаю, нормально сплю и просыпаюсь только тогда, когда надо вставать.					
12. Я всё время задаю себе вопрос, почему я ещё жив, в то время как другие погибли на войне					
13. В определённых ситуациях я чувствую себя так, как будто я снова в армии					
14. Мои сны настолько реальны, что я просыпаюсь в холодном поту и заставляю себя больше не спать					
15. Я чувствую, что больше не могу					
16. Вещи, которые вызывают у других людей смех или слёзы, меня не трогают					
17. Меня по прежнему радуют те же вещи, что и раньше.					
18. Мои фантазии реалистичны и вызывают страх					
19. Я обнаружил, что мне работать нетрудно после демобилизации					
20. Мне трудно сосредоточиться					
21. Я беспричинно плачу					
22. Мне нравится быть в обществе других людей.					
23. Меня пугают мои стремления и желания					
24. Я легко засыпаю.					
25. От неожиданного шума я легко вздрагиваю					
26. Никто, даже члены					

моей семьи, не понимают, что я чувствую					
27. Я лёгкий, спокойный, уравновешенный человек.					
28. Я чувствую, что о каких-то вещах, которые я делал в армии, я не смогу рассказать кому-либо, потому что этого никому не понять					
29. Временами я употребляю алкоголь или снотворное, чтобы помочь себе заснуть или забыть о тех вещах, которые случились со мной, когда я служил в армии					
30. Я не испытываю дискомфорта, когда нахожусь в толпе.					
31. Я теряю самообладание и взрываюсь из-за мелочей					
32. Я боюсь засыпать					
33. Я пытаюсь избегать всего, что могло бы напомнить мне о том, что случилось со мной в армии					
34. Моя память такая же хорошая, как и раньше.					
35. Я испытываю трудности в проявлении своих чувств, даже по отношению к близким людям					

Миссисипская шкала посттравматического стрессового расстройства / Гражданский вариант

Обработка и интерпретация результатов

Гражданский вариант:

Ответ	Номера утверждений
Пункты, считаемые в прямых значениях:	1, 3, 4, 5, 7, 8, 9, 10, 12, 13, 14, 15, 16, 18, 20, 21, 23, 25, 26, 28, 29, 31, 32, 33, 35, 36, 37, 38, 39
Пункты, считаемые в обратных значениях:	2, 6, 11, 17, 19, 22, 24, 27, 30, 34

Военный вариант:

Ответ	Номера утверждений
Пункты, считаемые в прямых значениях:	1, 3, 4, 5, 7, 8, 9, 10, 12, 13, 14, 15, 16, 18, 20, 21, 23, 25, 26, 28, 29, 31, 32, 33, 35
Пункты, считаемые в обратных значениях:	2, 6, 11, 17, 19, 22, 24, 27, 30, 34

Итоговый балл по Миссисипской шкале ПТС, полученный при подсчете результатов, отражает степень воздействия травматического опыта на человека. Итоговый балл выше 100 свидетельствует о выраженном влиянии перенесенной травмы на человека.

Средние значения Миссисипской шкалы (гражданский вариант):

Пожарные	73,79±13,05
Спасатели	70,85±11,74
Беженцы, «норма»	79,70±18,19
Беженцы, ПТСР	105,14±14,90
Ликвидаторы, «норма»	90,15±19,18
Ликвидаторы, ПТСР	99,44±17,06

Средние значения для миссисипской шкалы (военный вариант):

Сотрудники МВД	64,65±16,13
Военнослужащие	73,76±19,64
Ветераны Афганистана, «норма»	70,18±11,76
Ветераны Афганистана, ПТСР	92,00±15,55