

## Suicidal Ideation and Behaviour Scale

### Шкала суицидальных мыслей и суицидального поведения

русский

Russian

Пожалуйста, прочтите внимательно каждое из последующих высказываний и пометьте крестиком ответ, который лучше всего описывает Ваши чувства/мысли и Ваше поведение.

Please read each of the following statements carefully and tick the answer that best describes your own experience and behaviour.

	В прошедшие 4 недели ... During the past 4 weeks...	никогда Never 0	меньше одного раза в неделю Less than once a week 1	один раз в неделю Once a week 2	от 2 до 5 раз в неделю 2-5 times a week 3	ежедневно или почти каждый день Daily or almost daily 4	много раз в день Several times every day 5
1	... я думал(а), что было бы лучше, если бы меня не было в живых. ... I thought it would be better if I wasn't alive.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2	... я думал(а) убить себя. ... I thought about killing myself.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3	... я серьёзно рассматривал(а) возможность убить себя. ... I seriously considered killing myself.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4	... у меня было намерение убить себя. ... I intended to kill myself.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5	... у меня был импульс убить себя. ... I have had the urge to kill myself.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6	... я точно планировал(а), как я буду убивать себя. ... I have planned exactly how I will kill myself.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

		нет no	да yes
7	<b>В прошедшие 4 недели я пытался/пыталась убить себя (и в самом деле хотел(а) умереть).</b> During the past 4 weeks I tried to kill myself (and really wanted to die).	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8	<b>В течение моей жизни я пытался/пыталась себя убить (и в самом деле хотел(а) умереть).</b> Over the course of my life I tried to kill myself (and really wanted to die).	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

9	<b>Как часто Вы уже пытались убить себя?</b> How many times have you tried to kill yourself?	_____ раз(а) times
---	---	-----------------------