

## Коротка шкала тривоги, депресії та ПТСР (В.В. Hart)

Мета – коротка шкала тривоги, депресії та ПТСР призначена для первинного скринінгу перерахованих симптомів у осіб, що пережили різного виду психічні травми.

*Реєстраційний бланк*

П.І.Б. (повністю) \_\_\_\_\_

Дата обстеження \_\_\_\_\_ Вік \_\_\_\_\_ Стать \_\_\_\_\_

Посада (підрозділ/група) \_\_\_\_\_

Спеціальність \_\_\_\_\_

Інструкція: “З часу пережитого критичного інциденту (надзвичайних обставин) або психічної травми чи відчуваєте Ви більшою мірою, ніж звичайно, такі стани? Оберіть лише один варіант відповіді (“так” або “ні”) та зробіть позначку у відповідній клітинці реєстраційного бланка”.

<i>№з/п</i>	<i>Питання</i>	<i>Так</i>	<i>Ні</i>
1.	Нездатність “розслабитися” (напруженість)		
2.	Роздратування та поганий настрій		
3.	Вторгнення в свідомість неприємних образів або спогадів про інцидент		
4.	Неуважність, погана зосередженість уваги		
5.	Сильний смуток, печаль		
6.	Сильна втома, нестача енергії		
7.	Потрясіння або паніка		
8.	Прагнення уникати всього, що нагадує про інцидент або травмуючу подію		
9.	Труднощі із засинанням, погіршення сну		
10.	Зниження інтересу до життя, до звичної діяльності, зокрема, професійної		

*Обробка результатів* полягає в простому підрахунку кількості позитивних відповідей: чим більше відповідей “так” дає респондент, тим більше виражені в нього негативні психологічні наслідки травматизації: тривога, депресія та найбільш специфічні прояви ПТСР. “Пороговим” значенням для визначення наявності порушень психічного стану вважається більше 4 ствердних відповідей «Так».