



## Шкала суицидальных наклонностей Динза (DSTS-25) Анкета

### Инструкции

Шкала суицидальных наклонностей Динза (DSTS-25) содержит 25 вопросов, оцениваемых по 5-балльной шкале. Пожалуйста, отвечайте на каждый вопрос честно, исходя из своих обычных мыслей, чувств и переживаний. Правильных или неправильных ответов нет.

#	Заявление	Полностью не согласен (0)	Не согласен (1)	Нейтрально (2)	Согласен (3)	Полностью согласен (4)
1	Я чувствую, что в моем будущем нет ничего, чего я мог бы с нетерпением ждать.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
2	Я верю, что для меня ничего не изменится к лучшему.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
3	Я не вижу пути, который мог бы привести к счастью.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
4	Я чувствую себя запертым в жизни, которую нельзя изменить.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
5	Я перестал строить планы, потому что не вижу в этом смысла.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
6	Я чувствую себя бессильным изменить ход своей жизни.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
7	Что бы я ни делал, все остается по-прежнему.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

#	Заявление	Полностью не согласен (0)	Не согласен (1)	Нейтрально (2)	Согласен (3)	Полностью согласен (4)
8	Я чувствую, что мне не хватает сил справиться со своими проблемами.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
9	Я считаю, что ничто из того, что я пробую, не поможет.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
10	Я часто чувствую себя в плену обстоятельств, которые не могу контролировать.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
11	Я чувствую, что я неудачник как личность.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
12	Я думаю, что другим было бы лучше без меня.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
13	Я чувствую, что у моей жизни нет реальной цели.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
14	Я не могу найти в себе ничего хорошего.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
15	Я часто думаю, что мое существование не имеет значения.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
16	Я считаю, что причиняю больше проблем, чем приношу пользы.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
17	Я чувствую вину за стресс, который причиняю другим.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
18	Я думаю, что мои близкие были бы счастливее, если бы меня не было.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
19	Мне кажется, что я тяну других вниз.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
20	Я часто думаю, что мое присутствие ухудшает жизнь окружающих.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

#	Заявление	Полностью не согласен (0)	Не согласен (1)	Нейтрально (2)	Согласен (3)	Полностью согласен (4)
21	Иногда я хочу просто перестать существовать.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
22	Я думаю о смерти как о способе положить конец своей боли.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
23	Я желал бы заснуть и больше никогда не просыпаться.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
24	Я представляю себе, как было бы, если бы я умер.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
25	Я думал о способах покончить с жизнью.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

## Инструкции по подсчёту очков

Ответы следует суммировать в соответствии с процедурами подсчета баллов, предусмотренными в данном тесте.

Более высокие показатели, как правило, свидетельствуют о более выраженной степени проявления исследуемого конструкта, если не указано иное.

## Ключи для оценки размеров

Размер	Товары	Количество товаров
Безнадежность	1, 2, 3, 4, 5	5
Беспомощность	6, 7, 8, 9, 10	5
Бесполезность	11, 12, 13, 14, 15	5
Ощущение бремени	16	1
Восприятие себя как обузы	17, 18, 19, 20	4
Желание избавиться от боли	21, 22, 23, 24, 25	5

## Диапазоны сырых баллов

Масштаб	Товары	Возможный диапазон
Безнадежность	5	0–20
Беспомощность	5	0–20
Бесполезность	5	0–20
Ощущение бремени	1	0–4
Восприятие себя как обузы	4	0–16
Желание избавиться от боли	5	0–20
<b>Общая оценка</b>	<b>25</b>	<b>0–100</b>

## Источник

Дар, Дин Мохд. Разработка и валидация шкалы суицидальных наклонностей Дина (DSTS-24) среди студентов колледжей: комплексная психометрическая оценка. ScienceOpen Preprints. 2024.

Подготовлено [Drdeenz](#)

Интерактивная версия: [Шкала суицидальных наклонностей Динза \(DSTS-25\)](#)