

---

# МЕТОДИКА ОЦЕНКИ СУИЦИДАЛЬНОГО РИСКА ПОДРОСТКОВ



---

# ВВЕДЕНИЕ

Шкала безнадёжности Бека (Beck Hopelessness Scale, BHS) – клиническая методика, измеряющая выраженность негативного отношения к субъективному будущему у взрослых и подростков. Может использоваться в качестве косвенного индикатора суицидального риска у пациентов, страдающих депрессией.

Недавно была опубликована (Колачев Н.И., Чистопольская К.А., Ениколопов С.Н. и др. 2023 г.) сокращенная до 11 пунктов и нормированная для оценки суицидального риска версия, пригодная для использования в диагностических и скрининговых исследованиях.

## Текст методики

**Инструкция:** Ответьте, пожалуйста, на следующие вопросы, отмечая тот ответ, который наилучшим образом отражает Ваше мнение.

1. Я жду будущего с надеждой и энтузиазмом.
2. Мне пора сдаться, так как я ничего не могу изменить к лучшему.
3. Я не могу представить, на что будет похожа моя жизнь через 10 лет.
4. Будущее видится мне во тьме.
5. У меня нет никаких просветов и нет причин верить, что они появятся в будущем.
6. Всё, что я вижу впереди, скорее неприятности, чем радости.
7. Я сильно верю в своё будущее.
8. Я никогда не достигаю того, чего хочу, поэтому глупо чего-либо хотеть.
9. Весьма маловероятно, что я получу реальное удовлетворение в будущем.
10. В будущем меня ждет больше хороших дней, чем плохих.
11. Бесполезно пытаться получить то, что я хочу, так как вероятно, что я не добьюсь этого.

# 02

## Обработка и интерпретация

Уровень суицидального риска подсчитывается суммой баллов ответов по пунктам от 1 балла («нет») до 4 баллов («да»).

Ответы по пунктам 1, 7, 10 следует инвертировать.

Уровни суицидального риска:

11–17 - Крайне низкий

18–24 - Низкий

25–32 - Средний

33–39 - Повышенный

40–44 - Высокий

# 03

## Бланк методики:

№	Вопросы	Нет	Скорее нет	Скорее да	Да
1	Я жду будущего с надеждой и энтузиазмом.				
2	Мне пора сдаться, так как я ничего не могу изменить к лучшему.				
3	Я не могу представить, на что будет похожа моя жизнь через 10 лет.				
4	Будущее видится мне во тьме.				
5	У меня нет никаких просветов и нет причин верить, что они появятся в будущем.				
6	Всё, что я вижу впереди, скорее неприятности, чем радости.				
7	Я сильно верю в своё будущее.				
8	Я никогда не достигаю того, чего хочу, поэтому глупо чего-либо хотеть.				
9	Весьма маловероятно, что я получу реальное удовлетворение в будущем.				
10	В будущем меня ждет больше хороших дней, чем плохих.				
11	Бесполезно пытаться получить то, что я хочу, так как вероятно, что я не добьюсь этого.				

## Источники

Колачев Н.И., Чистопольская К.А., Ениколопов С.Н., Николаев Е.Л., Дровосеков С.Э. «Шкала душевной боли» Р. Холдена и «Шкала безнадежности» А. Бека: диагностические возможности для предсказания суицидального риска. Психологические исследования. 2023. Т. 16, № 90. С. 7. URL: <https://psystudy.ru>

Адрес статьи: <https://doi.org/10.54359/ps.v16i90.1439>

Электронная версия методики

<https://psyttests.org/depr/bhi11-run.html>



[schoolpsy.org](https://schoolpsy.org)  
<https://vk.com/schoolpsycholog>

Материал подготовила  
Дарья Соловьева.

Психолог, автор статей,  
публикаций, программ в  
помощь школьным психологам.