**Разстройство с продължителна скръб- РПС**

**Prolonged grief disorder (PG-13)**

Разстройство с продължителна скръб е ново-дефиниран синдром, който представлява специфична реакция към загубата на много обичан човек. Има определен набор симптоми на РПС – чувства, мисли, действия. Ако те се задържат във високи нива за по-дълъг период от 6 месеца след загубата, със значително функционално нарушение и всички останали критерии са изпълнени, то тогава сме показали, че това резултира в потвърдена диагноза на РПС.

**Инструкции**

По-долу са изложени инструкции как да се скорира (диагностицира) РПС. Всяко едно от изискванията на критерии от А до Д е необходимо да бъде изпълнено за конкретното лице, за да може да бъде диагностицирано с РПС.

**А. Критерии за събитието**

За да бъде възможно лицето да попълни и завърши ПС-13, предполагаме, че то е преживяло тежка загуба (напр. загуба на обичан човек)

**Б. Стрес при отделянето**

Отговарящият е необходимо да преживява ПС-13 въпроси №1 и №2 ежедневно, поне.

**В. Критерий на продължителността**

Симптомите на сепарационнен стрес е необходимо да са наблюдаеми поне 6 месеца след загубата. Това означава, че ПС въпрос № 3 трябва да бъде с отговор „Да”.

**Г. Когнитивни, емоционални и поведенчески симптоми**

Отговарящият е необходимо да преживява поне „ веднъж дневно” или „ съвсем малко” 5 от ПС въпроси № 4-12.

**Критерий на нарушението**

За отговарящия е необходимо да има значително нарушение в социалната, трудовата и други важни сфери на функциониране (напр. домашни задължения/ отговорности). Това означава, че ПС въпрос № 13 е необходимо да получи отговор „Да”.

ПС-13 е диагностичен инструмент. Ако отговарящият покрива критериите за РПС, това би предположило, че той или тя е необходимо да потърси по-обстойно изследване при професионалист по психично здраве. Само лично изследване при специалист по психично здраве може да определи със сигурност, клиничната значимост на съобщаваните симптоми, и да осигури препоръки или насоки за лечение/терапия.

**Част 1**

**Инструкция:** Моля, оценете вашият отговор за всеки един от айтемите по следната скала:

1. **Изобщо/никога**
2. **Поне веднъж**
3. **Поне веднъж седмично**
4. **Поне веднъж на ден**
5. **По няколко пъти на ден**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1. | Колко често през последния месец сте се усещали, че копнеете или бленувате за човека, когото сте изгубили? | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 2. | Колко често през последния месец сте имали интензивни чувства на емоционална болка, тъга или разбиваща скръб, свързани със загубената връзка/ взаимоотношения? | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 3. | Относно въпроси 1 и 2 по-горе, изпитвали ли сте който и да е от тези симптоми ежедневно (поне) и за изминалите 6 месеца след загубата? | Да | Не |
| 4. | Колко често през последния месец сте се опитвали за избягвате неща, напомнящи ви, че човека, когото сте изгубили го няма? | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 5. | Колко често през последния месец сте се усещали шокиран/а или замаян/а от вашата загуба? | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |

**Част 2**

**Инструкция:** Моля, отбележете как понастоящем се чувствате за всеки един от айтемите. Оградете цифрата в дясно, за да отбележите отговора си.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Изобщо** | **Едва** | **До известна степен** | **Съвсем малко** | **Поразително много** |
| 6. Чувствате ли се объркан/а за своята роля в живота или все едно не знаете кой/коя сте ( напр. да се чувствате все едно част от вас е умряла)? | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 7. Имали ли сте трудности да приемете загубата? | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 8. Било ли е трудно за вас да се доверите на другите след вашата загуба? | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 9. Чувствате ли се огорчен/ожесточен за вашата загуба? | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 10. Чувствате ли, че това да продължите напред ( напр. да създадете нови приятелства, да гоните нови интереси) сега ще бъде трудно за вас? | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 11. Чувствате ли се емоционално вцепенен/скован или мъртъв след вашата загуба? | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 12. Чувствате ли, че живота е неосъществен/незадоволителен, празен или безсмислен след вашата загуба? | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |

**Част 3**

**Инструкция:** Моля, оценете всеки един от айтемите, за да посочите вашия отговор.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 13. | Усещали ли сте значимо намаляване в социалните, трудовите или други сфери на функциониране ( напр. домашни задължения/отговорности)?  | Да | Не |