**КАЗЕННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ**

**ХАНТЫ-МАНСИЙСКОГО АВТОНОМНОГО ОКРУГА – ЮГРЫ**

**«МЕГИОНСКАЯ ШКОЛА ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ С ОГРАНИЧЕННЫМИ**

**ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ»**

**(КОУ «МЕГИОНСКАЯ ШКОЛА ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ**

**С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ»)**

628681, Ханты-Мансийский автономный округ – Югра, г. Мегион, ул. Ленина 9

тел./факс (34643) 2-44-84, 2-64-84; E-mail: [schoolsk@rambler.ru](mailto:schoolsk@rambler.ru), [schoolsk@list.ru](mailto:schoolsk@list.ru)

ИНН 8605013296, ОКОНХ 92310,71300, ОКПО 47858836, ОГРН 1028601356343,

КПП 860501001, БИК 047162000

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Рассмотрена  на заседании МО классных руководителей и  педагогов дополнительного образования  Протокол № \_\_\_ от «\_\_\_»\_\_\_\_.2019 г. | Утверждена  на педагогическом совете  Протокол №\_\_\_ от «\_\_\_»\_\_\_\_.2019 г. | Утверждаю:  Директор КОУ «Мегионская школа для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья»  Е.В. Масленников \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  Приказ № \_\_\_\_\_\_\_\_ от \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ |

**ПРОГРАММА ПРОФИЛАКТИКИ И КОРРЕКЦИИ**

**ЭМОЦИОНАЛЬНО-ВОЛЕВОЙ СФЕРЫ**

**«ЧУВСТВОВЕДЫ»**

г. Мегион

2019г.

Содержание

1. Паспорт программы………………………………………………………….…3
2. Пояснительная записка…………………………………………………………5
3. Цель и задачи программы………………………………………………………5
4. Этапы реализации программы……………………………………………….…6
5. Список литературы………………………………………………………….…..9
6. Приложение…………………………………………………………………….10

Паспорт программы

|  |  |
| --- | --- |
| Наименование программы | «Чувствоведы» |
| Дата утверждения программы | Решение педагогического совета  Протокол №\_\_\_ от «\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_201\_ г. |
| Разработчик программы | Педагог – психолог Кашу Карина Ринатовна |
| Основание для разработки программы | Конституция Российской Федерации в редакции указов Президента РФ №841 от 25.07.2003г.;  Конвенция ООН о правах ребенка (ст. 6, 8, 16, 27, 28, 29, 30) ФЗ РФ № 124 «Об основных гарантиях прав ребенка в РФ» статья 14;  Федеральный закон об Образовании Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ;  ФЗ РФ № 120 от 24.06.1999г. «Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних»;  Письмо Министерства образования Российской Федерации «О мерах по профилактике суицида среди детей и подростков» от 26.01.2000 г. и от 29.05.2003 г.;  Письмо Департамента воспитания и социализации детей Министерства образования и науки РФ от 27.02.2012 г. № 06-356 «О мерах по профилактике суицидального поведения обучающихся»;  Постановление ТКДНиЗП в г.Мегионе № 61 – К от 27.09.2018 «О мерах, принимаемых по профилактике суицидальных попыток среди несовершеннолетних». |
| Цель программы | Профилактика суицидов и суицидальных попыток среди несовершеннолетних. |
| Задачи программы | - создание системы психолого-педагогической поддержки учащихся разных возрастных групп;   - изучение особенностей психолого-педагогического статуса учащихся, с последующим выявлением детей, нуждающихся в незамедлительной помощи;  - обеспечение безопасности ребенка, снятие суицидального риска;  - сопровождающая деятельность детей группы риска и их семей. |
| Целевая группа | Обучающиеся КОУ «Мегионская школа для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья» 5-11 классов |
| Сроки реализации программы | 2019 -2024 уч. г. |
| Ожидаемые конечные результаты реализации программы, их социальная эффективность | - Уровень тревожности в пределах нормы;  - Отсутствие непродуктивной нервно-психической напряженности;  - Сформированная адекватная самооценка;  - Ориентация в системе ценностей, сформированное ценностное отношение к жизни и здоровью;  - Адаптация в школьном коллективе;  - Осознание собственных чувств, мыслей;  - Осознание собственного чувства гнева, дифференциация приемлемых и неприемлемых способов выражения гнева;  - Принятие собственной уникальности (создание чувства своего собственного «Я» с соответствующими границами). |
| Формы и методы реализации программы | - Индивидуальные занятия с элементами арт-терапии, сказкатерапии;  - Работа в рабочих тетрадях |

**Пояснительная записка**

По данным отчёта Детского фонда ООН за последние годы значительно увеличилось число суицидальных попыток и завершенных самоубийств среди молодежи и даже детей. Уровень самоубийств среди российских подростков в настоящее время является одним из самых высоких в мире.  
                  Суицидальные действия у детей и подростков часто бывают импульсивными, ситуативными и являются следствием непродуктивной (защитной) адаптации к жизни, попытками разрешить трудную жизненную ситуацию непригодными, неадекватными способами.  
      У подростков с нарушение развития наблюдаются следующие психологические особенности, опосредующие формирование дезадаптивного поведения: повышенная подражательность, внушаемость в отношении ассоциальных форм поведения и низкая критичность. Таким образом, психологическая предрасположенность к аддиктивному поведению у лиц с ОВЗ представляет собой сочетание определенных индивидуально-психологических особенностей, инициирующих отклоняющееся поведение в условиях социальной дезадаптации. Можно предположить, что формирование аддиктивного поведения у подростков с ОВЗ происходит в неразрывной связи с симптомами психического дизонтогенеза, что обуславливает необходимость анализа их соотношения в каждом конкретном случае, поскольку именно такой анализ необходим для разработки системы профилактических мероприятий. Суицидальные действия у детей часто бывают импульсивными, ситуативными и не планируются заранее. Попытки суицида являются следствием непродуктивной (защитной) адаптации к жизни – фиксированное, негибкое построение человеком или семьей отношений с собой, своими близкими и внешним миром на основе действия механизма отчуждения: попыткам разрешить трудную жизненную ситуацию непригодными, неадекватными способами. Своевременная психологическая помощь, участие, оказанное подросткам в трудной жизненной ситуации, помогли бы избежать трагедий. Исходя из особенностей, учащихся КОУ «Мегионская школа для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья», программа учитывает возрастные особенности детей и носит профилактический и коррекционный характер.

**Основные цели и задачи программы.**

        Данная программа предназначена для организации профилактической и коррекционной работы по предотвращению суицидальных попыток среди учащихся разных возрастных групп в общеобразовательном учреждении.

**Цель:** профилактика суицидов и суицидальных попыток среди несовершеннолетних.

        З**адачи**:

- создание системы психолого-педагогической поддержки учащихся разных возрастных групп;

 - изучение особенностей психолого-педагогического статуса  учащихся, с последующим выявлением детей, нуждающихся в незамедлительной помощи;

- обеспечение безопасности ребенка, снятие суицидального риска;

- сопровождающая деятельность детей группы риска и их семей.

**Сроки реализации**

Программа реализуется с 2019 – 2024г.

**Этапы реализации программы**

**I этап: Диагностирующий.**

Время проведения: октябрь, апрель

Цель: диагностика эмоциональных состояний и личностных особенностей, направленная на выявление профилактики суицидального поведения несовершеннолетних.

**II этап: Коррекционно – профилактический**

Время проведения: ноябрь - март

Цель: коррекция эмоционально-волевой сферы

**III этап:** **итоговая диагностика.**

Время проведения: апрель

Цель: контроль динамики.

**1 этап —Диагностический.**

**Цель:** диагностика эмоциональных состояний и личностных особенностей, направленная на выявление профилактики суицидального поведения несовершеннолетних

Для диагностики используются следующие методики:

|  |  |
| --- | --- |
| **Наименование методики** | **Цель диагностики** |
| Диагностика суицидального поведения подростков (Модификация опросника Г. Айзенка «Самооценка психических состояний личности» для подросткового возраста). (Приложение 1) | Определение уровня тревожности, фрустрации, агрессии и ригидности личности, влияющая на формирование суицидальных наклонностей подростка. |
| Опросник Лаврентьева Г. П., Титаренко Т. М "Уровень тревожности ребенка". (Приложение 2) | Выявление уровня детской тревожности на основе сопоставления результатов наблюдения, полученных от самого исследователя, родителей ребенка и воспитателей. |
| Проективная методика «Карты с эмоциями» | Экспресс диагностика эмоционального состояния |
| Методика «Шкала уровня депрессии» Т.И. Балашова (Приложение 3) | Диагностика депрессивных состояний и состояний, близких к депрессии. |

**2 этап – Практический**

**Цель:** Коррекция и профилактика суицидального поведения

Предполагает индивидуальный подход. Деятельность включает в себя:

* Консультирование по проблемам исправления выявленных при диагностике недостатков (рекомендации классному руководителю).
* Индивидуальные занятия 1 раз в неделю. Работа в коррекционных тетрадях (Приложение 4)
* Формирование условий для реализации творческого потенциала, поддержка при организации досуга.
* Вовлечение обучающихся в общественную деятельность.

Этот этап реализуется через проведение коррекционных занятий направленных на:

1.Осознание подростком своих поступков.

2. Усиление личностных ресурсов в формировании «антисуицидального барьера».

3. Обучение эффективным способам выхода из кризисных ситуаций;

4. Повышение уровня психологической защищенности и навыков стрессоустойчивости.

5. Обучение подростка знания законов и их соблюдения;

6.Отработка навыков общения в возможных конфликтных ситуациях.

|  |  |
| --- | --- |
| **№ п/п** | **Тема занятия** |
| **1** | Язык жестов и движений. Пантомимика и мимика. |
| **2** | Деловое общение. Коммуникация. |
| **3** | «Эмоциональное общение» |
| **4** | Познавательное общение |
| **5** | Обобщение по темам «Общение» |
| **6** | Кто я? Мой автопортрет |
| **7** | Мое настроение |
| **8** | О дружбе |
| **9** | О дружбе (продолжение) |
| **10** | Конфликт. Мое поведение в трудных ситуациях |
| **11** | Моя семья. Взаимоотношения с родными |
| **12** | «Я в творчестве» |
| **13** | «Противоположности» |
| **14** | «Противоположности» (продолжение) |
| **15** | Развитие элементов воображения (сказкатерапия) |
| **16** | «Окружение и Я» |
| **17** | «Путь к успеху» |

**Организационные условия проведения занятий**

Индивидуальная профилактическая программа направлена на предупреждение развития у обучающегося негативных привычек, нежелательного поведения, нервно-психического утомления, срывов и т.д. В ней предусматривается формирование и выработка позитивного поведения, положительных привычек.

Занятия построены таким образом, что один вид деятельности сменяется другим. Это позволяет сделать работу с подростком более динамичной, насыщенной и менее утомительной благодаря частым переключениям с одного вида деятельности на другой.

Программа рассчитана на учащихся 11-18 лет. Занятия проводятся 1 раз в неделю по заявке или результатам тестирований. Продолжительность программы – 17 занятий по 20-30 минут. Занятия прописаны в рабочей тетради (Приложение 4)

**3 этап - Контрольный.** Как в начале, так и в конце любой коррекционной работы проводится диагностика, позволяющая определить характер проблемы, увидеть динамику и спланировать зону развития. Заключительный (контрольный) этап предполагает повторное диагностирование детей, которое покажет насколько изменился уровень поведения после проведенной работы.   
**Цель:** Определение эффективности коррекционной работы.

**Ожидаемые результаты:**

- Уровень тревожности в пределах нормы;

- Отсутствие непродуктивной нервно-психической напряженности;

- Сформированная адекватная самооценка;

- Ориентация в системе ценностей, сформированное ценностное отношение к жизни и здоровью;

- Адаптация в школьном коллективе;

- Осознание собственных чувств, мыслей;

- Осознание собственного чувства гнева, дифференциация приемлемых и неприемлемых способов выражения гнева;

- Принятие собственной уникальности (создание чувства своего собственного «Я» с соответствующими границами).

Список литературы

1. Безруких М.М., Макеева А.Г. и др. Все цвета, кроме черного. – М., 2003.
2. Гаджиева Н.М. и др. Основы самосовершенствования. Тренинг – М.,2008.
3. Галушина Э., Комарова О. Игра для подростков “В чем смысл жизни” // Школьный психолог, 2005, №5.
4. Забрамная С.Д., Боровик О.В. Развитие ребенка – в ваших руках. - М., 2000.
5. Зарипова Ю. Поверь в себя. Программа психологической помощи подросткам // Школьный психолог, 2007, №4 (16).
6. Зотов, М.В. Суицидальное поведение: механизмы развития, диагностика, коррекция. – СПб., 2006.
7. Профилактика суицидальных проявлений среди несовершеннолетних: Методические рекомендации / Бадьина Н.П., ГАОУ ДПО ИРОСТ. – Курган, 2011.
8. Практическая психология образования. ( Под ред. Дубровиной И.В.) – М., 2007.
9. Родионов В.А. Я и все-все-все. – Ярославль, 2002.
10. Родионов В., Лангуева Е. Программа тренинга “Манипуляция: игры, в которые играют все” // Школьный психолог, 2005, №2, 5, 6, 7.
11. Родари Дж. Уроки фантазии. – М., 2003.
12. Савченко М. Тренинг “Уверенность” для учащихся 11 классов // Школьный психолог, 2005, №2, 3, 4
13. Самоукина Н.В. Игры в школе и дома. – М., 2003.
14. Синягин Ю.В., Синягина Н.Ю.. Детский суицид. Психологический взгляд. КАРО, С – П , 2006. – 176 с.
15. Смит Р. Групповая работа с детьми и подростками. – М., 2003.
16. Стишенок И. Игра “Колючка” // Школьный психолог, 2006, №11.
17. Фоминова А. Как улучшить настроения. Изучение способов саморегуляции эмоционального состояния. Школьный психолог, 2006, №2
18. Учимся общаться с ребенком. ( Под ред. Петровского В.А.) – М., 2003.
19. Бурмистрова Е.В. Психологическая помощь в кризисных ситуациях (предупреждение кризисных ситуаций в образовательной среде). Методические рекомендации для специалистов системы образования. М.: МГППУ, 2006.
20. Войцех В. Ф. К проблеме раннего прогноза суицидального поведения // 5-е клинические павловские чтения («Кризисные состояния. Суицидальное поведение»). СПб., 2002 — С. 13-18.

**Приложение 1**

**Тест выявления уровня тревожности**

По методике: Самооценка психических состояний (Айзенк)

**Бланк инструкции составлялся для обучающихся с умственной отсталостью**

**Цель:**Выявить уровень личной тревожности у школьников

**Инструкция**: Предлагаем описание различных эмоциональных состояний.

Если это состояние **часто** испытываешь, то ставь цифру **2**, если это состояние бывает, но **изредка,** то ставь цифру **1** , если совсем **не подходит**, **не бывает** - ставь **0.**

**Часто** испытываю – **2 Класс \_\_\_\_ Ф.И. \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**Изредка** испытываю – **1**

**Никогда** не бывает, не испытываю - **0**

ИЛИ ПРОСТО ОТМЕТЬ знаком « **V** » свой вариант ответа

№

**вопрос**

**часто**

**изредка**

**никогда**

1

Я не чувствую в себе уверенности

2

Из-за пустяков я краснею, волнуюсь

3

Я плохо сплю

4

Я легко расстраиваюсь

5

Я воображаю неприятности и беспокоюсь о них

6

Меня пугают трудности

7

Я думаю о своих недостатках

8

Меня легко в чем-то убедить

9

Я беспокоюсь, тревожусь

10

Я нервничаю, когда приходится ждать

**А теперь посчитай количество баллов.**

**Обработка результатов:**

0-7 баллов - не тревожны;  
8-14 баллов - тревожность средняя, допустимого уровня;  
15-20 баллов - очень тревожны.

**Приложение 2**

**Методика Лаврентьева Г. П., Титаренко Т. М "Уровень тревожности ребенка"**

Предназначена для выявления уровня детской тревожности на основе сопоставления результатов наблюдения, полученных от самого исследователя, родителей обучающегося.

Ф.И.О. законного представителя\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Ф.И. ребёнка\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Ответы: **ДА; НЕТ**  
1. Не может долго работать, не уставая \_\_\_\_\_\_\_.   
2. Ему трудно сосредоточиться на чем-то\_\_\_\_\_\_\_.   
3. Любое задан

ие вызывает излишнее беспокойство\_\_\_\_\_\_\_\_\_.   
4. Во время выполнения заданий очень напряжен, скован\_\_\_\_\_\_\_.   
5. Смущается чаще других\_\_\_\_\_\_\_\_.   
6. Часто говорит о напряженных ситуациях\_\_\_\_\_\_\_\_.   
7. Как правило, краснеет в незнакомой обстановке\_\_\_\_\_\_\_\_\_.   
8. Жалуется, что ему снятся страшные сны\_\_\_\_\_\_\_\_.   
9. Руки у него обычно холодные и влажные\_\_\_\_\_\_\_\_\_.   
10. У него нередко бывает расстройство стула\_\_\_\_\_\_\_\_.   
11. Сильно потеет, когда волнуется\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_.   
12. Не обладает хорошим аппетитом\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_.   
13. Спит беспокойно, засыпает с трудом\_\_\_\_\_\_\_\_\_.   
14. Пуглив, многое вызывает у него страх\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_.   
15. Обычно беспокоен, легко расстраивается\_\_\_\_\_\_\_\_.   
16. Часто не может сдержать слезы\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_.   
17. Плохо переносит ожидание\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_.   
18. Не любит браться за новое дело\_\_\_\_\_\_\_\_\_.   
19. Не уверен в себе, в своих силах\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_.   
20. Боится сталкиваться с трудностями\_\_\_\_\_\_\_.

ДОПОЛНЕНИЕ (хотите ли Вы сообщить о чём-либо)

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

РЕЗУЛЬТАТЫ(заполняется педагогом-психологом)

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Дата \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Законный представитель \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ / /

Педагог-психолог \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/

**Ключ:**

Суммируйте количество баллов, чтобы получить общий балл тревожности.   
Высокая тревожность — 15—20 баллов   
Средняя — 7—14 баллов   
Низкая — 1—6 баллов.

**Приложение 3**

**Экспресс-диагностика**

**(АДАПТАЦИЯ Т.И.БАЛАШОВОЙ)**

Ф.И. обучающегося \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Класс\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Дата \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Вопрос** | **Варианты ответов** | | | | |
| **никогда или изредка**(1) | **иногда**(2) | **часто**(3) | **почти всегда или постоянно**(4) | **Итог:** |
| **1** | Я чувствую подавленность. |  |  |  |  |  |
| **2** | Утром я чувствую себя лучше всего. |  |  |  |  |  |
| **3** | У меня бывают периоды плача или близости к слезам |  |  |  |  |  |
| **4** | У меня плохой ночной сон. |  |  |  |  |  |
| **5** | Аппетит у меня не хуже обычного. |  |  |  |  |  |
| **6** | Мне приятно смотреть на привлекательных людей, разговаривать с ними, находиться рядом. |  |  |  |  |  |
| **7** | Я замечаю, что теряю вес. |  |  |  |  |  |
| **8** | Меня беспокоят запоры. |  |  |  |  |  |
| **9** | Сердце бьется быстрее, чем обычно. |  |  |  |  |  |
| **10** | Я устаю без всяких причин. |  |  |  |  |  |
| **11** | Я мыслю так же ясно, как всегда. |  |  |  |  |  |
| **12** | Мне легко делать то, что я умею. |  |  |  |  |  |
| **13** | Чувствую беспокойство и не могу усидеть на месте. |  |  |  |  |  |
| **14** | У меня есть надежды на будущее. |  |  |  |  |  |
| **15** | Я более раздражителен, чем обычно. |  |  |  |  |  |
| **16** | Мне легко принимать решения. |  |  |  |  |  |
| **17** | Я чувствую, что полезен и необходим. |  |  |  |  |  |
| **18** | Я живу достаточно полной жизнью. |  |  |  |  |  |
| **19** | Я чувствую, что другим людям станет лучше, если я умру. |  |  |  |  |  |
| **20** | Меня до сих пор радует то, что радовало всегда. |  |  |  |  |  |

**Результат:**

**УД = \_\_\_\_\_\_\_\_** \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Педагог-психолог

**Ключ:**

ОБРАБОТКА И ИНТЕРПРЕТАЦИЯ РЕЗУЛЬТАТОВ ТЕСТА

Уровень депрессии (УД) рассчитывается по формуле:  
  
УД = Σпр. + Σобр.; где    
  
• Σпр. – сумма зачеркнутых цифр к "прямым" высказываниям № 1, 3, 4, 7, 8, 9, 10, 13, 15, 19;   
• Σобр. – сумма цифр, "обратных" зачеркнутым, к высказываниям № 2, 5, 6, 11, 12, 14, 16, 17, 18, 20.   
  
*Например:*   
  
• у высказывания №2 зачеркнута цифра 1, мы ставим в сумму 4 балла;   
• у высказывания №5 зачеркнут ответ 2 – ставим в сумму 3 балла;   
• у высказывания №6 зачеркнут ответ 3 – ставим в сумму 2 балла;   
• у высказывания №11 зачеркнут ответ 4 – ставим в сумму 1 балл и т.д.   
  
В результате получаем УД, который колеблется от 20 до 80 баллов.  
  
• Если УД не более 50 баллов, то диагностируется состояние без депрессии.   
• Если УД от 50 до 59 баллов, то делается вывод о легкой депрессии ситуативного или невротического генеза.   
• Показатель УД от 60 до 69 баллов – субдепрессивное состояние или маскированная депрессия.   
• Истинное депрессивное состояние диагностируется при УД более 70 баллов.