

## Опросник детской депрессии

Разработанный Maria Kovacs (1992) и адаптированный сотрудниками лаборатории клинической психологии и психиатрии НИИ психологии, позволяет определить количественные показатели спектра депрессивных симптомов – сниженного настроения, гедонистической способности, вегетативных функций, самооценки, межличностного поведения. Тест представляет собой самооценочную шкалу из 27 пунктов для детей и подростков от 7 до 17 лет.

Попросите ребенка записать свое имя или запишите его сами. Убедитесь в том, что ребенок полностью понял содержание опросника и инструкцию – тщательно и полно оценит, как он себя чувствовал в течение последних двух недель. Для маленьких детей и для детей с трудностями в течение проведения диагностики необходимо зачитать как инструкцию, так и каждый пункт шкал.

1	Я бываю грустным только иногда	0
	Я часто бываю грустный	1
	Мне всегда грустно	2
2	У меня никогда ничего не получается	2
	Я редко бываю уверен, что у меня что-нибудь получится	1
	У меня все получается хорошо	0
3	Я практически все делаю хорошо	0
	Я много делю не так	1
	Я все делаю неправильно	2
4	Многое приносит мне удовольствие	0
	Кое-что доставляет мне радость	1
	Меня ничего не радует	2
5	Я плохой всегда	2
	Я часто бываю плохим	1
	Я редко бываю плохим	0
6	Я редко думаю о том, что со мной может случиться плохое	0
	Я беспокоюсь о том, что со мной может случиться что-то плохое	1
	Я уверен, что со мной произойдет что-нибудь ужасное	2
7	Я ненавижу себя	2
	Я не люблю себя	1
	Я себе нравлюсь	0
8	Все плохое происходит в результате моих ошибок	2
	Многое плохое происходит в результате моих ошибок	1
	Плохое, как правило, происходит не по моей вине	0
9	Я не думаю о том, чтобы покончить с собой	0
	Я думаю о самоубийстве, но я не совершу его	1
	Я хочу убить себя	2
10	Я плачу каждый день	2
	Я часто плачу	1
	Я плачу редко	0
11	Я все время испытываю беспокойство	2
	Я часто испытываю беспокойство	1
	Я редко испытываю беспокойство	0
12	Мне нравится быть с людьми	0
	Мне не нравится быть с людьми	1
	Мне совсем не хочется быть с людьми	2
13	Я не могу решиться на многое	2
	Мне трудно на многое решиться	1
	Я легко принимаю решения	0
14	Я выгляжу хорошо	0
	Кое-что в моем облике меня не устраивает	1
	Я выгляжу уродливо	2
15	Мне все время приходится заставлять себя выполнять школьные задания	2
	Мне часто приходится себя заставлять выполнять школьные задания	1
	Выполнение школьных заданий для меня не большая проблема	0
16	Я плохо сплю каждую ночь	2
	Я часто сплю плохо	1
	Я сплю очень хорошо	0

17	Я редко устаю	0
	Я часто устаю	1
	Я все время чувствую себя усталым	2
18	В большинстве случаев не хочу есть	2
	Я часто не хочу есть	1
	Я ем очень хорошо	0
19	Меня не беспокоят боли	0
	Меня часто беспокоят боли	1
	Меня все время беспокоят боли	2
20	Я не чувствую себя одиноким	0
	Я часто чувствую себя одиноким	1
	Я всегда чувствую себя одиноким	2
21	Школа никогда не приносит мне удовольствие	2
	Иногда школа мне приносит удовольствие	1
	Школа часто радует меня	0
22	У меня много друзей	0
	У меня есть друзья, но мне хотелось бы иметь их больше	1
	У меня нет друзей	2
23	С моей учебой все в порядке	0
	Я учусь не так хорошо, как прежде	1
	Сейчас у меня плохие отметки по тем предметам, которые раньше шли хорошо	2
24	Я никогда не стану таким хорошим, как другие ребята	2
	Если захочу я смогу стать таким хорошим, как другие	1
	Я такой же хороший как другие ребята	0
25	Меня никто по-настоящему не любит	2
	Я не уверен в том, что меня кто-нибудь любит	1
	Я уверен в том, что меня любят	0
26	Обычно я делаю то, что мне сказали	0
	Как правило, я не делаю того, что мне говорят	1
	Я никогда не делаю того, что меня просят сделать	2
27	Я чувствую себя одиноким с людьми	2
	Я часто радуюсь	1
	Я все время радуюсь	0

Обработка полученных результатов осуществляется в следующем порядке:

- 1) суммируйте выбранные баллы по всем 27 пунктам;
- 2) с помощью специальной таблицы с учетом возраста и пола испытуемого переведите «сырой» балл в Т-баллы

**Напоминаем, что по данным ведущих специалистов лаборатории клинической психологии и психотерапии Московского НИИ психиатрии МЗ РФ наиболее надежным является общий балл опросника (общий балл депрессивности), а не показатели отдельных шкал.**

Т-балл	Интерпретация
Свыше 70	Очень значительно превышает средний уровня (группа риска)
66-70	Значительно выше среднего уровня (группа риска)
61-65	Выше среднего уровня
56-60	Чуть выше среднего уровня
45-55	Средний уровень
40-44	Чуть ниже среднего уровня
35-39	Ниже среднего уровня
30-34	Много ниже среднего уровня
Ниже 30	Значительно ниже среднего уровня

**Таблица перевода «сырых» баллов в Т-баллы для опросника детской депрессии**

Т показатель	общий балл			
	мальчики	девочки	мальчики	девочки
	7-12	7-12	13-17	13-17
100	48		53	41
99	47	44	52	
98	46	43	51	40
97			50	39
96	45	42		
95	44	41	49	38
94	43	40	48	
93			47	37
92	42	39	46	36
91	41	38	45	
90	40			35
89		37	44	34
88	39	36	43	
87	38	35	42	33
86	37		41	32
85		34	40	
84	36	33		31
83	35		39	
82		32	38	30
81	34	31	37	29
80	33		36	
79	32	30	35	28
78		29		27
77	31	28	34	
76	30		33	26
75	29	27	32	
74		26	31	25
73	27		30	24
72	28	25		
71	26	24	29	23
70		23	28	22
69	25		27	
68	24	22	26	21

67	23	21		
66			25	20
65	22	20	24	19
64	21	19	23	
63	20	18	22	18
62			21	17
61	19	17		
60	18	16	20	16
59			19	
58	17	15	18	15
57	16	14	17	14
56	15	13	16	
55				13
54	14	12	15	12
53	13	11	14	
52	12		13	11
51		10	12	
50	11	9	11	10
49	10	8		9
48	9		10	
47		7	9	8
46	8	6	8	7
45	7		7	
44	6	5	6	6
43		4		
42	5	3	5	5
41	4		4	4
40		2	3	
39	3	1	2	3
38	2			2
37	1	0	1	
36			0	1
35	0			
34				0

**Таблица факторов наличия кризисной ситуации у учащихся \_\_\_\_\_ класса**

По результатам наблюдения, бесед с учащимся, родителями, учителями заполните таблицу факторов. Если для учащегося характерен признак, поставьте в соответствующей ячейке знак «+». В том случае, если достоверно известно, что данный признак не характерен для учащегося, поставьте «-». Если достоверно не известно, то поставьте знак «?».

[illegible]

## Ситуационные

[illegible]

## Поведенческие

[illegible]



Когнитивные	
-------------	--

[illegible]

Эмоциональные	
---------------	--

[illegible]

Классный руководитель \_\_\_\_\_ (фамилия, инициалы) \_\_\_\_\_ (подпись)

## Шкала надежды и безнадёжности (перевод польской версии)

Ниже приведены утверждения, с помощью которых люди обычно описывают себя. Прочитайте каждое из этих утверждений и обведите кружком соответствующую цифру справа в зависимости от того, насколько Вы с ним согласны или не согласны.

**1 — решительно нет, 2 — скорее нет, 3 — скорее да, 4 — решительно да**

1	Я смотрю в будущее с надеждой и оптимизмом	1	2	3	4
2	Собственно говоря, я должен сдаться (отказаться от всяких усилий), так как я не в силах исправить свою судьбу	1	2	3	4
3	Когда мне не везет, мне помогает мысль, что это ведь не может длиться вечно	1	2	3	4
4	Я не могу представить себе, как будет выглядеть моя жизнь через 10 лет	1	2	3	4
5	У меня достаточно времени, чтобы достичь того, чего я больше всего хочу	1	2	3	4
6	Я думаю, что в будущем мне удастся достигнуть того, в чем я действительно заинтересован	1	2	3	4
7	Я полагаю, что мне в жизни встретится больше хорошего, чем другим людям	1	2	3	4
8	Будущее представляется мне мрачным	1	2	3	4
9	Мне никак не удастся хоть минуту передохнуть, и ничто не говорит о том, что в будущем станет иначе	1	2	3	4
10	Мой предыдущий опыт хорошо подготовил меня к будущему	1	2	3	4
11	Перспективы, которые я вижу перед собой, скорее неприятны, чем приятны	1	2	3	4
12	Не считаю, что я мог бы достичь того, в чем я действительно заинтересован	1	2	3	4
13	Когда я представляю себе будущее, я вижу себя более счастливым, чем сейчас	1	2	3	4
14	Боюсь, что мои дела не пойдут так, как я бы хотел	1	2	3	4
15	Я смотрю в будущее с доверием	1	2	3	4
16	Я никогда не достигну того, чего хочу	1	2	3	4
17	Очень маловероятно, чтобы когда-нибудь в будущем я был действительно доволен жизнью	1	2	3	4
18	Будущее представляется мне туманным и неопределенным	1	2	3	4
19	Я могу ожидать в жизни скорее хороших, чем плохих моментов	1	2	3	4
20	Не имеет смысла стараться чего-нибудь достичь, потому что я все равно этого не достигну	1	2	3	4

Обработка результатов осуществляется следующим образом. Суммируйте количество баллов по шкалам «Надежда» (суждения №№ 1, 3, 5, 6, 7, 10, 13, 15, 19) и «Безнадёжность» (суждения 2, 4, 8, 9, 11, 12, 14, 16, 17, 18, 20). Полученные значения (сумма) разделите на n (количество суждений по шкале). Шкала «Надежда» n= 9, шкала «Безнадёжность» n=11. Полученное значение сравните с показателями описательных статистик.

Шкала	Девочки	Мальчики
	1,93±0,55	1,96±0,54
Безнадёжность	Значение в интервале от 1,38 до 2,48 - соответствуют статистической норме - средний уровень; значения выше 2,5 - соответствуют высокому уровню безнадёжности	Значение в интервале от 1,42 до 2,5 - соответствуют статистической норме - средний уровень; значения выше 2,5 - соответствуют высокому уровню безнадёжности
	2,91±0,53	2,94±0,53
Надежда	Значение в интервале от 2,38 до 3,44 - соответствуют статистической норме - средний уровень; значения выше 2,5 - соответствуют высокому уровню проявления надежды	Значение в интервале от 2,41 до 3,47 - соответствуют статистической норме - средний уровень; значения выше 2,5 - соответствуют высокому уровню проявления надежды



Фамилия, имя \_\_\_\_\_  
 Полных лет \_\_\_\_\_ Класс \_\_\_\_\_ Дата \_\_\_\_\_

Инструкция: Этот опросник состоит из 21 пункта, каждый из которых содержит несколько высказываний. Пожалуйста, после тщательного прочтения выберите в каждом пункте одно высказывание, которое лучше всего описывает Ваше самочувствие в течение последних двух недель, включая сегодняшний день. Обведите кружком номер выбранного Вами высказывания. Если в одном пункте Вам в равной степени подходят несколько высказываний, поместите в кружок высказывание с наибольшим номером. Убедитесь, что Вы выбрали не более одного высказывания для каждого пункта, включая пункт 16 (изменения сна) и пункт 18 (изменения аппетита)

1	Я бываю грустным только иногда	0
	Я часто бываю грустный	1
	Мне всегда грустно	2
2	У меня никогда ничего не получается	2
	Я редко бываю уверен, что у меня что-нибудь получится	1
	У меня все получается хорошо	0
3	Я практически все делаю хорошо	0
	Я много делю не так	1
	Я все делаю неправильно	2
4	Многое приносит мне удовольствие	0
	Кое-что доставляет мне радость	1
	Меня ничего не радует	2
5	Я плохой всегда	2
	Я часто бываю плохим	1
	Я редко бываю плохим	0
6	Я редко думаю о том, что со мной может случиться плохое	0
	Я беспокоюсь о том, что со мной может случиться что-то плохое	1
	Я уверен, что со мной произойдет что-нибудь ужасное	2
7	Я ненавижу себя	2
	Я не люблю себя	1
	Я себе нравлюсь	0
8	Все плохое происходит в результате моих ошибок	2
	Многое плохое происходит в результате моих ошибок	1
	Плохое, как правило, происходит не по моей вине	0
9	Я не думаю о том, чтобы покончить с собой	0
	Я думаю о самоубийстве, но я не совершу его	1
	Я хочу убить себя	2
10	Я плачу каждый день	2
	Я часто плачу	1
	Я плачу редко	0
11	Я все время испытываю беспокойство	2
	Я часто испытываю беспокойство	1
	Я редко испытываю беспокойство	0
12	Мне нравится быть с людьми	0
	Мне не нравится быть с людьми	1
	Мне совсем не хочется быть с людьми	2
13	Я не могу решиться на многое	2
	Мне трудно на многое решиться	1
	Я легко принимаю решения	0

14	Я выгляжу хорошо	0
	Кое-что в моем облике меня не устраивает	1
	Я выгляжу уродливо	2
15	Мне все время приходится заставлять себя выполнять школьные задания	2
	Мне часто приходится себя заставлять выполнять школьные задания	1
	Выполнение школьных заданий для меня не большая проблема	0
16	Я плохо сплю каждую ночь	2
	Я часто сплю плохо	1
	Я сплю очень хорошо	0
17	Я редко устаю	0
	Я часто устаю	1
	Я все время чувствую себя усталым	2
18	В большинстве случаев не хочу есть	2
	Я часто не хочу есть	1
	Я ем очень хорошо	0
19	Меня не беспокоят боли	0
	Меня часто беспокоят боли	1
	Меня все время беспокоят боли	2
20	Я не чувствую себя одиноким	0
	Я часто чувствую себя одиноким	1
	Я всегда чувствую себя одиноким	2
21	Школа никогда не приносит мне удовольствие	2
	Иногда школа мне приносит удовольствие	1
	Школа часто радует меня	0
22	У меня много друзей	0
	У меня есть друзья, но мне хотелось бы иметь их больше	1
	У меня нет друзей	2
23	С моей учебой все в порядке	0
	Я учусь не так хорошо, как прежде	1
	Сейчас у меня плохие отметки по тем предметам, которые раньше шли хорошо	2
24	Я никогда не стану таким хорошим, как другие ребята	2
	Если захочу я смогу стать таким хорошим, как другие	1
	Я такой же хороший как другие ребята	0
25	Меня никто по-настоящему не любит	2
	Я не уверен в том, что меня кто-нибудь любит	1
	Я уверен в том, что меня любят	0
26	Обычно я делаю то, что мне сказали	0
	Как правило, я не делаю того, что мне говорят	1
	Я никогда не делаю того, что меня просят сделать	2
27	Я чувствую себя одиноким с людьми	2
	Я часто радуюсь	1
	Я все время радуюсь	0

Фамилия, имя \_\_\_\_\_  
 Полных лет \_\_\_\_\_ Класс \_\_\_\_\_ Дата \_\_\_\_\_

Ниже приведены утверждения, с помощью которых люди обычно описывают себя. Прочитайте каждое из этих утверждений и обведите кружком соответствующую цифру справа в зависимости от того, насколько Вы с ним согласны или не согласны.

**1 — решительно нет, 2 — скорее нет, 3 — скорее да, 4 — решительно да**

1	Я смотрю в будущее с надеждой и оптимизмом	1	2	3	4
2	Собственно говоря, я должен сдаться (отказаться от всяких усилий), так как я не в силах исправить свою судьбу	1	2	3	4
3	Когда мне не везет, мне помогает мысль, что это ведь не может длиться вечно	1	2	3	4
4	Я не могу представить себе, как будет выглядеть моя жизнь через 10 лет	1	2	3	4
5	У меня достаточно времени, чтобы достичь того, чего я больше всего хочу	1	2	3	4
6	Я думаю, что в будущем мне удастся достигнуть того, в чем я действительно заинтересован	1	2	3	4
7	Я полагаю, что мне в жизни встретится больше хорошего, чем другим людям	1	2	3	4
8	Будущее представляется мне мрачным	1	2	3	4
9	Мне никак не удастся хоть минуту передохнуть, и ничто не говорит о том, что в будущем станет иначе	1	2	3	4
10	Мой предыдущий опыт хорошо подготовил меня к будущему	1	2	3	4
11	Перспективы, которые я вижу перед собой, скорее неприятны, чем приятны	1	2	3	4
12	Не считаю, что я мог бы достичь того, в чем я действительно заинтересован	1	2	3	4
13	Когда я представляю себе будущее, я вижу себя более счастливым, чем сейчас	1	2	3	4
14	Боюсь, что мои дела не пойдут так, как я бы хотел	1	2	3	4
15	Я смотрю в будущее с доверием	1	2	3	4
16	Я никогда не достигну того, чего хочу	1	2	3	4
17	Очень маловероятно, чтобы когда-нибудь в будущем я был действительно доволен жизнью	1	2	3	4
18	Будущее представляется мне туманным и неопределенным	1	2	3	4
19	Я могу ожидать в жизни скорее хороших, чем плохих моментов	1	2	3	4
20	Не имеет смысла стараться чего-нибудь достичь, потому что я все равно этого не достигну	1	2	3	4