1. **Рекомендации по проведению мониторинга**

**психоэмоционального состояния обучающихся 7-11 классов**

Методический инструментарий для проведения мониторинга подобран в соответствии с практическими рекомендациями, предложенными сотрудниками ФГБОУ ВО «МГППУ» (г. Москва), по диагностике факторов риска развития кризисных состояний с суицидальными тенденциями у обучающихся 7-11 классов (Методические рекомендации для педагогов-психологов образовательных организаций по диагностике факторов риска развития кризисных состояний с суицидальными тенденциями у обучающихся 7–11 классов / под ред. Вихристюк О.В. – М.: ФГБОУ ВО МГППУ. – 2017. – С. 58). Выбор методик обусловлен диагностическими возможностями методов, их безопасностью и комфортностью, а также малым временем (менее 35 минут), требуемым на проведение измерений.

Обследование проводится в **два этапа**: скрининговое тестирование и индивидуальное углубленное обследование обучающихся «группы риска».

**Первый этап** проводится очно, фронтально, с обучающимися, имеющими согласие родителей на психологическое сопровождение ребенка педагогом-психологом школы. Применяются следующие методики:

* 1. Шкала безнадежности А. Бека;
  2. Опросник одиночества Д. Рассела;
  3. Индекс хорошего самочувствия (WHO-5 Well-Being Index).

Обучающимся представляется цель тестирования как плановая оценка их настроения и психологического благополучия, и предлагаются для заполнения три тестовых бланка ***(Приложение 1)****.*

По завершении тестирования результаты обрабатываются и интерпретируются педагогом-психологом школы согласно инструкциям по обработке данных тестирования, указанным в ***Приложении 2****.*

Итоговые результаты мониторинга оформляются согласно формам заполнения, предложенным в ***Приложении 3****.*

**Второй этап** проводится очно, индивидуально, не позднее, чем через 1 месяц после скринингового тестирования (первого этапа). По результатам углубленной индивидуальной диагностики уточняется принадлежность опрошенных к «группе риска», и составляется дальнейший план сопровождения обучающихся.

В работе с подростком с целью оценки возможного кризисного состояния, суицидального риска могут быть использованы следующие методики ***(Приложение 4, 5)***:

1. Опросник склонности к агрессии Басса-Перри (BPAQ, A.H.Buss, M.P.Perry);
2. Опросник личностных расстройств (PDQ-IV, Hyler);
3. Шкала семейной гибкости и сплоченности (FACES-5, Д.X.Олсон, Дж.Портнер, И.Лави, в адаптации М.Перри);
4. Опросник способов совладания (R.Lazarus и S.Folkman (WOCQ)).

**Приложение 1**

**Бланки методик**

**для проведения скринингового тестирования**

**(первый этап) для обучающихся**

Здравствуйте!

Мы обращаемся к Вам с просьбой принять участие в исследовании. Его целью является изучение представлений о будущем, настоящем, взаимоотношениях, эмоциях. Нам интересно узнать Ваше личное мнение по данной теме, поэтому, пожалуйста, отвечайте на все вопросы самостоятельно. Крайне важно, чтобы Вы ответили на все вопросы по порядку. Участие в исследовании займет у Вас около 30-35 минут.

Укажите, пожалуйста, следующую информацию о себе:

1. ФИО:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

2. Пол: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

3. Возраст: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

4. Класс:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Бланк № 1

***Инструкция:*** ниже приводится 20 утверждений о Вашем будущем. Обведите кружком слово ВЕРНО если Вы согласны с утверждением или слово НЕВЕРНО, если Вы не согласны.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 1 | ВЕРНО | НЕВЕРНО | Я жду будущего с надеждой и энтузиазмом |
| 2 | ВЕРНО | НЕВЕРНО | Мне пора сдаться, т.к. я ничего не могу изменить к лучшему |
| 3 | ВЕРНО | НЕВЕРНО | Когда дела идут плохо, мне помогает мысль, что так не может продолжаться всегда |
| 4 | ВЕРНО | НЕВЕРНО | Я не могу представить, на что будет похожа моя жизнь через 10 лет |
| 5 | ВЕРНО | НЕВЕРНО | У меня достаточно времени, чтобы завершить дела, которыми я больше всего хочу заниматься |
| 6 | ВЕРНО | НЕВЕРНО | В будущем, я надеюсь достичь успеха в том, что мне больше всего нравится |
| 7 | ВЕРНО | НЕВЕРНО | Будущее представляется мне во тьме |
| 8 | ВЕРНО | НЕВЕРНО | Я надеюсь получить в жизни больше хорошего, чем средний человек |
| 9 | ВЕРНО | НЕВЕРНО | У меня нет никаких просветов и нет причин верить, что они появятся в будущем |
| 10 | ВЕРНО | НЕВЕРНО | Мой прошлый опыт хорошо меня подготовил к будущему |
| 11 | ВЕРНО | НЕВЕРНО | Все, что я вижу впереди – скорее, неприятности, чем радости |
| 12 | ВЕРНО | НЕВЕРНО | Я не надеюсь достичь того, чего действительно хочу |
| 13 | ВЕРНО | НЕВЕРНО | Когда я заглядываю в будущее, я надеюсь быть счастливее, чем я есть сейчас |
| 14 | ВЕРНО | НЕВЕРНО | Дела идут не так, как мне хочется |
| 15 | ВЕРНО | НЕВЕРНО | Я сильно верю в свое будущее |
| 16 | ВЕРНО | НЕВЕРНО | Я никогда не достигаю того, что хочу, поэтому глупо что-либо хотеть |
| 17 | ВЕРНО | НЕВЕРНО | Весьма маловероятно, что я получу реальное удовлетворение в будущем |
| 18 | ВЕРНО | НЕВЕРНО | Будущее представляется мне расплывчатым и неопределенным |
| 19 | ВЕРНО | НЕВЕРНО | В будущем меня ждет больше хороших дней, чем плохих |
| 20 | ВЕРНО | НЕВЕРНО | Бесполезно пытаться получить то, что я хочу, потому что, вероятно, я не добьюсь этого |

Бланк № 2

***Инструкция***: пожалуйста, укажите, как часто вы испытываете состояние, описанное в каждом нижеследующем пункте. Для этого обведите кружком балл для каждого пункта.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Утверждение** | **Никогда** | **Редко** | **Иногда** | **Часто** |
| 1 | Как часто Вы чувствуете себя «на одной волне» с окружающими людьми? | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 2 | Как часто Вы чувствуете недостаток в дружеском общении? | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 3 | Как часто Вы чувствуете, что нет никого, к кому можно обратиться? | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 4 | Как часто Вы чувствуете себя одиноким? | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 5 | Как часто Вы чувствуете себя частью группы друзей? | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 6 | Как часто Вы чувствуете, что у Вас есть много общего с окружающими людьми? | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 7 | Как часто Вы чувствуете, что Вы больше не испытываете близости к кому-либо? | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 8 | Как часто Вы чувствуете, что окружающие Вас люди не разделяют Ваших интересов и идей? | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 9 | Как часто Вы чувствуете себя открытым для общения и дружелюбным? | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 10 | Как часто Вы чувствуете близость, единение с другими людьми? | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 11 | Как часто Вы чувствуете себя покинутым? | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 12 | Как часто Вы чувствуете, что Ваши отношения с другими поверхностны? | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 13 | Как часто Вы чувствуете, что Вас никто не знает по-настоящему? | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 14 | Как часто Вы чувствуете себя изолированным от других? | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 15 | Как часто Вы чувствуете, что можете найти себе компанию, если Вы этого захотите? | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 16 | Как часто Вы чувствуете, что есть люди, которые Вас действительно понимают? | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 17 | Как часто Вы чувствуете стеснительность? | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 18 | Как часто Вы чувствуете, что есть люди вокруг Вас, но не с Вами? | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 19 | Как часто Вы чувствуете, что есть люди, с которыми Вы можете поговорить? | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 20 | Как часто Вы чувствуете, что есть люди, к которым Вы можете обратиться? | 0 | 1 | 2 | 3 |

Бланк № 3

***Инструкция:*** пожалуйста, отметьте галочкой в каждом из пяти утверждений наиболее подходящий ответ о Вашем самочувствии в течение последних двух недель.

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | В течение двух последних недель | Все время  5 | Большую часть времени  4 | Более половины всего времени  3 | Менее половины всего времени  2 | Иногда  1 | Никогда  0 |
| 1 | У меня было хорошее настроение и чувство бодрости |  |  |  |  |  |  |
| 2 | Я чувствовал себя спокойным и раскованным |  |  |  |  |  |  |
| 3 | Я чувствовал себя активным и энергичным |  |  |  |  |  |  |
| 4 | Я просыпался с чувством свежести и отдыха |  |  |  |  |  |  |
| 5 | Моя жизнь была наполнена интересными для меня событиями |  |  |  |  |  |  |

**Приложение 2**

**Материалы для обработки результатов скринингового тестирования**

**(первый этап) для педагогов-психологов**

**Шкала безнадежности А.Бека**

***Инструкция:*** ниже приводится 20 утверждений о Вашем будущем. Обведите кружком слово ВЕРНО если Вы согласны с утверждением или слово НЕВЕРНО, если Вы не согласны.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 1 | ВЕРНО | НЕВЕРНО | Я жду будущего с надеждой и энтузиазмом |
| 2 | ВЕРНО | НЕВЕРНО | Мне пора сдаться, т.к. я ничего не могу изменить к лучшему |
| 3 | ВЕРНО | НЕВЕРНО | Когда дела идут плохо, мне помогает мысль, что так не может продолжаться всегда |
| 4 | ВЕРНО | НЕВЕРНО | Я не могу представить, на что будет похожа моя жизнь через 10 лет |
| 5 | ВЕРНО | НЕВЕРНО | У меня достаточно времени, чтобы завершить дела, которыми я больше всего хочу заниматься |
| 6 | ВЕРНО | НЕВЕРНО | В будущем, я надеюсь достичь успеха в том, что мне больше всего нравится |
| 7 | ВЕРНО | НЕВЕРНО | Будущее представляется мне во тьме |
| 8 | ВЕРНО | НЕВЕРНО | Я надеюсь получить в жизни больше хорошего, чем средний человек |
| 9 | ВЕРНО | НЕВЕРНО | У меня нет никаких просветов и нет причин верить, что они появятся в будущем |
| 10 | ВЕРНО | НЕВЕРНО | Мой прошлый опыт хорошо меня подготовил к будущему |
| 11 | ВЕРНО | НЕВЕРНО | Все, что я вижу впереди – скорее, неприятности, чем радости |
| 12 | ВЕРНО | НЕВЕРНО | Я не надеюсь достичь того, чего действительно хочу |
| 13 | ВЕРНО | НЕВЕРНО | Когда я заглядываю в будущее, я надеюсь быть счастливее, чем я есть сейчас |
| 14 | ВЕРНО | НЕВЕРНО | Дела идут не так, как мне хочется |
| 15 | ВЕРНО | НЕВЕРНО | Я сильно верю в свое будущее |
| 16 | ВЕРНО | НЕВЕРНО | Я никогда не достигаю того, что хочу, поэтому глупо что-либо хотеть |
| 17 | ВЕРНО | НЕВЕРНО | Весьма маловероятно, что я получу реальное удовлетворение в будущем |
| 18 | ВЕРНО | НЕВЕРНО | Будущее представляется мне расплывчатым и неопределенным |
| 19 | ВЕРНО | НЕВЕРНО | В будущем меня ждет больше хороших дней, чем плохих |
| 20 | ВЕРНО | НЕВЕРНО | Бесполезно пытаться получить то, что я хочу, потому что, вероятно, я не добьюсь этого |

**Подсчет баллов:**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Ответ | Балл | № | Ответ | Балл |
| 1 | НЕВЕРНО | 1 | 11 | ВЕРНО | 1 |
| 2 | ВЕРНО | 1 | 12 | ВЕРНО | 1 |
| 3 | НЕВЕРНО | 1 | 13 | НЕВЕРНО | 1 |
| 4 | ВЕРНО | 1 | 14 | ВЕРНО | 1 |
| 5 | НЕВЕРНО | 1 | 15 | НЕВЕРНО | 1 |
| 6 | НЕВЕРНО | 1 | 16 | ВЕРНО | 1 |
| 7 | ВЕРНО | 1 | 17 | ВЕРНО | 1 |
| 8 | НЕВЕРНО | 1 | 18 | ВЕРНО | 1 |
| 9 | ВЕРНО | 1 | 19 | НЕВЕРНО | 1 |
| 10 | НЕВЕРНО | 1 | 20 | ВЕРНО | 1 |

**Интерпретация результатов методики**

**Общие показатели:**

Максимальное количество баллов – 20 баллов;

0-3 балла – безнадежность не выявлена;

4-8 баллов – безнадежность легкая;

9-14 баллов – безнадежность умеренная;

15-20 баллов – безнадежность тяжелая.

**Косвенные показатели:**

**Обращать внимание** на вопросы: **2, 9, 12, 20.**

Если наблюдаются хотя бы 3 ответа из указанных утверждений (особенно положительный ответ на утверждение 2 – «Мне пора сдаться, т.к. я ничего не могу изменить к лучшему»), необходима индивидуальная беседа по данным вопросам, например: «Так ли это сейчас?», «Поясни, пожалуйста, что ты имеешь в виду». Также могут быть заданы дополнительные вопросы, направленные на оценку образа будущего: «Что ты собираешься делать после школы?»; «Как тебе видится твое будущее?» и т.п.

**Опросник одиночества Д. Рассела**

***Инструкция***: пожалуйста, укажите, как часто вы испытываете состояние, описанное в каждом нижеследующем пункте. Для этого обведите кружком балл для каждого пункта.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Утверждение** | **Никогда** | **Редко** | **Иногда** | **Часто** |
| 1 | Как часто Вы чувствуете себя «на одной волне» с окружающими людьми? | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 2 | Как часто Вы чувствуете недостаток в дружеском общении? | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 3 | Как часто Вы чувствуете, что нет никого, к кому можно обратиться? | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 4 | Как часто Вы чувствуете себя одиноким? | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 5 | Как часто Вы чувствуете себя частью группы друзей? | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 6 | Как часто Вы чувствуете, что у Вас есть много общего с окружающими людьми? | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 7 | Как часто Вы чувствуете, что Вы больше не испытываете близости к кому-либо? | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 8 | Как часто Вы чувствуете, что окружающие Вас люди не разделяют Ваших интересов и идей? | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 9 | Как часто Вы чувствуете себя открытым для общения и дружелюбным? | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 10 | Как часто Вы чувствуете близость, единение с другими людьми? | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 11 | Как часто Вы чувствуете себя покинутым? | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 12 | Как часто Вы чувствуете, что Ваши отношения с другими поверхностны? | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 13 | Как часто Вы чувствуете, что Вас никто не знает по-настоящему? | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 14 | Как часто Вы чувствуете себя изолированным от других? | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 15 | Как часто Вы чувствуете, что можете найти себе компанию, если Вы этого захотите? | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 16 | Как часто Вы чувствуете, что есть люди, которые Вас действительно понимают? | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 17 | Как часто Вы чувствуете стеснительность? | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 18 | Как часто Вы чувствуете, что есть люди вокруг Вас, но не с Вами? | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 19 | Как часто Вы чувствуете, что есть люди, с которыми Вы можете поговорить? | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 20 | Как часто Вы чувствуете, что есть люди, к которым Вы можете обратиться? | 0 | 1 | 2 | 3 |

**Интерпретация результатов методики**

**Общие показатели:**

Подсчитывается количество каждого из вариантов ответов.

Сумма ответов «часто» умножается на 3, «иногда» - на 2, «редко» - на 1 и «никогда» - на 0.

Вопросы 1, 5, 6, 9, 10, 15, 16, 19, 20 – обратные: считаются наоборот «часто» умножается на 0, «иногда» - на 1, «редко» - на 2, «никогда» - на 3.

Полученные результаты складываются. Максимально возможный показатель одиночества - 60 баллов.

Высокая степень одиночества - 41 - 60 баллов.

Средняя степень - 21 - 40 баллов.

Низкая степень - 0 - 20 баллов.

**Косвенные показатели:**

В первую очередь, учитываются ответы на вопросы:

**«Часто»** - **3, 4, 11.**

**«Никогда» - 19, 20**.

Если наблюдаются хотя бы 3 ответа «Часто», «Никогда» из указанных утверждений. Особенно на утверждение 4 – «Я часто чувствую себя одиноким» (ответ – «часто») и утверждение 11 – «Я часто чувствую себя покинутым» (ответ – «часто»), необходима индивидуальная беседа по данным вопросам, например: «Так ли это сейчас?», «Поясни, пожалуйста, что ты имеешь в виду». Также могут быть заданы дополнительные вопросы, направленные на оценку наличия социальной поддержки и субъективного переживания одиночества: «Есть ли у тебя друзья в школе?», «С кем ты можешь поговорить, когда тебе грустно?», «Чувствуешь ли ты, что есть кто-то, кто тебя понимает?».

**Индекс хорошего самочувствия (WHO-5 Well-Being Index)**

***Инструкция:*** пожалуйста, отметьте галочкой в каждом из пяти утверждений наиболее подходящий ответ о Вашем самочувствии в течение последних двух недель.

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **В течение двух последних недель** | **Все время**  **5** | **Большую часть времени**  **4** | **Более половины всего времени**  **3** | **Менее половины всего времени**  **2** | **Иногда**  **1** | **Никогда**  **0** |
| 1 | У меня было хорошее настроение и чувство бодрости |  |  |  |  |  |  |
| 2 | Я чувствовал себя спокойным и раскованным |  |  |  |  |  |  |
| 3 | Я чувствовал себя активным и энергичным |  |  |  |  |  |  |
| 4 | Я просыпался с чувством свежести и отдыха |  |  |  |  |  |  |
| 5 | Моя жизнь была наполнена интересными для меня событиями |  |  |  |  |  |  |

**Интерпретация результатов методики**

**Общие показатели:**

Подозрение на депрессию, если сумма баллов по тесту составляет 12 баллов и ниже.

**Косвенные показатели:**

В первую очередь, учитываются ответы на вопросы **1, 5.**

В случае, если на утверждение 1 «У меня было хорошее настроение и чувство бодрости» и утверждение 5 «Моя жизнь была наполнена интересными для меня событиями» были получены 0 или 1 балл, то требуется индивидуальная консультация.

**ВНИМАНИЕ!**

**Для заполнения таблицы «Итоговые показатели по мониторингу» (Приложение 3) в формах по классу (школе) ориентироваться на приведенную ниже таблицу**

Группы риска и мероприятия

по дальнейшему психолого-педагогическому сопровождению

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Группа риска | Показатели | Рекомендации по дальнейшему психолого-педагогическому сопровождению |
| «Норма» | Общие и косвенные показатели шкал в норме\* | Не требуется специального сопровождения |
| «Признаки кризисного состояния» | Наличие высоких показателей хотя бы по одной из шкал и (или) наличие косвенных признаков хотя бы по одной из шкал | Необходима дополнительная диагностика, консультирование |
| «Депрессия» | Высокие показатели по всем трем шкалам и (или) наличие косвенных признаков по всем трем шкалам | Необходима дополнительная диагностика, консультирование, обязательное психолого-педагогическое сопровождение |

**\*** *По шкале безнадежности А.Бека (к нормативным показателям относятся: 0-8 баллов - «не выявлено», «легкая степень»; к высоким показателям относятся: 9-20 баллов - «умеренная степень», «тяжелая степень»).*

**Приложение 3**

**Итоговые показатели по мониторингу**

Форма заполнения по классу

*(заполненная форма остается в ОУ в документации педагога-психолога)*

Наименование ОУ\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Класс\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Кол-во обучающихся\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № пп | ФИО | Методика «Шкала безнадежности»  (А. Бек) | | Опросник одиночества  (Д. Рассел) | Индекс хорошего самочувствия (WHO-5 Well-Being Index) | | Группа риска.  «НОРМА» - все показатели по столбцам «НОРМА»; «ПРИЗНАК КРИЗИСНОГО СОСТОЯНИЯ» - хотя бы по одному столбцу «РИСК»;  «ДЕПРЕССИЯ» - имеется «РИСК» по всем трем шкалам (в столбцах 3 и/или 4 + столбец 5 + столбцы 6 и/или 7) |
| Косвенный показатель (количество ответов «Верно» 2, 9, 12, 20). При трех и более – «РИСК», меньше трех ответов - «НОРМА» | Количественный показатель (0-8 баллов - «НОРМА», 9-20 - «РИСК») | Косвенный показатель (количество ответов «Часто» на вопросы 3, 4, 11;  количество ответов «Никогда» на вопросы 19, 20).  При трех и более ответах - «РИСК»,  меньше трех ответов - «НОРМА» | Косвенный показатель (сумма баллов за вопросы 1 и 5) 2 балла и меньше - «РИСК», более 2 баллов - «НОРМА» | Количественный показатель. 12 баллов и ниже - «РИСК», 13 баллов и более - «НОРМА» |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |

**Итоговые показатели по мониторингу**

Форма заполнения по ОУ

*(направляется: для учреждений г. Улан-Удэ – в МБУ ДО «ЦДиК» г. Улан-Удэ;*

*для учреждений других муниципальных округов – в ГБОУ «Республиканский центр образования»)*

Наименование ОУ\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ кол-во обучающихся\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Классы: 7-11

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Класс | «Норма» | | «Признаки кризисного состояния» | | «Депрессия» | |
| Кол-во  обучающихся | % | Кол-во  обучающихся | % | Кол-во  обучающихся | % |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
| Итого по ОУ |  |  |  |  |  |  |

**Приложение 4**

**Бланки методик**

**для проведения углубленной диагностики (второй этап) для обучающихся**

Бланк № 1

***Инструкция:*** прочитайте, пожалуйста, предложенные утверждения и оцените их по 5-ти бальной шкале от 1 («очень на меня не похоже») до 5 («очень на меня похоже»). Обведите цифру, соответствующую выбранному варианту ответа. Здесь нет верных или неверных, хороших или плохих вариантов. Указывайте вариант ответа, который первым придет вам в голову. Отвечайте, не пропуская утверждения!

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Утверждение** | **Баллы** | | | | |
| 1 | Иногда я не могу сдержать желание ударить другого человека | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 2 | Я прямо говорю своим друзьям, если я с ними в чем-то не согласен | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 3 | Я быстро вспыхиваю, но и быстро остываю | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 4 | Бывает, что я просто схожу с ума от ревности | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 5 | Если меня спровоцировать, я могу ударить другого человека | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 6 | Я часто не согласен с другими людьми | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 7 | Я раздражаюсь, когда у меня что-то не получается | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 8 | Временами мне кажется, что жизнь мне что-то не додала | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 9 | Если кто-то ударит меня, я дам сдачи | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 10 | Людям, которые меня раздражают, я говорю все, что о них думаю | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 11 | Иногда я чувствую, что вот-вот взорвусь | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 12 | Другим постоянно везет | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 13 | Я дерусь чаще, чем окружающие | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 14 | Я всегда начинаю спорить с теми, кто не согласен с моим мнением | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 15 | У меня спокойный характер | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 16 | Я не понимаю, почему иной раз мне бывает так горько | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 17 | Если для защиты моих прав мне надо применить физическую силу, я так и сделаю | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 18 | Друзья говорят, что я спорщик | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 19 | Некоторые мои друзья считают, что я вспыльчив | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 20 | Я знаю, что мои так называемые друзья сплетничают обо мне | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 21 | Некоторые люди своим обращением ко мне могут довести меня до драки | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 22 | Иногда я выхожу из себя без особой причины | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 23 | Я не доверяю слишком доброжелательным людям | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 24 | Я не могу представить себе причину, достаточную, чтобы ударить другого человека | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 25 | Мне трудно сдерживать раздражение | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 26 | Иногда мне кажется, что люди насмехаются надо мной за глаза | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 27 | Бывало, что я угрожал своим знакомым | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 28 | Если человек слишком мил со мной, значит, он от меня что-то хочет | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 29 | Иногда я настолько выходил из себя, что ломал вещи | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |

Бланк № 2

***Инструкция****:* ниже приводится 25 утверждений. Напротив каждого утверждения в столбике для ответов поставьте «+» в случае согласия с утверждением, и «-» в случае несогласия.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Утверждения** | **Шкала** | **Да** | **Нет** |
| 1 | Я лучше, чем обо мне думают окружающие. | N |  |  |
| 2 | Я пойду на крайние меры, чтобы не допустить ухода любимого человека | P |  |  |
| 3 | Другие жаловались, что я недостаточно хорошо справляюсь с моей учебой. | Neg |  |  |
| 4 | Я часто думаю о том, каким великим человеком я являюсь сейчас или стану в будущем. | N |  |  |
| 5 | Я отношусь к другим только с любовью или с ненавистью. | P |  |  |
| 6 | Я чувствую, что другие не понимают или не ценят меня. | Neg |  |  |
| 7 | Только очень немногие люди могут действительно оценить и понять меня. | N |  |  |
| 8 | Я часто задаюсь вопросом, кто я на самом деле. | P |  |  |
| 9 | Многие считают меня своенравным и горячим | Neg |  |  |
| 10 | Я очень хочу, чтобы другие люди обращали на меня внимание или хвалили меня | N |  |  |
| 11 | Бывало, что я наносил себе физический вред | P |  |  |
| 12 | Я не люблю, когда учитель, родитель говорит мне, как я должен выполнять свою работу. | Neg |  |  |
| 13 | Я хочу, чтобы люди были ко мне благосклонны, даже если я отношусь к ним недостаточно доброжелательно. | N |  |  |
| 14 | Я человек настроения. | P |  |  |
| 15 | Я плохо отношусь к людям, которые более удачливы, чем я. | Neg |  |  |
| 16 | Некоторые думают, что я имею преимущества над другими людьми | N |  |  |
| 17 | Я порой чувствую, что жизнь моя уныла и бессмысленна. | P |  |  |
| 18 | Люди часто жалуются на то, что я не понимаю, когда им плохо. | N |  |  |
| 19 | Я часто жалуюсь на свою жизнь. | Neg |  |  |
| 20 | Мне трудно сдерживать свой гнев и проявления моего характера. | P |  |  |
| 21 | Многие люди завидуют мне. | N |  |  |
| 22 | Я могу поругаться с кем-нибудь, а через некоторое время начинаю извиняться. | Neg |  |  |
| 23 | Другие считают меня высокомерным. | N |  |  |
| 24 | В момент сильного стресса я веду себя как ненормальный или просто не помню потом, что происходило. | P |  |  |
| 25 | Я иногда, не задумываясь, делал вещи (подобные перечисленным ниже), которые могли кончиться для меня плохо: | P |  |  |
| Тратил больше денег, чем имел |  |  |  |
| Употреблял алкоголь. |  |  |  |
| Был неумеренным в еде. |  |  |  |
| Безрассудно рисковал |  |  |  |
| Совершал мелкие кражи в магазинах |  |  |  |
| Играл в азартные игры |  |  |  |

Бланк № 3

***Инструкция:*** опишите вашу реальную семью. Прочитайте следующие высказывания и оцените их, проставляя баллы от 1 до 5.

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Утверждения** | **Почти никогда** | **Редко** | **Время от времени** | **Часто** | **Почти всегда** |
| 1 | Члены семьи обращаются друг к другу за помощью | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 2 | При решении проблем учитываются предложения детей | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 3 | Мы с одобрением относимся к друзьям других членов семьи | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 4 | Дети самостоятельно выбирают форму поведения | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 5 | Мы предпочитаем общаться только в узком семейном кругу | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 6 | Каждый член нашей семьи может быть лидером | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 7 | Члены нашей семьи более близки с посторонними, чем друг с другом | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 8 | В нашей семье изменяется способ выполнения повседневных дел | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 9 | Мы любим проводить свободное время все вместе | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 10 | Наказания обсуждаются родителями и детьми вместе | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 11 | Члены нашей семьи чувствуют себя очень близкими друг другу | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 12 | В нашей семье большинство решений принимается родителями | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 13 | На семейных мероприятиях присутствует большинство членов семьи | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 14 | Правила в нашей семье изменяются | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 15 | Нам трудно представить себе, что мы могли бы предпринять всей семьей | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 16 | Домашние обязанности могут переходить от одного члена семьи к другому | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 17 | Мы советуемся друг с другом при принятии решений | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 18 | Трудно сказать, кто у нас в семье лидер | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 19 | Единство очень важно для нашей семьи | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 20 | Трудно сказать, какие обязанности в домашнем хозяйстве выполняет каждый член семьи | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |

Бланк № 4

***Инструкция***: опишите свое поведение/чувства в трудной ситуации. Прочитайте следующие высказывания и оцените их, проставляя баллы от 0 до 3.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | ***Оказавшись в трудной ситуации, я …*** | **никогда** | **редко** | **иногда** | **часто** |
| 1 | ... сосредотачивался на том, что мне нужно было делать дальше – на следующем шаге | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 2 | ... начинал что-то делать, зная, что это все равно не будет работать, главное – делать хоть что-нибудь | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 3 | ... пытался склонить вышестоящих к тому, чтобы они изменили свое мнение | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 4 | ... говорил с другими, чтобы больше узнать о ситуации | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 5 | ... критиковал и укорял себя | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 6 | ... пытался не сжигать за собой мосты, оставляя все, как оно есть | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 7 | ... надеялся на чудо | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 8 | ... смирялся с судьбой: бывает, что мне не везет | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 9 | ... вел себя, как будто ничего не произошло | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 10 | ... старался не показывать своих чувств | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 11 | ... пытался увидеть в ситуации что-то положительное | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 12 | ... спал больше обычного | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 13 | ... срывал свою досаду на тех, кто навлек на меня проблемы | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 14 | ... искал сочувствия и понимания у кого-нибудь | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 15 | ... во мне возникла потребность выразить себя творчески | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 16 | ... пытался забыть все это | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 17 | ... обращался за помощью к специалистам | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 18 | ... менялся или рос как личность в положительную сторону | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 19 | ... извинялся или старался все загладить | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 20 | … составлял план действий | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 21 | ... старался дать какой-то выход своим чувствам | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 22 | ... понимал, что сам вызвал эту проблему | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 23 | ... набирался опыта в этой ситуации | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 24 | ... говорил с кем-либо, кто мог конкретно помочь в этой ситуации | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 25 | ... пытался улучшить свое самочувствие едой, выпивкой, курением или лекарствами | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 26 | ... рисковал напропалую | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 27 | ... старался действовать не слишком поспешно, доверяясь первому порыву | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 28 | ... находил новую веру во что-то | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 29 | ... вновь открывал для себя что-то важное | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 30 | ... что-то менял так, что все улаживалось | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 31 | ... в целом избегал общения с людьми | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 32 | ... не допускал это до себя, стараясь об этом особенно не задумываться | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 33 | ... спрашивал совета у родственника или друга, которых уважал | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 34 | ... старался, чтобы другие не узнали, как плохо обстоят дела | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 35 | ... отказывался воспринимать это слишком серьезно | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 36 | ... говорил о том, что я чувствую | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 37 | ... стоял на своем и боролся за то, чего хотел | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 38 | ... вымещал это на других людях | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 39 | ... пользовался прошлым опытом – мне приходилось уже попадать в такие ситуации | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 40 | ... знал, что надо делать и удваивал свои усилия, чтобы все наладить | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 41 | … отказывался верить, что это действительно произошло | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 42 | ... я давал обещание, что в следующий раз все будет по-другому | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 43 | ... находил пару других способов решения проблемы | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 44 | ... старался, что мои эмоции не слишком мешали мне в других делах | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 45 | ... что-то менял в себе | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 46 | ... хотел, чтобы все это скорее как-то образовалось или кончилось | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 47 | ... представлял себе, фантазировал, как все это могло бы обернуться | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 48 | ... молился | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 49 | .. прокручивал в уме, что мне сказать или сделать | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 50 | ... думал о том, как бы в данной ситуации действовал человек, которым я восхищаюсь и старался подражать ему | 0 | 1 | 2 | 3 |

**Приложение 5**

**Материалы для обработки результатов углубленной диагностики**

**(второй этап) для педагогов-психологов**

**Бланк № 1**

**Опросник склонности к агрессии Басса-Перри (BPAQ, A.H.Buss, M.P.Perry)**

***Инструкция:*** прочитайте, пожалуйста, предложенные утверждения и оцените их по 5-ти бальной шкале от 1 («очень на меня не похоже») до 5 («очень на меня похоже»). Обведите цифру, соответствующую выбранному варианту ответа. Здесь нет верных или неверных, хороших или плохих вариантов. Указывайте вариант ответа, который первым придет вам в голову. Отвечайте, не пропуская утверждения!

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Утверждение** | **Баллы** | | | | |
| 1 | Иногда я не могу сдержать желание ударить другого человека | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 2 | Я прямо говорю своим друзьям, если я с ними в чем-то не согласен | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 3 | Я быстро вспыхиваю, но и быстро остываю | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 4 | Бывает, что я просто схожу с ума от ревности | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 5 | Если меня спровоцировать, я могу ударить другого человека | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 6 | Я часто не согласен с другими людьми | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 7 | Я раздражаюсь, когда у меня что-то не получается | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 8 | Временами мне кажется, что жизнь мне что-то не додала | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 9 | Если кто-то ударит меня, я дам сдачи | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 10 | Людям, которые меня раздражают, я говорю все, что о них думаю | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 11 | Иногда я чувствую, что вот-вот взорвусь | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 12 | Другим постоянно везет | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 13 | Я дерусь чаще, чем окружающие | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 14 | Я всегда начинаю спорить с теми, кто не согласен с моим мнением | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 15 | У меня спокойный характер | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 16 | Я не понимаю, почему иной раз мне бывает так горько | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 17 | Если для защиты моих прав мне надо применить физическую силу, я так и сделаю | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 18 | Друзья говорят, что я спорщик | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 19 | Некоторые мои друзья считают, что я вспыльчив | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 20 | Я знаю, что мои так называемые друзья сплетничают обо мне | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 21 | Некоторые люди своим обращением ко мне могут довести меня до драки | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 22 | Иногда я выхожу из себя без особой причины | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 23 | Я не доверяю слишком доброжелательным людям | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 24 | Я не могу представить себе причину, достаточную, чтобы ударить другого человека | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 25 | Мне трудно сдерживать раздражение | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 26 | Иногда мне кажется, что люди насмехаются надо мной за глаза | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 27 | Бывало, что я угрожал своим знакомым | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 28 | Если человек слишком мил со мной, значит, он от меня что-то хочет | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 29 | Иногда я настолько выходил из себя, что ломал вещи | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |

**Интерпретация результатов методики:**

В первую очередь, учитываются ответы на вопросы: **1, 8, 16, 29.**

Ключевыми утверждениями, после которых необходима индивидуальная беседа являются: 1 – «Иногда я не могу сдержать желание ударить другого человека» и 29 – «Иногда я настолько выходил из себя, что ломал вещи» (при ответе 4–5 балла). Утверждения 8 – «Временами мне кажется, что жизнь мне что-то не додала» и 16 – «Я не понимаю, почему иной раз мне бывает так горько» (при ответе 4–5 балла) отвечают за депрессивное состояние.

При согласии с данными утверждениями, необходимо задать по ним уточняющие вопросы: «Так ли это сейчас?», «Поясни, пожалуйста, что ты имеешь в виду», «Расскажи подробнее об этих случаях». Также могут быть заданы дополнительные вопросы, направленные на оценку импульсивности, враждебности и агрессивности: «Как ты справляешься с эмоциональным напряжением?» и т.п.

**Бланк № 2**

**Опросник личностных расстройств**

**(PDQ-IV, 3 шкалы: нарциссическая, пограничная и негативистическая, Hyler).**

***Инструкция****:* ниже приводится 25 утверждений. Напротив каждого утверждения в столбике для ответов поставьте «+» в случае согласия с утверждением, и «-» в случае несогласия.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Утверждения** | **Шкала** | **Да** | **Нет** |
| 1 | Я лучше, чем обо мне думают окружающие. | N |  |  |
| 2 | Я пойду на крайние меры, чтобы не допустить ухода любимого человека | P |  |  |
| 3 | Другие жаловались, что я недостаточно хорошо справляюсь с моей учебой. | Neg |  |  |
| 4 | Я часто думаю о том, каким великим человеком я являюсь сейчас или стану в будущем. | N |  |  |
| 5 | Я отношусь к другим только с любовью или с ненавистью. | P |  |  |
| 6 | Я чувствую, что другие не понимают или не ценят меня. | Neg |  |  |
| 7 | Только очень немногие люди могут действительно оценить и понять меня. | N |  |  |
| 8 | Я часто задаюсь вопросом, кто я на самом деле. | P |  |  |
| 9 | Многие считают меня своенравным и горячим | Neg |  |  |
| 10 | Я очень хочу, чтобы другие люди обращали на меня внимание или хвалили меня | N |  |  |
| 11 | Бывало, что я наносил себе физический вред | P |  |  |
| 12 | Я не люблю, когда учитель, родитель говорит мне, как я должен выполнять свою работу. | Neg |  |  |
| 13 | Я хочу, чтобы люди были ко мне благосклонны, даже если я отношусь к ним недостаточно доброжелательно. | N |  |  |
| 14 | Я человек настроения. | P |  |  |
| 15 | Я плохо отношусь к людям, которые более удачливы, чем я. | Neg |  |  |
| 16 | Некоторые думают, что я имею преимущества над другими людьми | N |  |  |
| 17 | Я порой чувствую, что жизнь моя уныла и бессмысленна. | P |  |  |
| 18 | Люди часто жалуются на то, что я не понимаю, когда им плохо. | N |  |  |
| 19 | Я часто жалуюсь на свою жизнь. | Neg |  |  |
| 20 | Мне трудно сдерживать свой гнев и проявления моего характера. | P |  |  |
| 21 | Многие люди завидуют мне. | N |  |  |
| 22 | Я могу поругаться с кем-нибудь, а через некоторое время начинаю извиняться. | Neg |  |  |
| 23 | Другие считают меня высокомерным. | N |  |  |
| 24 | В момент сильного стресса я веду себя как ненормальный или просто не помню потом, что происходило. | P |  |  |
| 25 | Я иногда, не задумываясь, делал вещи (подобные перечисленным ниже), которые могли кончиться для меня плохо *(2 положительных ответа дают 1 балл):* | P |  |  |
| Тратил больше денег, чем имел |  |  |  |
| Употреблял алкоголь. |  |  |  |
| Был неумеренным в еде. |  |  |  |
| Безрассудно рисковал |  |  |  |
| Совершал мелкие кражи в магазинах |  |  |  |
| Играл в азартные игры |  |  |  |

**Интерпретация результатов методики:**

**шкала N** – Самовлюбленность, ранимость (для акцентуации необходимо набрать 5 баллов и выше);

**шкала P** – Эмоциональная нестабильность (для акцентуации необходимо набрать 5 баллов и выше);

**шкала Neg** – Негативизм (для акцентуации необходимо набрать 4 балла и выше).

Превышение 5 бальной отметки по отдельной шкале может говорить о наличии акцентуации характера. Сочетание с депрессивными проявлениями, переживаниями одиночества, безнадежности может говорить о реакциях декомпенсации, что резко повышает суицидальный риск и требует индивидуальной консультации психолога.

***Обязательно и первостепенно – индивидуальная беседа при положительном ответе на 11 вопрос:*** «Бывало, что я наносил себе физический вред». Этот вопрос коррелирует с другими проявлениями социально психологической дезадаптации.

Данные вопросы задаются только испытуемым, положительно ответившим на 11 вопрос Опросника личностных расстройств (PDQ-IV, 3 шкалы: нарциссическая, пограничная и негативистическая (Hyler, 1987).

Что случилось, что ты решил(а) … [порезать себе руки]?

Ты хотел(а) именно умереть?

Как ты наносил(а) себе самоповреждения? При каких обстоятельствах?

Ты помнишь свое состояние тогда? Какое оно было?

Насколько тебе такой способ помог(ает) справиться с состоянием? Что ты еще пробовал(а)?

Кто еще знает о твоих самоповреждающих действиях (родители, друзья)?

Как они к этому относятся?

Как ты сам сейчас относишься к своим действиям?

Как ты думаешь, что можно было сделать в этой ситуации еще?

**Бланк № 3**

**Шкала семейной гибкости и сплоченности (FACES-5, Д.X.Олсон, Дж.Портнер, И.Лави, в адаптации М.Перри)**

***Инструкция:*** опишите вашу реальную семью. Прочитайте следующие высказывания и оцените их, проставляя баллы от 1 до 5.

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Утверждения** | **Почти никогда** | **Редко** | **Время от времени** | **Часто** | **Почти всегда** |
| 1 | Члены семьи обращаются друг к другу за помощью | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 2 | При решении проблем учитываются предложения детей | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 3 | Мы с одобрением относимся к друзьям других членов семьи | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 4 | Дети самостоятельно выбирают форму поведения | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 5 | Мы предпочитаем общаться только в узком семейном кругу | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 6 | Каждый член нашей семьи может быть лидером | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 7 | Члены нашей семьи более близки с посторонними, чем друг с другом | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 8 | В нашей семье изменяется способ выполнения повседневных дел | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 9 | Мы любим проводить свободное время все вместе | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 10 | Наказания обсуждаются родителями и детьми вместе | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 11 | Члены нашей семьи чувствуют себя очень близкими друг другу | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 12 | В нашей семье большинство решений принимается родителями | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 13 | На семейных мероприятиях присутствует большинство членов семьи | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 14 | Правила в нашей семье изменяются | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 15 | Нам трудно представить себе, что мы могли бы предпринять всей семьей | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 16 | Домашние обязанности могут переходить от одного члена семьи к другому | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 17 | Мы советуемся друг с другом при принятии решений | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 18 | Трудно сказать, кто у нас в семье лидер | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 19 | Единство очень важно для нашей семьи | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 20 | Трудно сказать, какие обязанности в домашнем хозяйстве выполняет каждый член семьи | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |

**Интерпретация результатов методики.** При анализе результатов необходимо учитывать ответы по вопросам:

**1** «Члены семьи обращаются друг к другу за помощью» – почти никогда,

**7** «Члены нашей семьи более близки с посторонними, чем друг с другом» – почти всегда,

**11** «Члены нашей семьи чувствуют себя очень близкими друг другу» – почти никогда.

**19** «Единство очень важно для нашей семьи» - почти никогда.

***Негативные ответы на эти ключевые вопросы могут выступить значимыми факторами риска суицидального поведения в дальнейшим и подлежат уточнению в индивидуальной беседе,*** например: «Так ли это сейчас?», «Поясни, пожалуйста, что ты имеешь в виду». Могут быть заданы дополнительные вопросы, направленные на оценку семейных эмоциональных коммуникаций.

**Бланк № 4**

**Опросник способов совладания (R.Lazarus и S.Folkman (WOCQ)**

***Инструкция***: опишите свое поведение / чувства в трудной ситуации. Прочитайте следующие высказывания и оцените их, проставляя баллы от 0 до 3.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | ***Оказавшись в трудной ситуации, я …*** | **никогда** | **редко** | **иногда** | **часто** |
| 1 | ... сосредотачивался на том, что мне нужно было делать дальше – на следующем шаге | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 2 | ... начинал что-то делать, зная, что это все равно не будет работать, главное – делать хоть что-нибудь | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 3 | ... пытался склонить вышестоящих к тому, чтобы они изменили свое мнение | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 4 | ... говорил с другими, чтобы больше узнать о ситуации | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 5 | ... критиковал и укорял себя | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 6 | ... пытался не сжигать за собой мосты, оставляя все, как оно есть | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 7 | ... надеялся на чудо | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 8 | ... смирялся с судьбой: бывает, что мне не везет | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 9 | ... вел себя, как будто ничего не произошло | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 10 | ... старался не показывать своих чувств | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 11 | ... пытался увидеть в ситуации что-то положительное | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 12 | ... спал больше обычного | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 13 | ... срывал свою досаду на тех, кто навлек на меня проблемы | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 14 | ... искал сочувствия и понимания у кого-нибудь | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 15 | ... во мне возникла потребность выразить себя творчески | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 16 | ... пытался забыть все это | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 17 | ... обращался за помощью к специалистам | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 18 | ... менялся или рос как личность в положительную сторону | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 19 | ... извинялся или старался все загладить | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 20 | … составлял план действий | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 21 | ... старался дать какой-то выход своим чувствам | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 22 | ... понимал, что сам вызвал эту проблему | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 23 | ... набирался опыта в этой ситуации | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 24 | ... говорил с кем-либо, кто мог конкретно помочь в этой ситуации | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 25 | ... пытался улучшить свое самочувствие едой, выпивкой, курением или лекарствами | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 26 | ... рисковал напропалую | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 27 | ... старался действовать не слишком поспешно, доверяясь первому порыву | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 28 | ... находил новую веру во что-то | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 29 | ... вновь открывал для себя что-то важное | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 30 | ... что-то менял так, что все улаживалось | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 31 | ... в целом избегал общения с людьми | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 32 | ... не допускал это до себя, стараясь об этом особенно не задумываться | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 33 | ... спрашивал совета у родственника или друга, которых уважал | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 34 | ... старался, чтобы другие не узнали, как плохо обстоят дела | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 35 | ... отказывался воспринимать это слишком серьезно | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 36 | ... говорил о том, что я чувствую | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 37 | ... стоял на своем и боролся за то, чего хотел | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 38 | ... вымещал это на других людях | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 39 | ... пользовался прошлым опытом – мне приходилось уже попадать в такие ситуации | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 40 | ... знал, что надо делать и удваивал свои усилия, чтобы все наладить | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 41 | … отказывался верить, что это действительно произошло | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 42 | ... я давал обещание, что в следующий раз все будет по-другому | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 43 | ... находил пару других способов решения проблемы | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 44 | ... старался, что мои эмоции не слишком мешали мне в других делах | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 45 | ... что-то менял в себе | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 46 | ... хотел, чтобы все это скорее как-то образовалось или кончилось | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 47 | ... представлял себе, фантазировал, как все это могло бы обернуться | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 48 | ... молился | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 49 | .. прокручивал в уме, что мне сказать или сделать | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 50 | ... думал о том, как бы в данной ситуации действовал человек, которым я восхищаюсь и старался подражать ему | 0 | 1 | 2 | 3 |

**Интерпретация результатов методики**

**Ключ сырых баллов:**

конфронтационный копинг – пункты: 2, 3, 13, 21, 26, 37;

дистанцирование – пункты: 8, 9, 11, 16, 32, 35;

самоконтроль – пункты: 6, 10, 27, 34, 44, 49, 50;

поиск социальной поддержки – пункты: 4, 14, 17, 24, 33, 36;

принятие ответственности – пункты: 5, 19, 22, 42;

бегство-избегание – пункты: 7, 12, 25, 31, 38, 41, 46, 47;

планирование решения проблемы – пункты: 1, 20, 30, 39, 40, 43;

положительная переоценка – пункты: 15, 18, 23, 28, 29, 45, 48.

Степень предпочтительности для испытуемой стратегии совладания со стрессом определяется на основании следующего условного правила:

* показатель меньше 40 баллов – редкое использование соответствующей стратегии;
* 40 баллов ≤ показатель ≤ 60 баллов – умеренное использование соответствующей стратегии;
* показатель более 60 баллов – выраженное предпочтение соответствующей стратегии.