

Муниципальное казённое общеобразовательное учреждение  
Рудовская средняя общеобразовательная школа  
с. Рудовка. ул. Куйбышева 15.

ПРИКАЗ

15.09.2025г.

№ 169/1-од

«Об утверждении инструментария  
для выявления деструктивных  
проявлений в поведении обучающихся»

В целях проведения профилактической работы среди обучающихся, выявления несовершеннолетних – участников деструктивных сообществ

ПРИКАЗЫВАЮ:

1. Утвердить «Инструментарий для выявления деструктивных проявлений в поведении обучающихся» (приложение 1) для использования в профилактической работе классным руководителям, воспитателям пришкольного интерната, социальному педагогу, педагогу-психологу;
2. классным руководителям, воспитателям пришкольного интерната, социальному педагогу, педагогу-психологу при выявлении обучающихся - участников деструктивных сообществ незамедлительно информировать органы межведомственного взаимодействия в соответствии с установленным порядком.
3. Контроль исполнения настоящего приказа оставляю за собой.

Директор Шевцова С.М. Шевцова



**Инструментарий для выявления  
деструктивных проявлений  
в поведении обучающихся**

## Введение

**Девиянтное поведение** — это, с одной стороны, поступок, действия человека, не соответствующие официально установленным или фактически сложившимся в данном обществе нормам или стандартам, а с другой — социальное явление, выраженное в массовых формах человеческой деятельности, не соответствующих официально установленным или фактически сложившимся в данном обществе нормам или стандартам.

Каждый педагог в любом Образовательном Учреждении сталкивался с детьми, которые демонстрировали девиантное поведение в том или ином его проявлении. И не раз возникала задача выявления группы детей с той или иной формой отклоняющегося поведения для предотвращения ими асоциальных действий.

Проблема недостаточной комплексности диагностического инструментария при выявлении отклоняющегося поведения, при всём его многообразии форм и проявлений, послужила основанием для разработки данного раздела методического пособия.

В данном разделе представлены методики, которые будут полезны в работе не только психологам и социальным педагогам Образовательных Учреждений, но и классным руководителям и учителям-предметникам, работающим с подростками.

Здесь представлен, как и развернутый диагностический инструментарий, так и ссылки на него, для легкости поиска его в сети Интернет. Так же будут представлены ссылки для прохождения теста в режиме онлайн.

Диагностический инструментарий, рекомендованный Минобрнауки России от 10.02.2015 №ВК-268/07 «О совершенствовании деятельности центров психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи» представленный в данном разделе, будет помечен как \*рекомендованный.

## **Портфель диагностических методик на выявление факторов отклоняющегося поведения**

### **Жестокое обращение, насилие (травля, потеря авторитетов и нарушение границ в межличностном взаимодействии):**

#### **1. Методика диагностики представлений ребенка о насилии «Незаконченные предложения»**

Проективная методика незаконченных предложений модифицирована Е.Н. Волковой и предназначена для диагностики когнитивного, эмоционального и поведенческого аспектов представлений ребенка о насилии. Предназначена для лиц подросткового и раннего юношеского возраста и может использоваться как индивидуально, так и в группе.

С помощью данной методики можно исследовать:

- ✎ какое представление имеет ребенок о насилии;
- ✎ с какими эмоциями приходится сталкиваться ребенку, и с чем связаны эти эмоции;
- ✎ какое поведение является приемлемым для ребенка в ситуации насилия.

Ответы на вопросы 2, 7, 9, 13, 18, 19 характеризуют эмоциональный аспект представлений ребенка о насилии, 3, 4, 11, 20 – когнитивный, 1, 8, 10, 12, 14, 16 – поведенческий аспекты.

Каждому ребенку дается бланк с предложениями, которые ему нужно закончить. Время заполнения – 15 мин.

**Инструкция:** перед тобой несколько незаконченных предложений. Напиши, пожалуйста, окончание к каждому предложению. Пиши тот ответ, которым первым пришел к тебе в голову. Это не тест, здесь нет правильных и неправильных ответов.

- 1. Я весь трясусь, когда ...*
  - 2. Если бы все ребята знали, как я боюсь...*
  - 3. Если тебя разозлили, то нужно...*
  - 4. Воспитывать детей нужно с помощью...*
  - 5. Ребенок в семье...*
  - 6. Мои близкие думают обо мне, что я...*
  - 7. Я боюсь идти домой, когда...*
  - 8. Я лучше побуду один, чем с...*
  - 9. Когда я вижу, что кого-то бьют, мне*
  - 10. Бить другого можно, когда...*
  - 11. Ребенок с опаской относится к окружающим, потому что...*
  - 12. Применение физической силы к более слабому...*
  - 13. Родители кричат на детей, когда...*
  - 14. Когда у меня будут дети, я никогда...*
  - 15. Наша семья была бы идеальной, если бы не...*
  - 16. Я хочу побыть один, после...*
  - 17. Я убежал бы из дома, если бы...*
  - 18. Больше всего я не люблю, когда мои родители...*
  - 19. Я хочу, чтобы меня...*
  - 20. Приемлемое наказание - это...*
- Спасибо!*

Ответы на вопросы 2, 7, 9, 13, 18, 19 характеризуют эмоциональный аспект представлений ребенка о насилии, 3, 4, 11, 20 - когнитивный, 1, 8, 10, 12, 14, 16 - поведенческий аспект. Интерпретация полученных результатов проводится методом контент - анализа.

С помощью данной методики можно диагностировать три важнейших параметра, а именно: какое представление ребенок имеет о насилии как о явлении; с какими эмоциями приходится сталкиваться ребенку, с чем связаны эти эмоции; какое поведение является приемлемым для ребенка в

ситуации насилия.

## **2. Методика интервью для диагностики насилия (Волкова Е.Н., 2008)**

Методика применяется для диагностики случаев насилия и жестокого обращения с детьми. В процессе интервью ребенку предлагается ответить на вопросы не про себя, а про другого ребенка. Считается, что построенные таким образом вопросы снижают процент социально желательных ответов и облегчают ребенку рассказ о своей собственной сложной ситуации.

Методика существует в двух вариантах: для подростков 11-12 лет и 13-14 лет.

Интервью проводится индивидуально.

### **Методика интервью**

**Инструкция.** Перед тобой ситуации, в которые попадали твои ровесники. После каждой ситуации есть несколько вопросов. Обведи кружочком тот ответ, который больше совпадает с твоим мнением. Не надо думать над вопросами очень долго, это не тест, здесь нет правильных и неправильных ответов.

Сегодняшняя  
дата \_\_\_\_\_  
Твой  
возраст \_\_\_\_\_  
Твой  
пол \_\_\_\_\_  
Твой  
класс \_\_\_\_\_  
Кто живет (*жил*) с тобой в семье (у тебя  
дома) \_\_\_\_\_

1.

**Костя живет с родителями. Кажется, что у него есть все, что нужно нормальному ребенку: хорошая одежда, хорошая еда, игрушки, школьные**

**принадлежности. Но все же Костя чувствует себя одиноко, так как родители не интересуются его жизнью, его проблемами, хотя ему бы этого очень хотелось.**

*Костя живет с родителями. Кажется, что у него есть все, что нужно нормальному человеку: хорошая одежда, хорошая еда, игрушки, школьные принадлежности. Но все же Костя чувствует себя одиноко, так как родители не интересуются его жизнью, его проблемами, хотя ему бы этого очень хотелось.*

1. Как ты думаешь, в ситуации такой же, как у Кости, находятся....

Много детей

Мало детей

Никто

Не знаю

2. Знаешь ли ты кого-нибудь, кто находится в ситуации, похожей на ситуацию с Костей?

Я знаю многих таких

Я знаю одного такого

Не знаю ни одного

3. Как ты думаешь, ситуация в твоей семье, по сравнению с семьей Кости....

Очень похожа

Иногда я чувствую, что нахожусь в похожей ситуации

Совершенно другая

2.

**Таня часто голодает, потому что взрослые не готовят ей еду. Ей не покупают соответствующую сезону одежду или забывают постирать или погладить имеющуюся.**

*Таня часто голодает, потому что взрослые не покупают продуктов питания и не дают ей денег еду. Ей не покупают соответствующую сезону одежду, у нее нет возможности постирать или погладить имеющуюся.*

1. Как ты думаешь, в ситуации такой же, как у Тани, находятся....

Много детей

Мало детей

Никто

Не знаю

2. Знаешь ли ты кого-нибудь, кто находится в ситуации, похожей на ситуацию с Таней?

Я знаю многих таких

Я знаю одного такого

Не знаю ни одного

3. Как ты думаешь, ситуация в твоей семье, по сравнению с семьей Тани....

Очень похожа

Иногда я чувствую, что нахожусь в похожей ситуации

Совершенно другая

3.

**Женя учится в 6 классе, но не имеет ничего собственного: игрушек, своей комнаты, места, где можно делать уроки. Никто не присматривает за ним. Он возвращается домой, когда хочет, иногда очень поздно и ночью.**

*Женя учится в 10 классе, но не имеет ничего собственного: игрушек, своей комнаты, места, где можно делать уроки. Никто не присматривает за ним и не волнуется, даже когда он возвращается домой очень поздно и ночью.*

1. Как ты думаешь, в ситуации такой же, как у Жени, находятся....

Много детей

Мало детей

Никто

Не знаю

2. Знаешь ли ты кого-нибудь, кто находится в ситуации, похожей на ситуацию с Женей?

Я знаю многих таких

Я знаю одного такого

Не знаю ни одного

3. Как ты думаешь, ситуация в твоей семье, по сравнению с семьей Жени....

Очень похожа

Иногда я чувствую, что нахожусь в похожей ситуации

Совершенно другая

4.

**Родители Миши контролируют каждое его действие. Он редко проводит время со своими друзьями и только тогда, когда родители считают, что друг ему подходит. Его мать часто приходит в школу проверять его и посмотреть, не нуждается ли он в помощи.**

*Родители Миши контролируют каждое его действие. Он редко проводит время со своими друзьями и только тогда, когда родители считают, что друг ему подходит. Его мать часто приходит в школу проверять его и посмотреть, не нуждается ли он в помощи.*

1. Как ты думаешь, в ситуации, такой же, как у Миши, находятся....

Много детей

Мало детей

Никто

Не знаю

2. Знаешь ли ты кого-нибудь, кто находится в ситуации, похожей на ситуацию с Мишей?

Я знаю многих таких

Я знаю одного такого

Не знаю ни одного

3. Как ты думаешь, ситуация в твоей семье, по сравнению с семьей Миши....

Очень похожа

Иногда я чувствую, что нахожусь в похожей ситуации

Совершенно другая

5.

**Родители Пети часто кричат на него, они оскорбляют и унижают его, обзывая**

**разными словами.**

*Родители Пети часто кричат на него, они оскорбляют и унижают его, обзывая разными словами.*

1. Как ты думаешь, в ситуации, такой же, как у Пети, находятся....

Много детей

Мало детей

Никто

Не знаю

2. Знаешь ли ты кого-нибудь, кто находится в ситуации, похожей на ситуацию с Петей?

Я знаю многих таких

Я знаю одного такого

Не знаю ни одного

3. Как ты думаешь, ситуация в твоей семье, по сравнению с семьей Пети....

Очень похожа

Иногда я чувствую, что нахожусь в похожей ситуации

Совершенно другая

**6.**

**Отец Гоши часто поднимает на него руку, так что ушибы и ссадины у него по всему телу.**

*Отец Гоши часто поднимает на него руку, так что ушибы и ссадины у него по всему телу.*

1. Как ты думаешь, в ситуации, такой же, как у Гоши, находятся....

Много детей

Мало детей

Никто

Не знаю

2. Знаешь ли ты кого-нибудь, кто находится в ситуации, похожей на ситуацию с Гошей?

Я знаю многих таких

Я знаю одного такого

Не знаю ни одного

3. Как ты думаешь, ситуация в твоей семье, по сравнению с семьей

Гоши....

Очень похожа

Иногда я чувствую, что нахожусь в похожей ситуации

Совершенно другая

7.

**Родители Ларисы часто бьют ее за проступки, не выясняя причины.**

*Родители Ларисы часто бьют ее за проступки, не выясняя причины.*

1. Как ты думаешь, в ситуации, такой же, как у Ларисы, находятся....

Много детей

Мало детей

Никто

Не знаю

4. Знаешь ли ты кого-нибудь, кто находится в ситуации, похожей на

ситуацию с Ларисой?

Я знаю многих таких

Я знаю одного такого

Не знаю ни одного

5. Как ты думаешь, ситуация в твоей семье, по сравнению с семьей

Ларисы....

Очень похожа

Иногда я чувствую, что нахожусь в похожей ситуации

Совершенно другая

8.

**Аня – ученица 6 класса, активная и жизнерадостная девочка. Однажды с Аней случилась история: против ее воли один человек трогал ее интимные части тела и заставлял трогать свои. Аня переживала эту ситуацию, стала более замкнутой и раздражительной.**

*Аня – ученица 10 класса, активная и жизнерадостная девушка. Однажды с Аней*

*случилась история: против ее воли один человек трогал ее интимные части тела и заставлял трогать свои. Аня переживала эту ситуацию, стала более замкнутой и раздражительной.*

1. Как ты думаешь, в ситуации, такой же, как у Ани, находятся....

Много детей

Мало детей

Никто

Не знаю

2. Знаешь ли ты кого-нибудь, кто находится в ситуации, похожей на ситуацию с Аней?

Я знаю многих таких

Я знаю одного такого

Не знаю ни одного

3. Как ты думаешь, ситуация в твоей семье, по сравнению с семьей Ани....

Очень похожа

Иногда я чувствую, что нахожусь в похожей ситуации

Совершенно другая

9.

**Один знакомый Оли пригласил ее на чай. После чаепития он заставил ее трогать его интимные места и попросил никому не рассказывать о случившемся. Даже родители Оли об этом не знают.**

*Один знакомый Оли пригласил ее на чай. После чаепития он заставил ее трогать его интимные места и попросил никому не рассказывать о случившемся. Даже близкая подруга и родители Оли об этом не знают.*

1. Как ты думаешь, в ситуации, такой же, как у Оли, находятся....

Много детей

Мало детей

Никто

Не знаю

2. Знаешь ли ты кого-нибудь, кто находится в ситуации, похожей на ситуацию с Олей?

Я знаю многих таких

Я знаю одного такого

Не знаю ни одного

3. Как ты думаешь, ситуация в твоей семье, по сравнению с семьей Оли....

Очень похожа

Иногда я чувствую, что нахожусь в похожей ситуации

Совершенно другая

## 10.

**Максима заставляли смотреть видео о сексе и порнофотографии, когда он этого не хотел. Ему было противно, но возможности уйти не было.**

*Максима заставляли фотографироваться в обнаженном виде против его воли. Ему было очень противно и неприятно,, но возможности уйти не было.*

1. Как ты думаешь, в ситуации, такой же, как у Максима, находятся....

Много детей

Мало детей

Никто

Не знаю

2. Знаешь ли ты кого-нибудь, кто находится в ситуации, похожей на ситуацию с Максимом?

Я знаю многих таких

Я знаю одного такого

Не знаю ни одного

3. Как ты думаешь, ситуация в твоей семье, по сравнению с семьей Максима....

Очень похожа

Иногда я чувствую, что нахожусь в похожей ситуации

Совершенно другая

11.

**Оксана часто получает плохие оценки за домашние задания, потому что дома нет возможности заниматься уроками: шумные гости родителей, много домашних дел, отсутствие места, где можно делать уроки.**

*Оксана часто получает плохие оценки за домашние задания, потому что дома нет возможности заниматься уроками: шумные гости родителей, много домашних дел, отсутствие места, где можно делать уроки.*

1. Как ты думаешь, в ситуации, такой же, как у Оксаны, находятся....

Много детей

Мало детей

Никто

Не знаю

2. Знаешь ли ты кого-нибудь, кто находится в ситуации, похожей на ситуацию с Оксаной?

Я знаю многих таких

Я знаю одного такого

Не знаю ни одного

3. Как ты думаешь, ситуация в твоей семье, по сравнению с семьей Оксаны....

Очень похожа

Иногда я чувствую, что нахожусь в похожей ситуации

Совершенно другая

Бывают так, что родители или опекуны бьют детей в тех или иных жизненных ситуациях. Когда, на твой взгляд, можно физически наказывать ребенка?

| Когда он                           | д<br>а | н<br>ет | Т<br>рудно<br>сказать |
|------------------------------------|--------|---------|-----------------------|
| 1) лжет                            |        |         |                       |
| 2) поздно возвращается домой       |        |         |                       |
| 3) получает плохие отметки в школе |        |         |                       |

|                                                       |  |  |  |
|-------------------------------------------------------|--|--|--|
| 4) прогуливает уроки                                  |  |  |  |
| 5) ворует                                             |  |  |  |
| 6) неуважительно относится к старшим<br>родственникам |  |  |  |
| 7) испортит что-то ценное                             |  |  |  |
| 8) не заботится о своей одежде и рвет ее              |  |  |  |
| 9) расстраивает своих родителей                       |  |  |  |
| 10) курит                                             |  |  |  |
| 11) употребляет алкоголь                              |  |  |  |
|                                                       |  |  |  |

Есть ли у тебя тайна, которую ты боишься рассказать?

---

Спасибо!

Интерпретация результатов проходит путем подсчета ответов на вопросы к ситуациям с первой по одиннадцатую. Если ребенок дает большинство ответов под номером 1 (на последний вопрос «да»), то, скорее всего, он периодически переживает ситуацию насилия, если большинство ответов под номером 2 (на последний вопрос «трудно сказать»), то в жизни ребенка, возможно, был эпизод насилия, если же большинство ответов 3 (на последний вопрос «нет»), то ребенок, скорее всего ситуацию насилия не переживал [13].

### **3. Методика «Письмо другу»**

Проективная методика «Письмо другу» направлена на диагностику случаев насилия и жестокого обращения с детьми. Методика предназначена для подростков. В методике описывается ситуация насилия, в которую попал ровесник. Подросткам предлагается написать герою письмо с поддержкой.

Процедура исследования проводится в группе.

Мы предлагаем ребенку следующую ситуацию: «В октябре прошлого года в (место, территориально удаленное от места исследования) произошел такой случай; Дима, который учится в 7-м (10-м) классе, попал в больницу с многочисленными ушибами, ссадинами и переломами. Ситуация, предшествующая этому, была такой.

Когда Дима пришел после уроков домой, он увидел, что пьяные родители сидели на кухне. Они стали придирается к Диме, обзывать, ругать его. Дима в ответ пытался возразить, отец от этого пришел в ярость и начал избивать сына всем, что попадалось ему под руку. Сейчас Диме предстоит длительное лечение в больнице.

Для того чтобы поддержать Диму, мы решили попросить его ровесников написать Диме письма. Мы думаем, что когда Дима будет их читать, он почувствует вашу поддержку и скорее пойдет на поправку».

Предполагается, что подросток, переживший насилие, скорее будет говорить о том, что «хорошо понимает его», «со мной тоже такое бывало», «я тоже чувствовал» и т.д. Поэтому главным средством интерпретации полученных результатов является метод контент-анализа [13].

#### **4. Карта наблюдений для выявления внешних физических и поведенческих проявлений, характерных для ребенка, пережившего ситуацию насилия (Волкова Е.Н., 2008)**

Методика направлена на выявление внешних физических и поведенческих проявлений, характерных для ребенка, пережившего ситуацию насилия. Используется для подтверждения результатов других методик.

Карта заполняется взрослым специалистом, находящемся в постоянном контакте с ребенком.

Все утверждения анкеты разделены по шкалам:

- «Депрессия и уход в себя»: пп. 4, 5, 6.
- «Тревожность по отношению к окружающим»: 7, 8, 9.
- «Враждебность по отношению к окружающим»: пп. 10, 11, 12.
- «Недостаток социальной нормативности»: пп. 13, 14, 15.
- «Невротические симптомы»: пп. 16, 17, 18.
- «Неблагоприятные условия среды»: 19, 20, 21.

**Инструкция:** отметьте, пожалуйста, те признаки, которые характерны для ребенка.

### Карта наблюдений

**Инструкция:** отметьте, пожалуйста, те признаки, которые характерны для ребенка.

Ф.И.О. опрашиваемого

Ф.И.О. ребенка

Дата

|  | Индикатор                                                                 | Д<br>а | Е<br>т |
|--|---------------------------------------------------------------------------|--------|--------|
|  | Легко становится «нервным», плаче, краснеет, если ему задают вопрос       |        |        |
|  | Игнорирует сверстников, не идет с ними на контакт                         |        |        |
|  | Ведет себя подобно «настороженному животному», держится вдали от взрослых |        |        |
|  | Апатичен, пассивен, невнимателен, редко смеется                           |        |        |
|  | Часто наблюдаются внезапные и резкие спады энергии (настроения)           |        |        |

|   |                                                                                                             |  |  |
|---|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|
|   | Не проявляет дружелюбия и доброжелательности к другим людям                                                 |  |  |
|   | Заботится о том, чтобы всегда находиться в согласии с большинством. Навязывается другим, им легко управлять |  |  |
|   | Одевается вызывающе (брюки, прическа – мальчики; преувеличенность в одежде, косметика – девочки)            |  |  |
|   | Постоянно нуждается в помощи и контроле со стороны учителя                                                  |  |  |
| 0 | Негативно относится к замечаниям                                                                            |  |  |
| 1 | Агрессивен (кричит, употребляет силу). Пристает к более слабым детям                                        |  |  |
| 2 | Прячет или уничтожает предметы, принадлежащие другим детям                                                  |  |  |
| 3 | Не заинтересован в учебе                                                                                    |  |  |
| 4 | Не заинтересован в одобрении или неодобрении взрослых                                                       |  |  |
| 5 | Непунктуален, нестарателен                                                                                  |  |  |
| 6 | Бесцельно двигает руками Разнообразные «тики»                                                               |  |  |
| 7 | Грызет ногти                                                                                                |  |  |
| 8 | Слишком инфантилен в речи. Заикается, запинаясь. Трудно вытянуть из него слово                              |  |  |
| 9 | Родители сознательно лгут, оправдывают отсутствие ребенка в школе                                           |  |  |
| 0 | Выглядит так, как будто очень плохо питается                                                                |  |  |
| 1 | Частые вирусные заболевания, головные боли                                                                  |  |  |

**Обработка результатов.** В зависимости от того, какие физические или

поведенческие индикаторы насилия отметил взрослый, можно более или менее достоверно предположить, совершались ли насильственные действия по отношению к ребенку [13].

## **5. Методика диагностики социально-психологической адаптации К. Роджерса и Р. Даймонда**

Представлена адаптированная А. К. Осницким форма опросника. В таблице-ключе переработанного им опросника приведены установленные границы определения адаптации или дезадаптации, приятия или неприятия себя, других, эмоционального комфорта или дискомфорта, внутреннего или внешнего контроля, доминирования или ведомости, ухода от решения проблем.

### ***Инструкция.***

«В опроснике содержатся высказывания о человеке, о его образе жизни: переживаниях, мыслях, привычках, стиле поведения. Их всегда можно соотнести с нашим собственным образом жизни.

Прочитав или прослушав очередное высказывание опросника, примерьте его к своим привычкам, своему образу жизни и оцените, в какой мере это высказывание может быть отнесено к Вам. Помните, что не «правильных» и «неправильных» ответов: люди отличаются друг от друга, и это нормально. Для того, чтобы обозначить ваш ответ в бланке, выберите подходящий, по вашему мнению, один из семи вариантов оценок, пронумерованных цифрами от «0» до «6»:

«0» – это ко мне совершенно не относится;

«1» - это ко мне не относится;

«2» – сомневаюсь, что это можно отнести ко мне;

«3» - не решаюсь отнести это к себе;

«4» – это похоже на меня, но нет уверенности;

«5» – это на меня похоже;

«6» – это точно про меня.

Выбранный вами вариант ответа отметьте в бланке для ответов в ячейке, соответствующей порядковому номеру высказывания».

Содержание опросника

1. Испытывает неловкость, когда вступает с кем-нибудь в разговор.
2. Нет желания раскрываться перед другими.
3. Во всем любит состязание, соревнование, борьбу.
4. Предъявляет к себе высокие требования.
5. Часто ругает себя за сделанное.
6. Часто чувствует себя униженным.
7. Сомневается, что может нравиться кому-нибудь из лиц противоположного пола.
8. Свои обещания выполняет всегда.
9. Теплые, добрые отношения с окружающими.
10. Человек сдержанный, замкнутый; держится ото всех чуть в стороне.
11. В своих неудачах винит себя.
12. Человек ответственный; на него можно положиться.
13. Чувствует, что не в силах хоть что-нибудь изменить, все усилия напрасны.
14. На многое смотрит глазами сверстников.
15. Принимает в целом те правила и требования, которым надлежит следовать.
16. Собственных убеждений и правил не хватает.
17. Любит мечтать - иногда прямо среди бела дня. С трудом возвращается от мечты к действительности.
18. Всегда готов к защите и даже нападению: «застревает» на переживаниях обид, мысленно перебирая способы мщения.
19. Умеет управлять собой и собственными поступками, заставлять себя, разрешать себе; самоконтроль для него - не проблема.
20. Часто портится настроение: накатывает уныние, хандра.

21. Все, что касается других, не волнует: сосредоточен на себе; занят собой.
22. Люди, как правило, ему нравятся.
23. Не стесняется своих чувств, открыто их выражает.
24. Среди большого стечения народа бывает немножко одиноко.
25. Сейчас очень не по себе. Хочется все бросить, куда-нибудь спрятаться.
26. С окружающими обычно ладит.
27. Всего труднее бороться с самим собой.
28. Настораживает незаслуженное доброжелательное отношение окружающих.
29. В душе - оптимист, верит в лучшее.
30. Человек неподатливый, упрямый; таких называют трудными.
31. К людям критичен и судит их, если считает, что Они этого заслуживают.
32. Обычно чувствует себя не ведущим, а ведомым: ему не всегда удается мыслить и действовать самостоятельно.
33. Большинство из тех, кто его знает, хорошо к нему носится, любит его.
34. Иногда бывают такие мысли, которыми не хотелось бы ни с кем делиться.
35. Человек с привлекательной внешностью.
36. Чувствует себя беспомощным, нуждается в ком-то, кто был бы рядом.
37. Приняв решение, следует ему.
38. Принимает, казалось бы, самостоятельные решения, не может освободиться от влияния других людей.
39. Испытывает чувство вины, даже когда винить себя |как будто не в чем.
40. Чувствует неприязнь к тому, что его окружает.

41. Всем доволен.
42. Выбит из колеи: не может собраться, взять себя в руки, организовать себя.
43. Чувствует вялость; все, что раньше волновало, стало вдруг безразличным.
44. Уравновешен, спокоен.
45. Разозлившись, нередко выходит из себя.
46. Часто чувствует себя обиженным.
47. Человек порывистый, нетерпеливый, горячий: не хватает сдержанности.
48. Бывает, что сплетничает.
49. Не очень доверяет своим чувствам: они иногда подводят его.
50. Довольно трудно быть самим собой.
51. На первом месте рассудок, а не чувство: прежде чем что-либо сделать, подумает.
52. Происходящее с ним толкует на свой лад, способен напридумывать лишнего... Словом - не от мира сего.
53. Человек терпимый к людям и принимает каждого таким, каков он есть.
54. Старается не думать о своих проблемах.
55. Считает себя интересным человеком - привлекательным как личность, заметным.
56. Человек стеснительный, легко тушуетя.
57. Обязательно нужно напоминать, подталкивать, чтобы довел дело до конца.
58. В душе чувствует превосходство над другими.
59. Нет ничего, в чем бы выразил себя, проявил свою индивидуальность, свое Я.
60. Боится того, что подумают о нем другие.

61. Честолюбив, равнодушен к успеху, похвале: в том, что для него существенно, старается быть среди лучших.

62. Человек, у которого в настоящий момент многое достойно презрения.

63. Человек деятельный, энергичный, полон инициатив.

64. Пасует перед трудностями и ситуациями, которые грозят осложнениями.

65. Себя просто недостаточно ценит.

66. По натуре вожак и умеет влиять на других.

67. Относится к себе в целом хорошо.

68. Человек настойчивый, напористый; ему всегда важно настоять на своем.

69. Не любит, когда с кем-нибудь портятся отношения, особенно - если разногласия грозят стать явными.

70. Подолгу не может принять решение, а потом сомневается в его правильности.

71. Пребывает в растерянности, все спуталось, все смешалось у него.

72. Доволен собой.

73. Невезучий.

74. Человек приятный, располагающий к себе.

75. Лицом, может, и не очень пригож, но может нравиться как человек, как личность.

76. Презирает лиц противоположного пола, не связывается с ними.

77. Когда нужно что-то сделать, охватывает страх: а вдруг - не справлюсь, а вдруг - не получится.

78. Легко, спокойно на душе, нет ничего, что сильно бы тревожило.

79. Умеет упорно работать.

80. Чувствует, что растет, взрослеет: меняется сам и отношение к окружающему миру.

81. Случается, что говорит о том, в чем совсем не разбирается.

82. Всегда говорит только правду.
83. Встревожен, обеспокоен, напряжен.
84. Чтобы заставить хоть что-то сделать, нужно как следует настоять, и тогда он уступит.
85. Чувствует неуверенность в себе.
86. Обстоятельства часто вынуждают защищать себя, оправдываться и обосновывать свои поступки.
87. Человек уступчивый, податливый, мягкий в отношениях с другими.
88. Человек толковый, любит размышлять.
89. Иной раз любит прихвастнуть.
90. Принимает решения и тут же их меняет; презирает себя за безволие, а сделать с собой ничего не может.
91. Старается полагаться на свои силы, не рассчитывает на чью-то помощь.
92. Никогда не опаздывает.
93. Испытывает ощущение скованности, внутренней несвободы.
94. Выделяется среди других.
95. Не очень надежный товарищ, не во всем можно положиться.
96. В себе все ясно, себя хорошо понимает.
97. Общительный, открытый человек; легко сходится с людьми.
98. Силы и способности вполне соответствуют тем задачам, которые приходится решать; совсем может справиться.
99. Себя не ценит: никто его всерьез не воспринимает; в лучшем случае к нему снисходительны, просто терпят.
100. Беспокоится, что лица противоположного пола слишком занимают мысли.
101. Все свои привычки считает хорошими.

**Ключи:**

№

**Показатели**

**Номера высказываний**

**Нормы**

1

А

В

Адаптивность

Дезадаптивность

4, 5, 9, 12, 15, 19, 22, 23, 26, 27, 29, 33, 35, 37, 41, 44, 47, 51, 53,  
55, 61, 63, 67, 72, 74, 75, 78, 80, 88, 91, 94, 96, 97, 98

2, 6, 7, 13, 16, 18, 25, 28, 32, 36, 38, 40, 42, 43, 49, 50, 54, 56, 59, 60, 62, 64, 69, 71, 73,  
76, 77, 83, 84, 86, 90, 95, 99, 100

(68-170) 68-136

(68-170) 68-136

2

А

В

Лживость-

+

34, 45, 48, 81, 89,

8, 82, 92, 101

(18-45)

18-36

3

А

В

Приятие себя

Неприятие себя

33, 35, 55, 67, 72, 74, 75, 80, 88, 94, 96

7, 59, 62, 65, 90, 95, 99

(22-52) 22-42

(14-35) 14-28

4

A

В

Приятие других

Неприятие других

9, 14, 22, 26, 53, 97

2, 10, 21, 28, 40, 60, 76

(12-30) 12-24

(14-35) 14-28

5

A

В

Эмоциональный комфорт

Эмоциональный дискомфорт

23, 29, 30, 41, 44, 47, 78

6, 42, 43, 49, 50, 83, 85

(14-35) 14-28

(14-35) 14-28

6

A

В

Внутренний контроль

Внешний контроль

4,5, 11, 12, 13, 19,27,37,51,63, 68, 79, 91, 98

25, 36, 52, 57, 70, 71, 73, 77

(26-65) 26-52

(18-45) 18-36

7

А

В

Доминирование

Ведомость

58, 61, 66

16, 32, 38, 69, 84, 87

(6-15) 6-12

(12-30) 12-24

8

Эскапизм (уход от проблем)

17, 18, 54, 64, 86

(10-25) 10-20

Зона неопределенности в интерпретации результатов по каждой шкале для подростков приводится в скобках, для взрослых — без скобок. Результаты «до» зоны неопределенности интерпретируются как чрезвычайно низкие, а «после» самого высокого показателя в зоне неопределенности — как высокие [11].

## **6. Анкета «Характеристики насилия в семье глазами подростков».**

Интерпретация результатов анкеты не требует развернутых объяснений.

### ***Анкета для детей***

1. Как часто ты проводишь свободное время со своими родителями (не более двух выборов)?

- каждый день;
- не чаще одного раза в неделю;
- не чаще одного раза в месяц;
- очень редко;
- как придется;

- когда у родителей есть время;
- когда у меня есть время;
- только в выходные.

2, Кому из членов семьи ты мог бы доверить свои секреты?

- маме;
- папе;
- брату, сестре;
- бабушке;
- дедушке;
- никому

А кому-то другому?

- подруге (другу);
- двоюродной сестре (брату);
- тете;
- опекунам;
- кошке или собаке.

3. За что наказывают тебя твои родители?

- за плохие отметки в школе;
- за пропуски занятий;
- за то, что не прибрал (-а) в квартире;
- за то, что не вовремя вернулся (-ась) вечером с прогулки;
- за плохое поведение;
- за вранье;
- за все;
- родители никогда меня не наказывают.

4. Какой вид наказания чаще всего используют твои родители?

- ругают за поступок;
- лишают карманных денег;
- не разрешают общаться с друзьями (подвергают домашнему аресту);
- не разрешают смотреть телевизор;

- не разрешают играть на компьютере;
- ставят в угол;
- бьют;
- другое (укажите) \_\_\_\_\_
- никогда не наказывают.

5. Согласен ли ты с методами наказания своих родителей?

- да;
- скорее да, чем нет;
- скорее нет, чем да;
- нет.

6. Будешь ли ты наказывать своих детей, когда станешь взрослым?

- да;
- нет;
- не знаю.

Если будешь, то за что?

- за плохое поведение;
- за плохие отметки;
- за вредные привычки.

7. По твоему мнению насилие – это:

- унижение одного человека другим;
- причинение физического вреда другому человеку;
- подчинение себе другого человека;
- другое (напиши)

8. Как ты относишься к насилию?

- осуждаю насилие
- скорее осуждаю, чем нет
- отношусь нейтрально
- допускаю, что в некоторых случаях оно возможно

9. Как ты думаешь, какие виды насилия встречаются в современной семье?

- физическое насилие;
- психологическое насилие;
- сексуальное насилие;
- экономическое насилие.

10. Кто из членов семьи чаще всего, по твоему мнению, подвергается насилию?

- младшие братья и сестры;
- старшие братья и сестры;
- папа;
- мама;
- бабушка, дедушка;
- домашние животные;
- другие (назови) \_\_\_\_\_

11. Ты считаешь наказание детей в семье – это насилие?

- да;
- скорее да, чем нет;
- скорее нет, чем да;
- нет.

12. Какое наказание ты расцениваешь как насилие над ребенком?

- оскорбление словами;
- физическое воздействие;
- лишение удовольствия;
- запрет на деятельность, приносящую удовлетворение;
- сексуальное домогательство;
- другое (назови)

---

13. Что, по твоему мнению, может быть причиной насилия в семье?

- Жизненные проблемы

- Неурядицы на работе
- Демонстрация насилия в печатных и телевизионных СМИ
- Склонность личности к насилию
- Неуравновешенность эмоциональной сферы (эмоциональные срывы)
- Ситуация безысходности и отчаяния
- Алкоголизм родителей
- Другое (укажи \_\_\_\_\_)

14. Считаешь ли ты себя жертвой насилия?

- Да
- Скорее да, чем нет
- Нет
- Скорее нет, чем да

15. Какому виду насилия ты подвергался?

- Физическое насилие
- Психологическое насилие
- Экономическое насилие
- Сексуальное насилие
- Другое (укажи \_\_\_\_\_)

16. Что, по твоему мнению, нужно сделать, чтобы избежать насилия?

Не знаю

17. Ощущаешь ли ты себя защищенным и любимым в своей семье

- Да
- Нет
- Не всегда

18. В какие учреждения можно обратиться, если человек стал жертвой семейного насилия?

- Милиция
- Социальные службы
- Центр помощи семье
- Комиссия по делам несовершеннолетних

- Суд
- Телефон доверия
- Центр планирования семьи

19. Какие правовые документы по защите семьи от насилия существуют в нашем законодательстве?

- Конституция
- Семейный кодекс
- Уголовный кодекс
- Гражданский кодекс -
- Декларация прав человека -
- Конвенция о правах ребенка

20. Нужны ли психологические тренинги и беседы по проблеме домашнего насилия? Если да, то для кого именно

- Для жертв насилия
- Для членов семьи,
- выступающих в качестве насильников
- Для тех и для других
- Для людей, еще не столкнувшихся с этой проблемой[22].

## **7. Анкета «Характеристики насилия в семье глазами взрослых».**

Интерпретация результатов анкеты не требует развернутых объяснений.

### **Анкета для взрослых**

1. Насилие-это (выберите не более трех вариантов):

- Унижение достоинства другого человека
- Причинение вреда другому человеку
- Ситуация власти одного человека над другим
- Способ самоутверждения
- Способ контролировать эмоции и поведение другого человека

· Принуждение другого человека совершать не характерные для него поступки и действия

· Психическое отклонение

· Другое (укажите) \_\_\_\_\_

2. Как вы относитесь к проблеме насилия?

· Категорически осуждаю насилие

· Скорее осуждаю насилие, чем нет

· Отношусь нейтрально

· Допускаю, что в некоторых случаях оно возможно

3. Как Вы считаете, какие виды насилия наиболее распространены в современной семье

· Физическое насилие

· Психологическое насилие

· Сексуальное насилие

· Экономическое насилие

4. В отношении кого, с вашей точки зрения, чаще всего совершается насилие в семье?

· В отношении детей

· В отношении женщин

· В отношении мужчин

· В отношении стариков

· В отношении животных

· Другое (укажите) \_\_\_\_\_

5. Рассматриваете ли вы наказание детей как акт насилия?

· Да

· Скорее да, чем нет

· Нет

· Скорее нет, чем да

6. Какие виды наказаний ребенка в семье вы можете отнести к акту насилия?

- Оскорбление
- Физическое воздействие
- Лишение удовольствий
- Запрет на деятельность, приносящую удовольствие
- Другое (укажите) \_\_\_\_\_

7. Наказывали ли вас родители, когда вы были ребенком?

- Да
- Нет

Способы наказания:

- ругали за поступок
- применяли физическое наказание
- лишали удовольствий
- ставили в угол
- Другое (укажите) \_\_\_\_\_

8. Какие из перечисленных характеристик вы можете рассматривать в качестве

причин насилия в семье?

- Традиции воспитания человека в родительской семье
- Жизненные проблемы
- Неурядицы на работе
- Демонстрация насилия в печатных и телевизионных СМИ
- Склонность личности к насилию
- Неуравновешенность эмоциональной сферы (эмоциональные срывы)
- Ситуации безысходности и отчаяния

9. Считаете ли, что ниже указанные характеристики можно рассматривать в

качестве факторов, влияющих на рост насилия в семье (не более двух выборов)?

- Снижение уровня нравственности и морали в обществе
- Снижение уровня материального обеспечения населения

· Постоянное увеличение фильмов и телепередач, основной темой которых является насилие на ТВ

- Увеличение числа гражданских браков
- Увеличение количества неполных семей

10. Какие из учреждений помощи семье вы знаете?

- Полиция
- Социальные службы
- Центр помощи семье
- Комиссия по делам несовершеннолетних
- Суд
- Телефон доверия
- Центр планирования семьи
- МЧС
- Скорая помощь

11. Как часто и по какой причине вы ссоритесь со своим супругом (-ой)

- Часто
- Редко
- Иногда
- Никогда

12. Боитесь ли вы остаться с пьяным разозленным мужем (женой) один на один?

- Да
- Нет

13. Можно ли сказать, что ваша собственная семья является отражением семьи ваших родителей?

- Да
- Нет
- Не знаю

14. Какие из нижеприведенных утверждений отражают, по вашему мнению, факт насилия одного члена семьи над другими?

- «Милые бранятся, только тешатся»
- «Недосол на спине, пересол на спине»
- «Сор из избы не выносят»
- «Муж да жена – одна сатана»
- «Бьет, значит, любит»
- «Муж за рюмку, жена за палку»
- «Муж – как бы хлеба нажить, жена – как бы мужа избыть»

15. Нужны ли психологические тренинги и беседы по проблеме домашнего насилия?

- Для жертв насилия
- Для членов семьи, выступающих в качестве насильников
- Для тех и для других
- Для людей, еще не столкнувшихся с проблемой насилия
- Психологические тренинги и беседы по проблеме домашнего насилия бесполезны [22].

## **8. Анкета оценки социально-психологического состояния подростков И.М. Никольской – И.В. Добрякова (2014)**

Данная анкета специально разработана для реализации цели настоящего исследования и публикуется впервые. Она включает шесть основных блоков.

1. Социально-демографическая характеристика – пп. 1-9 (дата заполнения, пол, возраст, школа, класс, место проживания/нахождения в настоящее время, семейное положение, условия проживания до поступления в социальное учреждение, национальность).

2. Оценка состояния физического здоровья – пп. 10-12 (шкалы для субъективной оценки состояния здоровья, видов и выраженности физических жалоб).

3. Оценка психологического благополучия – пп. 13-16 (шкалы для субъективной оценки удовлетворенности жизнью, собой, хозяйственно-

бытовыми условиями проживания, отношениями с сотрудниками социального/образовательного учреждения, дружескими взаимоотношениями, взаимоотношениями с лицами противоположного пола, процессом и условиями учебы, проведением досуга, безопасностью окружающей среды, семейными взаимоотношениями; шкалы для оценки уверенности в будущем, фона настроения, а также степени выраженности жалоб на психологическое состояние).

4. Оценка социального благополучия – п. 17. (шкалы для субъективной оценки возможностей получения образования, профессии, проявления активности, высказать свою точку зрения, обратить внимание на свои затруднения, обратиться за помощью, интересного досуга, занятий спортом, полноценного отдыха, иметь друзей).

5. Оценка психологической безопасности социальной/образовательной среды – пп. 18-20 (шкалы для оценки степени защищенности от высмеиваний, оскорблений, унижений, угроз, принуждения, игнорирования, физической агрессии, лишения вещей, слежки и преследований со стороны работников социального/образовательного учреждения, а также воспитанников/одноклассников; частоты обращения за помощью к различным лицам в ситуации незащищенности).

6. Оценка востребованности различных направлений службы поддержки – п. 21.

### **Анкета «Актуальные проблемы подростков»**

Уважаемый друг!

Просим тебя принять участие в анонимном тестировании по изучению актуальных проблем подростков в сферах здоровья, социально-психологического благополучия и безопасности окружающей среды. Твои ответы помогут определить направления и содержание необходимой помощи подросткам и организовать эту работу.

Благодарим за сотрудничество!

**Инструкция:** Выберите и подчеркните или впишите нужный вариант ответа

1. Дата и время заполнения анкеты

---

2. Пол:

a) мужской

b) женский

3. Возраст \_\_\_\_\_

4. Школа \_\_\_\_\_

5. Класс \_\_\_\_\_

6. Место проживания/нахождения в настоящее время:

a) семья

b) интернат

c) детский дом

d) спецшкола

e) колония

f) приют

g) другое \_\_\_\_\_

7. Семейное положение

a) полная семья

b) родители в разводе

c) сирота

d) другое \_\_\_\_\_

8. Проживание до поступления в социальное учреждение:

a) с обоими родителями

b) с одним из родителей

c) с одним из родителей и отчимом /мачехой

d) с другими родственниками \_\_\_\_\_

e) в приемной, опекунской, патронатной семье

f) другое \_\_\_\_\_

9. Национальность \_\_\_\_\_

**10. Инструкция:** Пожалуйста, оцените свое состояние, обведя кружком нужную цифру:

Состояние моего здоровья в целом:

ОЧЕНЬ ПЛОХОЕ    0—1—2—3—4—5—6—7—8—9—10    ОЧЕНЬ  
ХОРОШЕЕ

**11. Инструкция:** пожалуйста, оцените степень, в которой вас беспокоят следующие физические жалобы, и обведите кружком подходящую цифру

**Меня беспокоят:**

a) боли в сердце, сердцебиения

НЕ БЕСПОКОЯТ    0—1—2—3—4—5—6—7—8—9—10    ОЧЕНЬ  
БЕСПОКОЯТ

b) изменение артериального давления

НЕ БЕСПОКОИТ    0—1—2—3—4—5—6—7—8—9—10    ОЧЕНЬ  
БЕСПОКОИТ

c) головные боли

НЕ БЕСПОКОЯТ    0—1—2—3—4—5—6—7—8—9—10    ОЧЕНЬ  
БЕСПОКОЯТ

d) кашель, одышка

НЕ БЕСПОКОЯТ    0—1—2—3—4—5—6—7—8—9—10    ОЧЕНЬ  
БЕСПОКОЯТ

e) боли, неприятные ощущения в животе

НЕ БЕСПОКОЯТ    0—1—2—3—4—5—6—7—8—9—10    ОЧЕНЬ  
БЕСПОКОЯТ

f) нарушение опорно-двигательного аппарата

НЕ БЕСПОКОИТ      0—1—2—3—4—5—6—7—8—9—10      ОЧЕНЬ  
БЕСПОКОИТ

g) частые простуды

НЕ БЕСПОКОЯТ      0—1—2—3—4—5—6—7—8—9—10      ОЧЕНЬ  
БЕСПОКОЯТ

**12.** Какие еще жалобы на физическое самочувствие Вас беспокоят?

---

**13. Инструкция:** пожалуйста, оцените степень вашей  
удовлетворенности различными сторонами жизни

и обведите кружком соответствующую цифру

a). Удовлетворенность жизнью в целом

НЕ    УДОВЛЕТВОРЕН      0—1—2—3—4—5—6—7—8—9—10  
УДОВДЕТВОРЕН ПОЛНОСТЬЮ

b). Удовлетворенность собой

НЕ    УДОВЛЕТВОРЕН      0—1—2—3—4—5—6—7—8—9—10  
УДОВДЕТВОРЕН ПОЛНОСТЬЮ

c). Удовлетворенность хозяйственно-бытовыми условиями проживания

НЕ    УДОВЛЕТВОРЕН      0—1—2—3—4—5—6—7—8—9—10  
УДОВДЕТВОРЕН ПОЛНОСТЬЮ

d).      Удовлетворенность      отношениями      с      сотрудниками  
социального/образовательного учреждения

НЕ    УДОВЛЕТВОРЕН      0—1—2—3—4—5—6—7—8—9—10  
УДОВДЕТВОРЕН ПОЛНОСТЬЮ

e). Удовлетворенность дружескими взаимоотношениями

НЕ    УДОВЛЕТВОРЕН      0—1—2—3—4—5—6—7—8—9—10  
УДОВДЕТВОРЕН ПОЛНОСТЬЮ

f). Удовлетворенность взаимоотношением с противоположным полом

НЕ УДОВЛЕТВОРЕН 0—1—2—3—4—5—6—7—8—9—10  
УДОВЛЕТВОРЕН ПОЛНОСТЬЮ

g). Удовлетворенность процессом учебы

НЕ УДОВЛЕТВОРЕН 0—1—2—3—4—5—6—7—8—9—10  
УДОВЛЕТВОРЕН ПОЛНОСТЬЮ

h). Удовлетворенность условиями учебы

НЕ УДОВЛЕТВОРЕН 0—1—2—3—4—5—6—7—8—9—10  
УДОВЛЕТВОРЕН ПОЛНОСТЬЮ

i). Удовлетворенность проведением свободного времени

НЕ УДОВЛЕТВОРЕН 0—1—2—3—4—5—6—7—8—9—10  
УДОВЛЕТВОРЕН ПОЛНОСТЬЮ

j). Удовлетворенность безопасностью окружающей среды

НЕ УДОВЛЕТВОРЕН 0—1—2—3—4—5—6—7—8—9—10  
УДОВЛЕТВОРЕН ПОЛНОСТЬЮ

k). Удовлетворенность семейными взаимоотношениями

НЕ УДОВЛЕТВОРЕН 0—1—2—3—4—5—6—7—8—9—10  
УДОВЛЕТВОРЕН ПОЛНОСТЬЮ

l). Уверенность в своем будущем

НЕ УВЕРЕН 0—1—2—3—4—5—6—7—8—9—10 ПОЛНОСТЬЮ  
УВЕРЕН

**14. Инструкция:** пожалуйста, обведите кружком цифру, которая Вам подходит в оценке настроения

**Мое настроение чаще:**

ОЧЕНЬ ПЛОХОЕ 0—1—2—3—4—5—6—7—8—9—10 ОЧЕНЬ  
ХОРОШЕЕ

**15. Инструкция:** пожалуйста, оцените выраженность жалоб на психическое самочувствие

и обведите кружком соответствующую цифру.

**В последнее время меня беспокоят:**

a) нарушения сна

|              |                        |       |
|--------------|------------------------|-------|
| НЕ БЕСПОКОЯТ | 0—1—2—3—4—5—6—7—8—9—10 | ОЧЕНЬ |
|--------------|------------------------|-------|

БЕСПОКОЯТ

b) нарушения аппетита

|              |                        |       |
|--------------|------------------------|-------|
| НЕ БЕСПОКОЯТ | 0—1—2—3—4—5—6—7—8—9—10 | ОЧЕНЬ |
|--------------|------------------------|-------|

БЕСПОКОЯТ

c) неустойчивость настроения

|              |                        |       |
|--------------|------------------------|-------|
| НЕ БЕСПОКОИТ | 0—1—2—3—4—5—6—7—8—9—10 | ОЧЕНЬ |
|--------------|------------------------|-------|

БЕСПОКОИТ

d) повышенная тревожность

|              |                        |       |
|--------------|------------------------|-------|
| НЕ БЕСПОКОИТ | 0—1—2—3—4—5—6—7—8—9—10 | ОЧЕНЬ |
|--------------|------------------------|-------|

БЕСПОКОИТ

e) различные страхи

|              |                        |       |
|--------------|------------------------|-------|
| НЕ БЕСПОКОЯТ | 0—1—2—3—4—5—6—7—8—9—10 | ОЧЕНЬ |
|--------------|------------------------|-------|

БЕСПОКОЯТ

f) раздражительность

|              |                        |       |
|--------------|------------------------|-------|
| НЕ БЕСПОКОИТ | 0—1—2—3—4—5—6—7—8—9—10 | ОЧЕНЬ |
|--------------|------------------------|-------|

БЕСПОКОИТ

g) вспышки агрессии

|              |                        |       |
|--------------|------------------------|-------|
| НЕ БЕСПОКОЯТ | 0—1—2—3—4—5—6—7—8—9—10 | ОЧЕНЬ |
|--------------|------------------------|-------|

БЕСПОКОЯТ

h) неуверенность в себе

|              |                        |       |
|--------------|------------------------|-------|
| НЕ БЕСПОКОИТ | 0—1—2—3—4—5—6—7—8—9—10 | ОЧЕНЬ |
|--------------|------------------------|-------|

БЕСПОКОИТ

i) нежелание жить

|              |                        |       |
|--------------|------------------------|-------|
| НЕ БЕСПОКОИТ | 0—1—2—3—4—5—6—7—8—9—10 | ОЧЕНЬ |
|--------------|------------------------|-------|

БЕСПОКОИТ

j) Быстрая утомляемость и истощаемость

НЕ БЕСПОКОИТ      0—1—2—3—4—5—6—7—8—9—10      ОЧЕНЬ  
БЕСПОКОИТ

к) низкая работоспособность

НЕ БЕСПОКОИТ      0—1—2—3—4—5—6—7—8—9—10      ОЧЕНЬ  
БЕСПОКОИТ

л) плохие память, внимание

НЕ БЕСПОКОЯТ      0—1—2—3—4—5—6—7—8—9—10      ОЧЕНЬ  
БЕСПОКОЯТ

м) плохая успеваемость

НЕ БЕСПОКОИТ      0—1—2—3—4—5—6—7—8—9—10      ОЧЕНЬ  
БЕСПОКОИТ

н) конфликтность

НЕ БЕСПОКОИТ      0—1—2—3—4—5—6—7—8—9—10      ОЧЕНЬ  
БЕСПОКОИТ

о) неумение общаться

НЕ БЕСПОКОИТ      0—1—2—3—4—5—6—7—8—9—10      ОЧЕНЬ  
БЕСПОКОИТ

р) наличие вредных привычек

НЕ БЕСПОКОИТ      0—1—2—3—4—5—6—7—8—9—10      ОЧЕНЬ  
БЕСПОКОИТ

q) постоянная обида

НЕ БЕСПОКОИТ      0—1—2—3—4—5—6—7—8—9—10      ОЧЕНЬ  
БЕСПОКОИТ

г) отсутствие жизненных перспектив

НЕ БЕСПОКОИТ      0—1—2—3—4—5—6—7—8—9—10      ОЧЕНЬ  
БЕСПОКОИТ

s) чувство небезопасности

НЕ БЕСПОКОИТ      0—1—2—3—4—5—6—7—8—9—10      ОЧЕНЬ  
БЕСПОКОИТ

**16. Какие жалобы на психическое самочувствие Вас еще беспокоят?**

Укажите их

---

**17. Инструкция:** пожалуйста, обведите кружком цифру, которая больше соответствует ВОЗМОЖНОСТЯМ Вашей жизнедеятельности:

а). Возможности для получения образования

ПЛОХИЕ 0—1—2—3—4—5—6—7—8—9—10 ОЧЕНЬ ХОРОШИЕ

б). Возможности для получения профессии

ПЛОХИЕ 0—1—2—3—4—5—6—7—8—9—10 ОЧЕНЬ ХОРОШИЕ

с). Возможности для проявления активности, инициативы

ПЛОХИЕ 0—1—2—3—4—5—6—7—8—9—10 ОЧЕНЬ ХОРОШИЕ

д). Возможности высказывать свою точку зрения

ПЛОХИЕ 0—1—2—3—4—5—6—7—8—9—10 ОЧЕНЬ ХОРОШИЕ

е). Возможность обратить внимание на свои затруднения, просьбы

ПЛОХИЕ 0—1—2—3—4—5—6—7—8—9—10 ОЧЕНЬ ХОРОШИЕ

ф). Возможности обратиться за помощью к воспитанникам социального учреждения

ПЛОХИЕ 0—1—2—3—4—5—6—7—8—9—10 ОЧЕНЬ ХОРОШИЕ

г). Возможности обратиться за помощью к работникам социального учреждения

ПЛОХИЕ 0—1—2—3—4—5—6—7—8—9—10 ОЧЕНЬ ХОРОШИЕ

h). Возможности для получения необходимой помощи

ПЛОХИЕ 0—1—2—3—4—5—6—7—8—9—10 ОЧЕНЬ ХОРОШИЕ

і). Возможности для интересного проведения свободного времени

ПЛОХИЕ 0—1—2—3—4—5—6—7—8—9—10 ОЧЕНЬ ХОРОШИЕ

ј). Возможности для занятий спортом

ПЛОХИЕ 0—1—2—3—4—5—6—7—8—9—10 ОЧЕНЬ ХОРОШИЕ

k). Возможности для полноценного отдыха, восстановления сил

ПЛОХИЕ 0—1—2—3—4—5—6—7—8—9—10 ОЧЕНЬ ХОРОШИЕ

l). Возможности иметь хороших и верных друзей

ПЛОХИЕ 0—1—2—3—4—5—6—7—8—9—10 ОЧЕНЬ ХОРОШИЕ

**18.** Насколько защищенным вы чувствует себя в социальном/образовательном учреждении от:

a). Публичного высмеивания со стороны воспитанников/учащихся

НЕ ЗАЩИЩЕН 0—1—2—3—4—5—6—7—8—9—10 ЗАЩИЩЕН  
ПОЛНОСТЬЮ

b). Публичного высмеивания со стороны сотрудников/педагогов

НЕ ЗАЩИЩЕН 0—1—2—3—4—5—6—7—8—9—10 ЗАЩИЩЕН  
ПОЛНОСТЬЮ

c). Оскорблений со стороны воспитанников/учащихся

НЕ ЗАЩИЩЕН 0—1—2—3—4—5—6—7—8—9—10 ЗАЩИЩЕН  
ПОЛНОСТЬЮ

d). Оскорблений со стороны сотрудников/педагогов

НЕ ЗАЩИЩЕН 0—1—2—3—4—5—6—7—8—9—10 ЗАЩИЩЕН  
ПОЛНОСТЬЮ

e). Унижений со стороны воспитанников/учащихся

НЕ ЗАЩИЩЕН 0—1—2—3—4—5—6—7—8—9—10 ЗАЩИЩЕН  
ПОЛНОСТЬЮ

f). Унижений со стороны сотрудников/педагогов

НЕ ЗАЩИЩЕН 0—1—2—3—4—5—6—7—8—9—10 ЗАЩИЩЕН  
ПОЛНОСТЬЮ

g). Угроз со стороны воспитанников/учащихся

НЕ ЗАЩИЩЕН 0—1—2—3—4—5—6—7—8—9—10 ЗАЩИЩЕН  
ПОЛНОСТЬЮ

h). Угроз со стороны сотрудников/педагогов

НЕ ЗАЩИЩЕН    0—1—2—3—4—5—6—7—8—9—10    ЗАЩИЩЕН  
ПОЛНОСТЬЮ

i). Того, что воспитанники/учащиеся заставят что-то нехорошее делать против вашего желания

НЕ ЗАЩИЩЕН    0—1—2—3—4—5—6—7—8—9—10    ЗАЩИЩЕН  
ПОЛНОСТЬЮ

j). Того, что сотрудники/педагоги заставят что-то нехорошее делать против вашего желания

НЕ ЗАЩИЩЕН    0—1—2—3—4—5—6—7—8—9—10    ЗАЩИЩЕН  
ПОЛНОСТЬЮ

k). Игнорирования со стороны воспитанников/учащихся

НЕ ЗАЩИЩЕН    0—1—2—3—4—5—6—7—8—9—10    ЗАЩИЩЕН  
ПОЛНОСТЬЮ

l). Игнорирования со стороны сотрудников/педагогов

НЕ ЗАЩИЩЕН    0—1—2—3—4—5—6—7—8—9—10    ЗАЩИЩЕН  
ПОЛНОСТЬЮ

m). Проявлений физической агрессии со стороны воспитанников/учащихся

НЕ ЗАЩИЩЕН    0—1—2—3—4—5—6—7—8—9—10    ЗАЩИЩЕН  
ПОЛНОСТЬЮ

n). Проявлений физической агрессии со стороны сотрудников/педагогов

НЕ ЗАЩИЩЕН    0—1—2—3—4—5—6—7—8—9—10    ЗАЩИЩЕН  
ПОЛНОСТЬЮ

o). Лишения ваших вещей воспитанниками/учащимися

НЕ ЗАЩИЩЕН    0—1—2—3—4—5—6—7—8—9—10    ЗАЩИЩЕН  
ПОЛНОСТЬЮ

p). Лишения ваших вещей сотрудниками/педагогами

НЕ ЗАЩИЩЕН    0—1—2—3—4—5—6—7—8—9—10    ЗАЩИЩЕН  
ПОЛНОСТЬЮ

q). Слежки и преследований со стороны воспитанников/учащихся  
 НЕ ЗАЩИЩЕН 0—1—2—3—4—5—6—7—8—9—10 ЗАЩИЩЕН  
 ПОЛНОСТЬЮ

г). Слежки и преследований со стороны сотрудников/учащихся  
 НЕ ЗАЩИЩЕН 0—1—2—3—4—5—6—7—8—9—10 ЗАЩИЩЕН  
 ПОЛНОСТЬЮ

**19.** В какой еще ситуации вы чувствует себя незащищенным?

**20. Инструкция:** Отметьте крестиком в соответствующих столбиках таблицы, как часто вы обращались к разным людям за помощью, когда чувствовали себя в социальном/образовательном учреждении особенно незащищенным

| пп |                                                                    | 0<br>н<br>икогда | 1<br>и<br>ногда | 2<br>ч<br>асто | 3<br>поч<br>ти всегда |
|----|--------------------------------------------------------------------|------------------|-----------------|----------------|-----------------------|
|    | к директору/заместителю директора                                  |                  |                 |                |                       |
|    | к учителю                                                          |                  |                 |                |                       |
|    | к воспитателю                                                      |                  |                 |                |                       |
|    | к психологу                                                        |                  |                 |                |                       |
|    | к врачу, к медицинской сестре                                      |                  |                 |                |                       |
|    | к другому работнику учреждения<br>(повар, охранник, уборщица, пр.) |                  |                 |                |                       |

|   |                                           |  |  |  |  |
|---|-------------------------------------------|--|--|--|--|
|   | к старшим<br>воспитанникам                |  |  |  |  |
|   | к одноклассникам                          |  |  |  |  |
|   | к друзьям                                 |  |  |  |  |
| 0 | к родителям/опекунам                      |  |  |  |  |
| 1 | к братьям/сестрам                         |  |  |  |  |
| 2 | к другим родственникам                    |  |  |  |  |
| 3 | к Богу/Аллаху                             |  |  |  |  |
| 4 | ни к кому                                 |  |  |  |  |
| 5 | к другому<br>лицу _____<br>_____<br>_____ |  |  |  |  |

21. Если в вашем учреждении будет создана специальная служба для поддержки подростков и других воспитанников, то какие направления работы Вы, прежде всего, включили бы в сферу ее деятельности? (*выберите один или несколько вариантов ответов*)

- а) помощь в учебной деятельности
- б) медицинская помощь
- в) психологические тренинги и консультации по личной проблематике
- г) юридическая помощь
- д) организация занятий спортом и спортивных мероприятий
- е) организация досуга и культурных мероприятий

g) помощь в профессиональном самоопределении и трудоустройстве

h)

другое \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

**Обработка результатов анкетирования.** Результаты анкетирования анализируются качественно и количественно. *Качественный анализ* предполагает первичное определение правильности ответов испытуемого на вопросы анкеты, анализ содержания ответов на отдельные вопросы и ранжирование материалов по группам сравнения. При *количественном анализе* используются методы математической статистики: перевод в проценты, сравнительный анализ средних величин, корреляционный, однофакторный дисперсионный анализ. При необходимости на основе вычисления суммарных оценок по всем шкалам блоков 3-5 можно определить общие индексы психологического и социального благополучия, психологической безопасности, их взаимосвязи и взаимовлияния [9].

### **9. Шкала личностной тревожности (Прихожан А.М., 1983)**

**Описание методики.** Шкала тревожности разработана А.М. Прихожан в 1980-1983 гг. по принципу «Шкалы социально-ситуационного страха, тревоги» О. Кондаша. Особенность шкал такого типа в том, что в них тревожность определяется по оценке человеком тревоженности тех или иных ситуаций обыденной жизни. Достоинствами данных шкал является то, что, во-первых, они позволяют выделить области действительности, вызывающие тревогу, и, во-вторых, в меньшей степени зависят от умения школьников распознавать свои переживания, чувства, то есть от развитости интроспекции и наличия определенного словаря переживаний.

Методика относится к числу бланковых, что позволяет проводить ее в группе. Бланк содержит необходимые сведения об испытуемом, инструкцию и содержание методики.

Методика разработана в двух формах. Форма А предназначена для школьников 10-12 лет, Форма Б – для учащихся 13-16 лет. Инструкция к обеим формам одинакова.

**Инструкция** (*на первой странице бланка*). На следующих страницах перечислены ситуации, обстоятельства, с которыми ты встречаешься в жизни. Некоторые из них могут быть для тебя неприятными, так как могут вызвать тревогу, беспокойство или страх. Внимательно прочти каждое предложение, представь себя в этих обстоятельствах и обведи кружком одну из цифр справа – 0, 1, 2, 3 или 4, – в зависимости от того, насколько эта ситуация для тебя неприятна, насколько она может вызвать у тебя беспокойство, опасения или страх.

Если ситуация совершенно не кажется тебе неприятной, в столбик "Ответ" поставь цифру 0. Если она немного тревожит, беспокоит тебя, в столбик "Ответ" поставь цифру 1. Если беспокойство и страх достаточно сильны и тебе хотелось бы не попадать в такую ситуацию, в столбик "Ответ" поставь цифру 2. Если ситуация очень неприятна и с ней связаны сильные беспокойство, тревога, страх, в столбик "Ответ" поставь цифру 3. При очень сильном беспокойстве, очень сильном страхе в столбик "Ответ" поставь цифру 4. Переверни страницу (*на второй странице инструкция продолжается*).

Твоя задача – представить себе каждую ситуацию (себя в этой ситуации), определить, насколько она может вызвать у тебя тревогу, беспокойство, страх, опасения, и обвести одну из цифр, определяющих, насколько она для тебя неприятна.

Что означает каждая цифра, написано вверху страницы.

---

Дата заполнения \_\_\_\_\_

Возраст \_\_\_\_\_

Пол \_\_\_\_\_

Школа \_\_\_\_\_

Класс \_\_\_\_\_

Место проживания \_\_\_\_\_

Национальность \_\_\_\_\_

**ИНСТРУКЦИЯ:**

На следующих страницах перечислены ситуации, обстоятельства, с которыми ты встречаешься в жизни. Некоторые из них могут быть для тебя неприятными, так как могут вызвать тревогу, беспокойство или страх.

Внимательно прочти каждое предложение, представь себя в этих обстоятельствах и обведи кружком одну из цифр справа – 0, 1, 2, 3 или 4, – в зависимости от того, насколько эта ситуация для тебя неприятна, насколько она может вызвать у тебя беспокойство, опасения или страх.

- Если ситуация совершенно не кажется тебе неприятной, в столбик "Ответ" поставь цифру 0.
- Если она немного тревожит, беспокоит тебя, в столбик "Ответ" поставь цифру 1.
- Если беспокойство и страх достаточно сильны и тебе хотелось бы не попадать в такую ситуацию, в столбик "Ответ" поставь цифру 2.
- Если ситуация очень неприятна и с ней связаны сильные беспокойство, тревога, страх, в столбик "Ответ" поставь цифру 3.

- При очень сильном беспокойстве, очень сильном страхе в столбик "Ответ" поставь цифру 4.

Переверни страницу.

Твоя задача – представить себе каждую ситуацию (себя в этой ситуации), определить, насколько она может вызвать у тебя тревогу, беспокойство, страх, опасения, и обвести одну из цифр, определяющих, насколько она для тебя неприятна.

Что означает каждая цифра, написано вверху страницы.

| №             | Ситуация                                                                                                   | нет | немного | достаточно | значительно | очень |
|---------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|---------|------------|-------------|-------|
| <i>Пример</i> | Перейти в новую школу                                                                                      | 0   | 1       | 2          | 3           | 4     |
| 1             | Отвечать у доски                                                                                           | 0   | 1       | 2          | 3           | 4     |
| 2             | Оказаться среди<br>незнакомых ребят                                                                        | 0   | 1       | 2          | 3           | 4     |
| 3             | Участвовать в<br>соревнованиях, конкурсах,<br>олимпиадах                                                   | 0   | 1       | 2          | 3           | 4     |
| 4             | Слышать заклęcia                                                                                           | 0   | 1       | 2          | 3           | 4     |
| 5             | Разговаривать с<br>директором школы                                                                        | 0   | 1       | 2          | 3           | 4     |
| 6             | Сравнивать себя с<br>другими                                                                               | 0   | 1       | 2          | 3           | 4     |
| 7             | Учитель смотрит по<br>журналу, кого спросить                                                               | 0   | 1       | 2          | 3           | 4     |
| 8             | Тебя критикуют, в чем-<br>то упрекают                                                                      | 0   | 1       | 2          | 3           | 4     |
| 9             | На тебя смотрят, когда<br>ты что-нибудь делаешь<br>(наблюдают за тобой во время<br>работы, решения задачи) | 0   | 1       | 2          | 3           | 4     |

|    |                                                                     |   |   |   |   |   |
|----|---------------------------------------------------------------------|---|---|---|---|---|
| 10 | Видеть плохие сны                                                   | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 11 | Писать контрольную работу, выполнять тест по какому-нибудь предмету | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 12 | После контрольной, теста – учитель называет отметки                 | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 13 | У тебя что-то не получается                                         | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 14 | Смотреть на человека, похожего на мага, колдуна                     | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 15 | На тебя не обращают внимания                                        | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 16 | Ждешь родителей с родительского собрания                            | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 17 | Тебе грозит неуспех, провал                                         | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 18 | Слышать смех за своей спиной                                        | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 19 | Не понимать объяснений учителя                                      | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 20 | Думаешь о том, чего ты сможешь добиться в будущем                   | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 21 | Слышать предсказания о космических катастрофах                      | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 22 | Выступать перед зрителями                                           | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 23 | Слышать, что какой-то человек «напускает порчу» на других           | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 24 | С тобой не хотят играть                                             | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 25 | Проверяются твои способности                                        | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 26 | На тебя смотрят как на                                              | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |

|    |                                                                      |   |   |   |   |   |
|----|----------------------------------------------------------------------|---|---|---|---|---|
|    | маленького                                                           |   |   |   |   |   |
| 27 | На экзамене тебе<br>достался 13-й билет                              | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 28 | На уроке учитель<br>неожиданно задает тебе вопрос                    | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 29 | Оценивается твоя<br>работа                                           | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 30 | Не можешь справиться с<br>домашним заданием                          | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 31 | Засыпать в темной<br>комнате                                         | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 32 | Не соглашаешься с<br>родителями                                      | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 33 | Берешься за новое дело                                               | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 34 | Разговаривать с<br>школьным психологом                               | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 35 | Думать о том, что тебя<br>могут «сглазить»                           | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 36 | Замолчали, когда ты<br>подошел (подошла)                             | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 37 | Слушать страшные<br>истории                                          | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 38 | Спорить со своим<br>другом (подругой)                                | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 39 | Думать о своей<br>внешности                                          | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 40 | Думать о призраках,<br>других страшных,<br>«потусторонних» существах | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |

## Обработка и интерпретация результатов

Распределение пунктов шкалы по указанным ниже субшкалам представлено в таблице 1. Ключ является общим для обеих форм.

Таблица 1. *Ключ к шкале личностной тревожности*

| Название субшкалы                | Пункты шкалы                          |
|----------------------------------|---------------------------------------|
| <i>Школьная тревожность</i>      | 1, 5, 7, 11, 12, 16, 19, 28, 30, 34   |
| <i>Самооценочная тревожность</i> | 3, 6, 8, 13, 17, 20, 25, 29, 33, 39   |
| <i>Межличностная тревожность</i> | 2, 9, 15, 18, 22, 24, 26, 32, 36, 38  |
| <i>Магическая тревожность</i>    | 4, 10, 14, 21, 23, 27, 31, 35, 37, 40 |

Выделение субшкал во многом условно. Например, предложенные в ней ситуации общения можно рассматривать с позиции актуализации представлений о себе, некоторые школьные ситуации – как ситуации общения со взрослыми. Однако представленный вариант, как показывает практика, продуктивен с точки зрения задачи преодоления тревожности: он позволяет локализовать зону наибольшего напряжения и построить индивидуализированную программу работы.

При обработке ответ на каждый из пунктов шкалы оценивается количеством баллов, соответствующим обведенной кружочком при ответе на него цифре. Подсчитывается общая сумма баллов по шкале в целом и отдельно по каждой субшкале.

Полученная сумма баллов представляет собой первичную, или «сырую», оценку.

Первичная оценка переводится в шкальную. В качестве шкальной оценки используется стандартная десятка. Для этого данные испытуемого сопоставляются с нормативными показателями группы учащихся соответствующего возраста и пола. Результат, полученный по всей шкале, интерпретируется как показатель общего уровня тревожности, по отдельным

субшкалам – отдельных видов тревожности. Далее осуществляется перевод «сырых» баллов в стандартные оценки, или стены (табл. 2-6).

Таблица 2. Общая тревожность

| Стены | Половозрастные группы (результаты в баллах) |            |            |            |             |             |            |            |
|-------|---------------------------------------------|------------|------------|------------|-------------|-------------|------------|------------|
|       | 10-11 лет                                   |            | 12 лет     |            | 13-14 лет   |             | 15-16 лет  |            |
|       | дев.<br>в.                                  | мал.<br>л. | дев.<br>.  | мал.<br>л. | дев.        | мал.        | дев.<br>.  | мал.<br>л. |
| 1     | 0-33                                        | 0-26       | 0-34       | 0-26       | 0-34        | 0-37        | 0-33       | 0-27       |
| 2     | 34-40                                       | 27-32      | 35-43      | 27-32      | 35-43       | 38-45       | 34-39      | 28-34      |
| 3     | 41-48                                       | 33-39      | 44-50      | 33-38      | 44-52       | 46-53       | 40-46      | 35-41      |
| 4     | 49-55                                       | 40-45      | 51-58      | 39-44      | 53-61       | 54-61       | 47-53      | 42-47      |
| 5     | 56-62                                       | 46-52      | 59-66      | 45-50      | 62-70       | 62-69       | 54-60      | 48-54      |
| 6     | 63-70                                       | 53-58      | 67-74      | 51-56      | 71-80       | 70-77       | 61-67      | 55-61      |
| 7     | 71-77                                       | 59-65      | 75-81      | 57-62      | 81-88       | 78-85       | 86-74      | 62-68      |
| 8     | 78-84                                       | 66-71      | 82-89      | 63-67      | 89-98       | 86-93       | 75-80      | 69-75      |
| 9     | 85-92                                       | 72-77      | 90-97      | 68-73      | 99-107      | 94-101      | 81-87      | 76-82      |
| 10    | 93 и более                                  | 78 и более | 98 и более | 74 и более | 108 и более | 102 и более | 88 и более | 83 и более |
|       |                                             |            |            |            |             |             |            |            |

Таблица 3. Школьная тревожность

| Стены | Половозрастные группы (результаты в баллах) |     |        |     |           |     |           |     |
|-------|---------------------------------------------|-----|--------|-----|-----------|-----|-----------|-----|
|       | 10-11 лет                                   |     | 12 лет |     | 13-14 лет |     | 15-16 лет |     |
|       | д                                           | мал | дев.   | мал | дев.      | мал | де        | мал |

|    | ев.        | .          |            | .          |            | .          | В.         | .          |
|----|------------|------------|------------|------------|------------|------------|------------|------------|
| 1  | 0-8        | 0-7        | 0-2        | 0-7        | 0-8        | 0-7        | 0-7        | 0-6        |
| 2  | 9-11       | 8-10       | 3-5        | 8-9        | 9-10       | 8-9        | 8-9        | 7          |
| 3  | 12-13      | 11-12      | 6-7        | 9-10       | 11-13      | 10-12      | 10-11      | 8          |
| 4  | 14-16      | 13-14      | 8-10       | 11-12      | 14-15      | 13-15      | 12-13      | 9          |
| 5  | 17-18      | 15-16      | 11-12      | 13         | 16-18      | 16-17      | 14         | 10         |
| 6  | 19-20      | 17-18      | 13-15      | 14-15      | 19-20      | 18-20      | 15-16      | 11         |
| 7  | 21-22      | 19-20      | 16-17      | 16         | 21-22      | 21-22      | 17-18      | 12-13      |
| 8  | 23-25      | 21-22      | 18-20      | 17-18      | 23-25      | 23-25      | 19-20      | 14         |
| 9  | 26-27      | 23-24      | 21-22      | 19-20      | 26-27      | 26-28      | 21-22      | 15         |
| 10 | 28 и более | 25 и более | 23 и более | 21 и более | 28 и более | 29 и более | 23 и более | 16 и более |

Таблица 4. Самооценочная тревожность

| Степени | Половозрастные группы (результаты в баллах) |      |        |       |           |       |           |       |
|---------|---------------------------------------------|------|--------|-------|-----------|-------|-----------|-------|
|         | 10-11 лет                                   |      | 12 лет |       | 13-14 лет |       | 15-16 лет |       |
|         | дев.                                        | мал. | д.ев.  | м.ал. | д.ев.     | м.ал. | д.ев.     | м.ал. |
| 1       | 0-10                                        | 0-7  | 0-9    | 0-5   | 0-8       | 0-7   | 0-6       | 0-7   |
| 2       | 11                                          | 8-9  | 10-11  | 6-7   | 9-10      | 8-10  | 7-8       | 8-9   |
| 3       | 12-13                                       | 10   | 1      | 8     | 1         | 1     | 9         | 1     |

|    |               |            |                   |                   |                   |                   |                  |                   |
|----|---------------|------------|-------------------|-------------------|-------------------|-------------------|------------------|-------------------|
|    |               |            | 2-13              |                   | 1-13              | 1-13              | -11              | 0-12              |
| 4  | 14            | 11-12      | 1<br>4-16         | 9-<br>10          | 1<br>4-16         | 1<br>4-16         | 2-13             | 1<br>3-15         |
| 5  | 15-16         | 13         | 1<br>7-18         | 1<br>1-12         | 1<br>7-18         | 1<br>7-19         | 4-16             | 1<br>6-17         |
| 6  | 17-18         | 14-15      | 1<br>9-20         | 1<br>0-11         | 1<br>9-21         | 2<br>0-22         | 7-18             | 1<br>8-20         |
| 7  | 19            | 16-17      | 2<br>1-22         | 1<br>3-14         | 2<br>2-24         | 2<br>3-25         | 9-21             | 2<br>1-23         |
| 8  | 20-21         | 18         | 2<br>3-24         | 1<br>5            | 2<br>5-26         | 2<br>6-28         | 2-23             | 2<br>4-25         |
| 9  | 22-23         | 19-20      | 2<br>5-27         | 1<br>6-17         | 2<br>7-29         | 2<br>9-31         | 4-26             | 2<br>6-28         |
| 10 | 24 и<br>более | 21 и более | 2<br>8 и<br>более | 1<br>8 и<br>более | 3<br>0 и<br>более | 3<br>2 и<br>более | 2<br>7 и<br>боле | 2<br>9 и<br>более |

Таблица 5. Межличностная тревожность

| Степени | Половозрастные группы (результаты в баллах) |           |           |           |           |           |            |           |
|---------|---------------------------------------------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|------------|-----------|
|         | 10-11 лет                                   |           | 12 лет    |           | 13-14 лет |           | 15-16 лет  |           |
|         | дев.                                        | мал.      | дев.      | мал.      | дев.      | мал.      | дев.       | мал.      |
| 1       | 0-8                                         | 0-7       | 0-8       | 0-8       | 0-6       | 0-8       | 0-6        | 0-7       |
| 2       | 9                                           | 8         | 9-<br>10  | 9         | 7-9       | 9-<br>11  | 7-<br>8    | 8-9       |
| 3       | 10                                          | 9         | 11-<br>12 | 10        | 10-<br>12 | 12-<br>14 | 9-<br>11   | 10-<br>12 |
| 4       | 11                                          | 10        | 13-<br>14 | 11-<br>12 | 13-<br>15 | 15-<br>17 | 12-<br>-13 | 13-<br>15 |
| 5       | 12-<br>13                                   | 11-<br>12 | 15        | 13        | 16-<br>17 | 18-<br>20 | 14-<br>-15 | 16-<br>17 |
| 6       | 14                                          | 13        | 16-<br>17 | 14-<br>15 | 18-<br>20 | 21-<br>23 | 16-<br>-18 | 18-<br>20 |

|    |               |               |               |               |               |               |               |               |
|----|---------------|---------------|---------------|---------------|---------------|---------------|---------------|---------------|
| 7  | 15            | 14            | 18-<br>19     | 16            | 21-<br>23     | 24-<br>26     | 19<br>-20     | 21-<br>23     |
| 8  | 16-<br>17     | 15            | 20-<br>21     | 17-<br>18     | 24-<br>26     | 27-<br>29     | 21<br>-23     | 24-<br>26     |
| 9  | 18            | 16            | 22-<br>23     | 19            | 27-<br>29     | 30-<br>32     | 24<br>-25     | 27-<br>28     |
| 10 | 19<br>и более | 17<br>и более | 24<br>и более | 20<br>и более | 30<br>и более | 33<br>и более | 26<br>и более | 29<br>и более |

Таблица 6. *Магическая тревожность*

| Степени | Половозрастные группы (результаты в баллах) |               |               |               |               |               |               |               |
|---------|---------------------------------------------|---------------|---------------|---------------|---------------|---------------|---------------|---------------|
|         | 10-11 лет                                   |               | 12 лет        |               | 13-14 лет     |               | 15-16 лет     |               |
|         | дев                                         | мал           | дев           | мал           | дев           | мал           | дев           | мал           |
| 1       | 0-7                                         | 0-6           | 0-7           | 0-4           | 0-5           | 0-6           | 0-6           | 0-5           |
| 2       | 8                                           | 7             | 8-9           | 5-6           | 6-7           | 7-8           | 7-9           | 6-7           |
| 3       | 9-<br>10                                    | 8-9           | 10-<br>11     | 8-<br>10      | 9-<br>10      | 10-<br>11     | 8-9           | 4             |
| 4       | 11-<br>12                                   | 10            | 12-<br>13     | 8-9           | 11-<br>13     | 11-<br>12     | 12-<br>14     | 10            |
| 5       | 13-<br>14                                   | 11-<br>12     | 14-<br>15     | 10            | 14-<br>15     | 13-<br>14     | 15-<br>16     | 11-<br>12     |
| 6       | 15-<br>16                                   | 13            | 16-<br>17     | 11-<br>12     | 16-<br>18     | 15-<br>16     | 17-<br>19     | 13            |
| 7       | 17-<br>18                                   | 14            | 18-<br>20     | 13            | 19-<br>21     | 17-<br>18     | 20-<br>22     | 14-<br>15     |
| 8       | 19-<br>20                                   | 15-<br>16     | 21-<br>22     | 14-<br>15     | 22-<br>23     | 19-<br>20     | 23-<br>24     | 16-<br>17     |
| 9       | 21-<br>22                                   | 17            | 23-<br>24     | 16            | 24-<br>26     | 21-<br>23     | 25-<br>27     | 18            |
| 10      | 23<br>и более                               | 18<br>и более | 25<br>и более | 17<br>и более | 27<br>и более | 24<br>и более | 28<br>и более | 19<br>и более |

[23].

## **10. Детская шкала для диагностики тяжести реакций на травматический стресс (Пинос Р., Стейнберг А., 2002)**

Роберт Пинос (США) одним из первых начал изучать последствия детского травматического опыта с точки зрения посттравматического стресса (Rynoos, 1993). При диагностике и терапии посттравматического стресса он учитывает три фактора: (1) травматический опыт (как объективные характеристики, так и субъективные реакции ребенка); (2) напоминания об этом опыте (частота и интенсивность напоминаний внешнего и внутреннего происхождения); (3) вторичные проблемы и стрессы в повседневной жизни ребенка.

Настоящая шкала является четвертой частью UCLA PTSD scale и предназначена для скрининговой диагностики тяжести реакций на травматический стресс у детей. В 2010 году Р. Пинос на конференции в Санкт-Петербурге передал ее кандидату медицинских наук Е.С. Молчановой, которая с его разрешения осуществила перевод текста шкалы на русский и кыргызский языки. Впервые шкала была использована в Кыргызстане для оценки степени выраженности травматического стресса у школьников, переживших в июне 2010 г. Ошский конфликт.

### **Шкала РТС**

\_\_\_\_\_

Дата заполнения \_\_\_\_\_

Возраст \_\_\_\_\_

Пол \_\_\_\_\_

Школа \_\_\_\_\_

Класс \_\_\_\_\_

Место проживания \_\_\_\_\_

Национальность \_\_\_\_\_

**Инструкция.** Перед тобой список трудностей, которые иногда возникают у тех людей, которым когда-то было очень страшно. Пожалуйста, отметь, как часто у тебя эти признаки наблюдались в течение последнего месяца.

Прочитай внимательно каждое утверждение из списка и обведи кружочком тот ответ, который подходит тебе больше всего. Постарайся ответить на все вопросы.

|  | В течение последнего месяца                                                                                            | никогда | 1<br>раз в<br>месяц | 2<br>-2 раза<br>в<br>неделю | 3<br>-3 раза<br>в<br>неделю | 4<br>П<br>очти<br>каждый<br>день |
|--|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|---------------------|-----------------------------|-----------------------------|----------------------------------|
|  | Я был настороже по отношению ко всему, что обычно меня пугает                                                          | 1       |                     | 3                           | 4                           | 5                                |
|  | Когда что-то напоминало мне о том, что произошло, я становился беспокойным, испуганным или грустным                    | 1       |                     | 3                           | 4                           | 5                                |
|  | Даже когда я хотел думать об этом, мне приходили в голову грустные мысли, образы или звуки                             | 1       |                     | 3                           | 4                           | 5                                |
|  | Я был в плохом настроении, сердился или гневался                                                                       | 1       |                     | 3                           | 4                           | 5                                |
|  | Мне снились страшные сны                                                                                               | 1       |                     | 3                           | 4                           | 5                                |
|  | Мне казалось, что я возвращаюсь назад во времени и снова переживаю все это.                                            | 1       |                     | 3                           | 4                           | 5                                |
|  | Мне хотелось находиться в одиночестве, без друзей.                                                                     | 1       |                     | 3                           | 4                           | 5                                |
|  | Я чувствовал себя одиноким и изолированным от других людей                                                             | 1       |                     | 3                           | 4                           | 5                                |
|  | Я старался не разговаривать о том, что случилось, не думать об этом и не испытывать чувств, связанных с теми событиями | 1       |                     | 3                           | 4                           | 5                                |

|   |                                                                                                                                                                                        |   |  |   |   |   |
|---|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|--|---|---|---|
| 0 | Мне было трудно ощущать себя счастливым и чувствовать любовь к другим людям, как будто мои чувства были заморожены                                                                     | 1 |  | 3 | 4 | 5 |
| 1 | Я часто вздрагивал или подпрыгивал на месте, когда слышал резкий звук или происходило что-то неожиданное                                                                               | 1 |  | 3 | 4 | 5 |
| 2 | Мне было тяжело засыпать или я часто просыпался по ночам                                                                                                                               | 1 |  | 3 | 4 | 5 |
| 3 | Я думал, что в тех событиях есть и часть моей вины                                                                                                                                     | 1 |  | 3 | 4 | 5 |
| 4 | Мне было сложно вспомнить важные детали того, что случилось                                                                                                                            | 1 |  | 3 | 4 | 5 |
| 5 | Мне было трудно быть внимательным                                                                                                                                                      | 1 |  | 3 | 4 | 5 |
| 6 | Я старался избегать людей, мест или вещей, которые напоминали мне<br><br>о тех событиях                                                                                                | 1 |  | 3 | 4 | 5 |
| 7 | Когда что-то напоминало мне о том, что произошло, мне становилось плохо (начинало биться сердце, я неожиданно покрывался потом, у меня начинал болеть живот, появлялась головная боль) | 1 |  | 3 | 4 | 5 |
| 8 | Я плохо (негативно) думал о своем будущем                                                                                                                                              | 1 |  | 3 | 4 | 5 |
| 9 | У меня возникал страх, что случившееся может повториться в будущем                                                                                                                     | 1 |  | 3 | 4 | 5 |
| 0 | У меня стало меньше интересов, я стал более пассивным                                                                                                                                  | 1 |  | 3 | 4 | 5 |

## **Обработка и интерпретация результатов**

При обработке ответ на каждый из пунктов шкалы оценивается количеством баллов, соответствующим обведенной при ответе на него цифре. Подсчитывается общая сумма баллов по шкале в целом. Результат больше 50 баллов указывает на выраженность реакций на травматический стресс и необходимость направления ребенка к врачу психиатру для углубленного медицинского обследования [24].

### **11. Метод Серийных рисунков и рассказов (Никольская И.М., 2009)**

Метод серийных рисунков и рассказов – проективная арт-терапевтическая технология, разработанная И.М. Никольской для диагностики и коррекции внутреннего мира детей от 7 лет. Использование метода облегчает контакт между специалистом и ребенком; делает зримыми для взрослых значимые проблемы детей и их ресурсы; выявляет процессы адаптации к стрессу; дает ребенку опыт самораскрытия и помогает формированию самосознания; создает условия для отреагирования психотравмирующих переживаний; формирует опыт взаимодействия со специалистом.

В течение одного сеанса ребенку предлагают создать серию проективных рисунков на заданные темы, а затем составить в диалоге с психологом устные или письменные рассказы о том, что на рисунках изображено. Цель – отражение в продуктах творческой деятельности особенностей внутреннего мира и поведения ребенка: его представлений о себе и окружающих; желаний, стремлений и фантазий; внутриличностных и межличностных конфликтов; психотравмирующих переживаний; механизмов психологической защиты и копинг-стратегий; перспективы будущей жизни. Результат – осознание и отреагирование ребенком своих проблем посредством их визуализации, вербализации, обсуждения и разделения с другим человеком.

Темы для рисования задаются («навязываются») ребенку психологом. Обычно они сформулированы от первого лица (содержат местоимения «я», «мой», «мне» и пр.) и эмоционально насыщены (указывают на переживание ряда эмоций и чувств).

После того как сделан рисунок, специалист с помощью уточняющих вопросов побуждает ребенка составить по рисунку рассказ. Он задает вопросы по типу: «Что тут на рисунке происходит?», «Где ты (этот человек) находится?», "Что ты (этот человек) делаешь (-ет)?" «Какое у тебя (у этого человека) здесь настроение?», «О чем ты (этот человек) думаешь (-ет)?» и пр. При работе с детьми психолог фиксирует свои вопросы и ответы ребенка, при работе с подростками и взрослыми клиент нередко сам дает письменные ответы на вопросы психолога. Таким образом, рассказы по рисункам создаются в диалоге с психологом.

После завершения этой процедуры специалист, ребенок и его родители совместно обсуждают и обобщают проделанную работу (подведение итогов содержания и чувствам).

Важнейший принцип взаимодействия психолога с ребенком в процессе серийного рисования – безусловное одобрение и принятие всех продуктов творческой деятельности, независимо от их содержания, формы и качества. Получая безусловное положительное подкрепление, дети достаточно быстро втягиваются в работу. С третьего-четвертого рисунка они обычно начинают рисовать быстро, уверенно и сами дают комментарии к своим рисункам. В какой-то момент они могут отказаться рисовать очередной рисунок и просто рассказывают или записывают рассказ на заданную тему.

Метод серийных рисунков и рассказов используется как однократная процедура (все рисунки и рассказы создаются в течение одного сеанса). Однако затем полученные материалы могут использоваться на других сеансах, в течение длительного времени, для детальной проработки вскрытых проблем и отслеживания динамики изменений.

Технология работы на сеансе структурирована и включает три этапа. Определена примерная очередность заданий, которые предлагаются ребенку.

*Этап 1. Рисунки и рассказы на тему "Мой автопортрет в полный рост", "Моя семья" («Семейная социограмма»), "Если бы у меня была волшебная палочка...".* Эти рисунки и рассказы позволяют: а) познакомиться с ребенком; б) исследовать его образ-Я, представления о семейном окружении и самочувствии в семье; в) осуществить присоединение за счет обсуждения «безопасной» и насыщенной позитивными эмоциями темы желаний, стремлений и фантазий; г) ввести в работу, то есть создать определенный настрой.

*Этап 2. Рисунки и рассказы на тему "Я переживаю", "Я боюсь", "Сон, который меня взволновал", "Я об этом не хочу вспоминать".* Эти задания несут основную эмоциональную нагрузку и стимулируют проявление интенсивных чувств и воспоминаний. С их помощью происходит диагностика отрицательных переживаний и связанных с ними трудных жизненных ситуаций, внутриличностных и межличностных конфликтов, механизмов психологической защиты и стратегий совладающего поведения. В процессе исследования психотравмирующих переживаний за счет коррекции механизмов психологической защиты осуществляется отреагирование отрицательных эмоций либо отчуждение от них.

*Этап 3. Рисунки и рассказы на тему "Я такой довольный, я такой счастливый", "Мне 25 лет, я взрослый и работаю на своей работе» (для детей)», «Светлое будущее" (для взрослых).* Они направлены на снятие возникшего напряжения, дают заряд оптимизма, чувство уверенности в себе, ощущение способности справиться с трудностями, формируют образ позитивного будущего.

Список тем и их формулировки могут изменяться с учетом анамнеза, индивидуально-психологических особенностей ребенка и значимой проблематики, выявляемой в ситуации "здесь и теперь". Чаще изменения имеют место на втором этапе рисования. Однако важно, чтобы была

соблюдена последовательность перечисленных выше этапов, поскольку она продуцирует у клиента определенную динамику эмоционального состояния. Задача первого этапа – присоединиться к ребенку и ввести его в работу, задача второго – «заставить переживать», задача третьего – вывести из мира переживаний, снять эмоциональное напряжение предыдущего этапа и создать позитивный настрой.

По завершении работы осуществляется качественный анализ изображений и контент-анализ текстов [10].

### **Кражи, воровство, вымогательство**

1. *Методика многофакторного исследования личности Р. Кеттелла (16PF-опросник).* Обратите внимание на следующие факторы: *фактор С* (эмоциональная устойчивость — эмоциональная неустойчивость). Является общей составной частью всех патологических отклонений: неврозов, психопатии, алкоголизма, то есть тех людей, которые входят в «группу риска»; *фактор G* (подверженность чувствам — высокая нормативность поведения). Экстремально низкое G говорит о серьезном недостатке внутренних регуляторов поведения и, следовательно, о тенденции к социопатии. Серьезность тенденций будет зависеть от того, возникнет ли у человека неконтролируемое поведение. Возможность такого поведения подтверждается другими факторами: +Н (то есть высокие значения по шкале Н), +Е, +F , -О (то есть низкие значения по шкале О), -Q3. Имеющий низкую оценку по фактору G не чувствует никакой вины за нарушение правил и общественных норм. Сочетание -G и -О часто встречается у людей с социопатическими тенденциями. В случае комбинации -G и +О мы, скорее всего, имеем дело с личностью, которая хочет заставить верить в то, что она

пренебрегает общественными нормами, но сильное чувство вины, в котором она признается, отвергает эту гипотезу; *фактор Q3* (низкий самоконтроль — высокий самоконтроль). Личности с - Q3 сложно придать своей энергии конструктивное направление и не расточать ее, она не умеет организовать свое время и порядок выполнения дел [25].

2. *Миннесотский многоаспектный личностный опросник (MMPI)*. Особенно нужно обратить внимание на «пограничный» профиль (профили своими наиболее высокими точками доходят до 70—73 Т, а остальные шкалы в большинстве своем не ниже 54 Т), «высоко расположенный» профиль (пики профиля значительно превышают 70 Т) и «плавающий» (многие шкалы профиля значительно повышены). Особенное внимание обратите на шкалы истерии (третья шкала), психопатии (четвертая шкала), паранойи (шестая шкала) и гипоманиакального поведения (девятая шкала) [26].

3. *Методика выявления локуса контроля личности*. Локус контроля — теоретическое понятие модели личности Дж. Роттера. Вера индивида в то, что его поведение детерминруется по преимуществу либо им самим (интернальный локус контроля), либо его окружением и обстоятельствами (экстернальный локус контроля). Формируясь в процессе социализации, локус контроля становится устойчивым личностным качеством. Показано, что люди, обладающие внутренним локусом контроля, более уверены в себе, последовательны и настойчивы в достижении поставленной цели, склонны к самоанализу, уравновешены, общительны, доброжелательны и независимы. Склонность к внешнему локусу контроля, напротив, проявляется наряду с такими чертами, как неуверенность в своих способностях, неуравновешенность, стремление отложить реализацию своих намерений на неопределенный срок, тревожность, подозрительность, конформность, агрессивность, перекладывание вины на другого человека, внешние обстоятельства. Экспериментально показано, что внутренний локус контроля является социально одобряемой ценностью [27].

4. *Методика диагностики степени готовности к риску Шуберта*. Высокие показатели по склонности к риску (выше 20 баллов) свидетельствуют о том, что из двух способов действия — безопасного и опасного, с большой вероятностью человек выберет опасный способ, и не исключено, что данный способ действия будет идти в разрез с социальными нормами [28].
5. *Методика диагностики потребности в поисках ощущений М. Цукермана*. Высокий уровень потребности в ощущениях (11—18 баллов) свидетельствует о стремлении получить новые, «острые» ощущения, что может спровоцировать человека на участие в рискованных авантюрных мероприятиях[29].
6. *Многоуровневый личностный опросник «Адаптивность» (МЛО — АМ) А.Г. Маклакова и С.В. Чермянина*. Обратите внимание на шкалу «моральная нормативность»[30].
7. *Методика «Ценностные ориентации» М. Рокича* позволит вам выявить ценностные приоритеты личности, ведущие мотивы[31].

### **Вандализм**

#### **1. Определение склонности к отклоняющемуся поведению (А.Н.Орел)**

##### **Назначение теста**

Предлагаемая методика диагностики склонности к отклоняющемуся поведению (СОП) является стандартизированным тест-опросником, предназначенным для измерения готовности (склонности) подростков к реализации различных форм отклоняющегося поведения. Опросник представляет собой набор специализированных психодиагностических шкал, направленных на измерение готовности (склонности) к реализации отдельных форм отклоняющегося поведения.

Методика предполагает учет и коррекцию установки на социально желательные ответы испытуемых.

Шкалы опросника делятся на содержательные и служебную. Содержательные шкалы направлены на измерение психологического

содержания комплекса связанных между собой форм девиантного поведения, то есть социальных и личностных установок, стоящих за этими поведенческими проявлениями.

Служебная шкала предназначена для измерения предрасположенности испытуемого давать о себе социально-одобряемую информацию, оценки достоверности результатов опросника в целом, а также для коррекции результатов по содержательным шкалам в зависимости от выраженности установки испытуемого на социально-желательные ответы.

### **Инструкция к тесту**

Перед вами имеется ряд утверждений. Они касаются некоторых сторон вашей жизни, вашего характера, привычек. Прочтите первое утверждение и решите верно ли данное утверждение по отношению к вам.

- Если верно, то на бланке ответов рядом с номером, соответствующим утверждению, в квадратике под обозначением «да» поставьте крестик или галочку.
- Если оно неверно, то поставьте крестик или галочку в квадратике под обозначением «нет».
- Если вы затрудняетесь ответить, то постарайтесь выбрать вариант ответа, который все-таки больше соответствует вашему мнению.

Затем таким же образом отвечайте на все пункты опросника. Если ошибетесь, то зачеркните ошибочный ответ и поставьте тот, который считаете нужным. Помните, что вы высказываете собственное мнение о себе в настоящий момент. Здесь не может быть «плохих» или «хороших», «правильных» или «неправильных» ответов. Очень долго не обдумывайте ответов, важна ваша первая реакция на содержание утверждений. Отнеситесь к работе внимательно и серьезно. Небрежность, а также стремление «улучшить» или «ухудшить» ответы приводят к недостоверным результатам. В случае затруднений еще раз прочитайте эту инструкцию или обратитесь к

тому, кто проводит тестирование. Не делайте никаких пометок в тексте опросника.

## **Тестовый материал**

### **Мужской вариант¶**

1. Я предпочитаю одежду неярких, приглушенных тонов.¶
2. Бывает, что я откладываю на завтра то, что должен сделать сегодня.¶
3. Я охотно записался бы добровольцем для участия в каких-либо боевых действиях.¶
4. Бывает, что иногда я ссорюсь с родителями.¶
5. Тот, кто в детстве не дрался, вырастает «маменькиным сынком» и ничего не может добиться в жизни.¶
6. Я бы взялся за опасную для жизни работу, если бы за нее хорошо платили.¶
7. Иногда я ощущаю такое сильное беспокойство, что просто не могу усидеть на месте.¶
8. Иногда бывает, что я немного хвастаюсь.¶
9. Если бы мне пришлось стать военным, то я хотел бы быть летчиком-истребителем.¶
10. Я ценю в людях осторожность и осмотрительность.¶
11. Только слабые и трусливые люди выполняют все правила и законы.¶
12. Я предпочел бы работу, связанную с переменами и путешествиями.¶
13. Я всегда говорю только правду.¶
14. Если человек в меру и без вредных последствий употребляет возбуждающие и влияющие на психику вещества – это вполне нормально.¶
15. Даже если я злюсь, то стараюсь не прибегать к ругательствам.¶

16. Я думаю, что мне бы понравилось охотиться на львов.¶
17. Если меня обидели, то я обязательно должен отмстить.¶
18. Человек должен иметь право выпивать столько, сколько он хочет.¶
19. Если мой приятель опаздывает к назначенному времени, то я обычно сохраняю спокойствие.¶
20. Мне обычно затрудняет работу требование сделать ее к определенному сроку.¶
21. Иногда я перехожу улицу татам, где мне удобно, а не там, где положено.¶
22. Некоторые правила и запреты можно отбросить, если испытываешь сильное сексуальное (половое) влечение.¶
23. Я иногда не слушаюсь родителей.¶
24. Если при покупке автомобиля мне придется выбирать между скоростью и безопасностью, то я выберу безопасность.¶
25. Я думаю, что мне понравилось бы заниматься боксом.¶
26. Если бы я мог свободно выбирать профессию, то стал бы дегустатором вин.¶
27. Я часто испытываю потребность в острых ощущениях.¶
28. Иногда мне так и хочется сделать себе больно.¶
29. Мое отношение к жизни хорошо описывает пословица: «Семь раз отмерь, один раз отрежь».¶
30. Я всегда покупаю билеты в общественном транспорте.¶
31. Среди моих знакомых есть люди, которые пробовали одурманивающие токсические вещества.¶
32. Я всегда выполняю обещания, даже если мне это невыгодно.¶
33. Бывает, что мне так и хочется выругаться.¶
34. Правы люди, которые в жизни следуют пословиц: «Если нельзя, но очень хочется, то можно».¶

35. Бывало, что я случайно попадал в драку после употребления спиртных напитков.¶

36. Мне редко удается заставить себя продолжать работу после ряда обидных неудач.¶

37. Если бы в наше время проводились бы бои гладиаторов, то бы обязательно в них поучаствовал.¶

38. Бывает, что иногда я говорю неправду.¶

39. Терпеть боль назло всем бывает даже приятно.¶

40. Я лучше соглашусь с человеком, чем стану спорить.¶

41. Если бы я родился в давние времена, то стал бы благородным разбойником.¶

42. Если нет другого выхода, то спор можно разрешить и дракой.¶

43. Бывали случаи, когда мои родители, другие взрослые высказывали беспокойство по поводу того, что я немного выпил.¶

44. Одежда должна с первого взгляда выделять человека среди других в толпе.¶

45. Если в кинофильме нет ни одной приличной драки – это плохое кино.¶

46. Когда люди стремятся к новым необычным ощущениям и переживаниям – это нормально.¶

47. Иногда я скучаю на уроках.¶

48. Если меня кто-то случайно задел в толпе, то я обязательно потребую от него извинений.¶

49. Если человек раздражает меня, то готов высказать ему все, что я о нем думаю.¶

50. Во время путешествий и поездок я люблю отклоняться от обычных маршрутов.¶

51. Мне бы понравилась профессия дрессировщика хищных зверей.¶

52. Если уж ты сел за руль мотоцикла, то стоит ехать только очень быстро.¶

53. Когда я читаю детектив, то мне часто хочется, чтобы преступник ушел от преследования.¶

54. Иногда я просто не могу удержаться от смеха, когда слышу неприличную шутку.¶

55. Я стараюсь избегать в разговоре выражений, которые могут смутить окружающих.¶

56. Я часто огорчаюсь из-за мелочей.¶

57. Когда мне возражают, я часто взрываюсь и отвечаю резко.¶

58. Мне больше нравится читать о приключениях, чем о любовных историях.¶

59. Чтобы получить удовольствие, стоит нарушить некоторые правила и запреты.¶

60. Мне нравится бывать в компаниях, где в меру выпивают и веселятся.¶

61. Меня раздражает, когда девушки курят.¶

62. Мне нравится состояние, которое наступает, когда в меру и в хорошей компании выпьешь.¶

63. Бывало, что у меня возникало желание выпить, хотя я понимал, что сейчас не время и не место.¶

64. Сигарета в трудную минуту меня успокаивает.¶

65. Мне легко заставить других людей бояться меня, и иногда ради забавы я это делаю.¶

66. Я смог бы своей рукой казнить преступника, справедливо приговоренного к высшей мере наказания.¶

67. Удовольствие – это главное, к чему стоит стремиться в жизни.¶

68. Я хотел бы поучаствовать в автомобильных гонках.¶

69. Когда у меня плохое настроение, ко мне лучше не подходить.¶

70. Иногда у меня бывает такое настроение, что я готов первым начать драку.¶

71. Я могу вспомнить случаи, кода я был таким злым, что хватал первую попавшуюся под руку вещь и ломал ее.¶

72. Я всегда требую, чтобы окружающие уважали мои права.¶

73. Мне понравилось бы прыгать с парашютом.¶

74. Вредное воздействие на человека алкоголя и табака сильно преувеличивают.¶

75. Я редко даю сдачи, даже если кто-то ударит меня.¶

76. Я не получаю удовольствия от ощущения риска.¶

77. Когда человек в пылу спора прибегает к «сильным» выражениям – это нормально.¶

78. Я часто не могу сдержать свои чувства.¶

79. Бывало, что я опаздывал на уроки.¶

80. Мне нравятся компании, где все подшучивают друг над другом.¶

81. Секс должен занимать в жизни молодежи одно из главных мест.¶

82. Часто я не могу удержаться от спора, если кто-то не согласен со мной.¶

83. Иногда случалось, что я не выполнял домашнее задание.¶

84. Я часто совершаю поступки под влиянием минутного настроения.¶

85. Мне кажется, что я не способен ударить человека.¶

86. Люди справедливо возмущаются, когда узнают, что преступник остался безнаказанным.¶

87. Бывает, что мне приходится скрывать от взрослых некоторые свои поступки.¶

88. Наивные простаки сами заслуживают того, чтобы их обманывали.¶

89. Иногда я бываю так раздражен, что стучу по столу кулаком.¶

90. Только неожиданные обстоятельства и чувство опасности позволяют мне по-настоящему проявить себя.¶

91. Я бы попробовал какое-нибудь одурманивающее вещество, если бы твердо знал, что это не повредит моему здоровью и не повлечет наказания.¶

92. Когда я стою на мосту, то меня иногда так и тянет прыгнуть вниз.¶

93. Всякая грязь меня пугает или вызывает сильное отвращение.¶

94. Когда я злюсь, то мне хочется кого-нибудь ударить.¶

95. Я считаю, что люди должны полностью отказаться употребления спиртных напитков.¶

96. Я бы мог на спор влезть на высокую фабричную трубу.¶

97. Временами я не могу справиться с желанием причинить боль другим людям.¶

98. Я мог бы после небольших предварительных объяснений управлять вертолетом.¶

### **Женский вариант¶**

1. Я стремлюсь в одежде следовать самой современной моде или даже опережать ее.¶

2. Бывает, что я откладываю на завтра то, что должна сделать сегодня.¶

3. Если бы была такая возможность, то я бы с удовольствием пошла служить в армию.¶

4. Бывает, что иногда я ссорюсь с родителями.¶

5. Чтобы добиться своего, девушка иногда может и подраться.¶

6. Я бы взялась за опасную для здоровья работу, если бы за нее хорошо платили.¶

7. Иногда я ощущаю такое сильное беспокойство, что просто не могу усидеть на месте.¶

8. Я иногда люблю посплетничать.¶

9. Мне нравятся профессии, связанные с риском для жизни.¶

10. Мне нравится, когда моя одежда и внешний вид раздражают людей старшего поколения.¶

11. Только глупые и трусливые люди выполняют все правила и законы.¶

12. Я предпочла бы работу, связанную с переменами и путешествиями, даже если она опасна для жизни.¶

13. Я всегда говорю только правду.¶

14. Если человек в меру и без вредных последствий употребляет возбуждающие и влияющие на психику вещества – это нормально.¶

15. Даже если я злюсь, то стараюсь никого не ругать.¶

16. Я с удовольствием смотрю боевики.¶

17. Если меня обидели, то я обязательно должна отомстить.¶

18. Человек должен иметь право выпивать, сколько он хочет и где он хочет.¶

19. Если моя подруга опаздывает к назначенному времени, то я обычно сохраняю спокойствие.¶

20. Мне часто бывает трудно сделать работу к точно определенному сроку.¶

21. Иногда я перехожу улицу там, где мне удобно, а не там, где положено.¶

22. Некоторые правила и запреты можно отбросить, если чего-нибудь сильно хочешь.¶

23. Бывало, что я не слушалась родителей.¶

24. В автомобиле я больше ценю безопасность, чем скорость.¶
25. Я думаю, что мне понравилось бы заниматься каратэ или похожим видом спорта.¶
26. Мне бы понравилась работа официантки в ресторане.¶
27. Я часто испытываю потребность в острых ощущениях.¶
28. Иногда мне так и хочется сделать себе больно.¶
29. Мое отношении к жизни хорошо описывает пословица: «Семь раз отмерь, один раз отрежь».¶
30. Я всегда плачу за проезд в общественном транспорте.¶
31. Среди моих знакомых есть люди, которые пробовали одурманивающие токсические вещества.¶
32. Я всегда выполняю обещания, даже если мне это не выгодно.¶
33. Бывает, что мне так и хочется выругаться.¶
34. Правы люди, которые в жизни следуют пословице: «Если нельзя, но очень хочется, то можно».¶
35. Бывало, что я случайно попадала в неприятную историю после употребления спиртных напитков.¶
36. Я часто не могу заставить себя продолжать какое-либо занятие после обидной неудачи.¶
37. Многие запреты в области секса старомодны и их можно отбросить.¶
38. Бывает, что иногда я говорю неправду.¶
39. Терпеть боль назло всем бывает даже приятно.¶
40. Я лучше соглашусь с человеком, чем стану спорить.¶
41. Если бы я родилась в древние времена, то стала бы благородной разбойницей.¶
42. Добиваться победы в споре нужно любой ценой.¶
43. Бывали случаи, когда мои родители, другие взрослые высказывали беспокойство по поводу того, что я немного выпила.¶

44. Одежда должна с первого взгляда выделять человека среди других в толпе.¶

45. Если в фильме нет ни одной приличной драки – это плохое кино.¶

46. Бывает я скучаю на уроках.¶

47. Если меня кто-то случайно задел в толпе, то я обязательно потребую от него извинений.¶

48. Если человек раздражает меня, то я готова высказать ему все, что о нем думаю.¶

49. Во время путешествий и поездок я люблю отклоняться от обычных маршрутов.¶

50. Мне бы понравилась профессия дрессировщицы хищных зверей.¶

51. Мне нравится ощущать скорость при быстрой езде на автомобиле и мотоцикле.¶

52. Когда я читаю детектив, то мне часто хочется, чтобы преступник ушел от преследования.¶

53. Бывает, что я с интересом слушаю неприличный, но смешной анекдот.¶

54. Мне нравится иногда смущать и ставить в неловкое положение окружающих.¶

55. Я часто огорчаюсь из-за мелочей.¶

56. Когда мне возражают, я часто взрываюсь и отвечаю резко.¶

57. Мне больше нравится читать о кровавых преступлениях или о катастрофах.¶

58. Чтобы получить удовольствие, стоит нарушить некоторые правила и запреты.¶

59. Мне нравится бывать в компаниях, где в меру выпивают и веселятся.¶

60. Я считаю вполне нормальным, если девушка курит.¶

61. Мне нравится состояние, которые наступает, когда выпьешь в меру и в хорошей компании.¶

62. Бывало, что у меня возникало желание выпить, хотя я понимала, что сейчас не время и не место.¶

63. Сигарета в трудную минуту меня успокаивает.¶

64. Некоторые люди побаиваются меня..¶

65. Я бы хотела присутствовать при казни преступника, справедливо приговоренного к высшей мере наказания..¶

66. Удовольствие – это главное, к чему стоит стремиться в жизни.¶

67. Если бы могла, то с удовольствием поучаствовала бы в автомобильных гонках.¶

68. Когда у меня плохое настроение, ко мне лучше не подходить.¶

69. Иногда у меня бывает такое настроение, что я готова первым начать драку.¶

70. Я могу вспомнить случаи, когда я настолько разозлилась, что хватала первую попавшуюся под руку вещь и ломала ее.¶

71. Я всегда требую, чтобы окружающие уважали мои права.¶

72. Мне бы хотелось из любопытства прыгнуть с парашютом.¶

73. Вредное воздействие алкоголя и табака на человека сильно преувеличивают.¶

74. Счастливы те, кто умирают молодыми.¶

75. Я получаю удовольствие, когда немного рискую.¶

76. Когда человек в пылу спора прибегает к ругательствам – это допустимо.¶

77. Я часто не могу сдержать свои чувства.¶

78. Бывало, что я опаздывала на уроки.¶

79. Мне нравятся компании, где все подшучивают друг над другом.¶

80. Секс должен занимать в жизни молодежи одно из главных мест.¶

81. Часто я не могу удержаться от спора, если кто-то не согласен со мной.¶

82. Иногда случалось, что я не выполняла школьное домашнее задание.¶

83. Я часто совершаю поступки под влиянием минутного настроения.¶

84. Бывают случаи, когда я могу ударить человека.¶

85. Люди справедливо возмущаются, когда узнают, что преступник остался безнаказанным.¶

86. Бывает, что мне приходится скрывать от взрослых некоторые свои поступки.¶

87. Наивные простаки сами заслуживают того, чтобы их обманывали.¶

88. Иногда я бываю так раздражена, что громко кричу.¶

89. Только неожиданные обстоятельства и чувство опасности позволяют мне по-настоящему проявить себя.¶

90. Я бы попробовал какое-нибудь одурманивающее вещество, если бы твердо знала, что это не повредит моему здоровью и не повлечет наказания.¶

91. Когда я стою на мосту, то меня иногда так и тянет прыгнуть вниз.¶

92. Всякая грязь меня пугает или вызывает сильное отвращение.¶

93. Когда я злюсь, то мне хочется громко обругать виновника моих неприятностей.¶

94. Я думаю, что люди должны отказаться от всякого употребления спиртных напитков.¶

95. Я бы с удовольствием покати́лась бы на горных лыжах с крутого склона.¶

96. Иногда, если кто-то причиняет мне боль, то это бывает даже приятно.¶

97. Я бы с удовольствием занималась в бассейне прыжками с вышки.¶

98. Мне иногда не хочется жить.¶

99. Чтобы добиться успеха в жизни, девушка должна быть сильной и уметь постоять за себя.¶

100. По-настоящему уважают только тех людей, кто вызывает у окружающих страх.¶

101. Я люблю смотреть выступления боксеров.¶

102. Я могу ударить человека, если решу, что он серьезно оскорбил меня.¶

103. Я считаю, что уступить в споре – это значит показать свою слабость.¶

104. Мне нравится готовить, заниматься домашним хозяйством.¶

105. Если бы я могла прожить жизнь заново, то я бы хотела стать мужчиной, а не женщиной.¶

106. В детстве мне хотелось стать актрисой или певицей.¶

107. В детстве я была всегда равнодушна к игре в куклы.¶

### **Ключ к тесту¶**

#### **Мужской вариант¶**

1. Шкала установки на социально-желательные ответы: 2 (нет), 4 (нет), 6 (нет), 13 (да), 21 (нет), 23 (нет), 30 (да), 32 (да), 33 (нет), 38 (нет), 47 (нет), 54 (нет), 79 (нет), 83 (нет), 87 (нет).¶

2. Шкала склонности к преодолению норм и правил: 1 (нет), 10 (нет), 11 (да), 22 (да), 34 (да), 41 (да), 44 (да), 50 (да), 53 (да), 55 (нет), 59 (да), 61 (нет), 80 (да), 86 (нет), 88 (да), 91 (да), 93 (нет).¶

3. Шкала склонности к аддиктивному поведению: 14 (да), 18 (да), 22 (да), 26 (да), 27 (да), 31 (да), 34 (да), 35 (да), 43 (да), 46 (да), 59 (да), 60 (да), 62 (да), 63 (да), 64 (да), 67 (да), 74 (да), 81 (да), 91 (да), 95 (нет).¶

4. Шкала склонности к самоповреждающему и саморазрушающему поведению: 3 (да), 6 (да), 9 (да), 12 (да), 16 (да), 24 (нет), 27 (да), 28 (да), 37 (да), 39 (да), 51 (да), 52 (да), 58 (да), 68 (да), 73 (да), 76 (нет), 90 (да), 91 (да), 92 (да), 96 (да), 98 (да).¶

5. Шкала склонности к агрессии и насилию: 3 (да), 5 (да), 15 (нет), 16 (да), 17 (да), 17 (да), 25 (да), 37 (да), 40 (нет), 42 (да), 45 (да), 48 (да), 49 (да), 51 (да), 65 (да), 66 (да), 70 (да), 71 (да), 72 (да), 75 (нет), 77 (да), 82 (нет), 89 (да), 94 (да), 97 (да).¶

6. Шкала волевого контроля эмоциональных реакций: 7 (да), 19 (да), 20 (да), 29 (нет), 36 (да), 49 (да), 56 (да), 57 (да), 69 (да), 70 (да), 71 (да), 78 (да), 84 (да), 89 (да), 94 (да).¶

7. Шкала склонности к деликвентному поведению: 18 (да), 26 (да), 31 (да), 34 (да), 35 (да), 42 (да), 43 (да), 44 (да), 48 (да), 52 (да), 55 (нет), 61 (нет), 62 (да), 63 (да), 64 (да), 67 (да), 74 (да), 86 (нет), 91 (да), 94 (да).¶

#### **Женский вариант**¶

1. Шкала установки на социально-желательные ответы: 2 (нет), 4 (нет), 8 (нет), 13 (да), 21 (нет), 30 (да), 32 (да), 33 (нет), 38 (нет), 54 (нет), 79 (нет), 83 (нет), 87 (нет).¶

2. Шкала склонности к преодолению норм и правил: 1 (да), 10 (нет), 11 (да), 22 (да), 34 (да), 41 (да), 44 (да), 50 (да), 53 (да), 55 (да), 59 (да), 61 (да), 80 (да), 86 (нет), 91 (да), 93 (нет).¶

3. Шкала склонности к аддиктивному поведению: 14 (да), 18 (да), 22 (да), 26 (да), 27 (да), 31 (да), 34 (да), 35 (да), 43 (да), 59 (да), 60 (да), 62 (да), 63 (да), 64 (да), 67 (да), 74 (да), 81 (да), 91 (да), 95 (нет).¶

4. Шкала склонности к самоповреждающему и саморазрушающему поведению: 3 (да), 6 (да), 9 (да), 12 (да), 24 (нет), 27 (да), 28 (да), 39 (да), 51 (да), 52 (да), 58 (да), 68 (да), 73 (да), 75 (да), 76 (да), 90 (да), 91 (да), 92 (да), 96 (да), 98 (да), 99 (да).¶

5. Шкала склонности к агрессии и насилию: 3 (да), 5 (да), 15 (нет), 16 (да), 17 (да), 25 (да), 40 (нет), 42 (да), 45 (да), 48 (да), 49 (да), 51 (да), 65 (да), 66 (да), 71 (да), 77 (да), 82 (да), 85 (да), 89 (да), 94 (да), 101 (да), 102 (да), 103 (да), 104 (да).¶

6. Шкала волевого контроля эмоциональных реакций: 7 (да), 19 (да), 20 (да), 29 (нет), 36 (да), 49 (да), 56 (да), 57 (да), 69 (да), 70 (да), 71 (да), 78 (да), 84 (да), 89 (да), 94 (да).¶

7. Шкала склонности к деликвентному поведению: 1 (да), 3 (да), 7 (да), 11 (да), 25 (да), 28 (да), 31 (да), 35 (да), 43 (да), 48 (да), 53 (да), 58 (да), 61 (да), 63 (да), 64 (да), 66 (да), 79 (да), 93 (нет), 98 (да), 99 (да), 102 (да).¶

8. Шкала принятия женской социальной роли: 3 (нет), 5 (нет), 9 (нет), 16 (нет), 18 (нет), 25 (нет), 41 (нет), 45 (нет), 51 (нет), 58 (нет), 61 (нет), 68 (нет), 73 (нет), 85 (нет), 93 (да), 95 (да), 96 (нет), 105 (да), 106 (нет), 107 (да).¶

#### **Обработка результатов теста¶**

##### **Первый вариант обработки результатов теста¶**

**Внимание:** со вторым вариантом обработки результатов существуют некоторые неточности, поэтому рекомендуем использовать именно этот вариант.¶

Каждому ответу в соответствии с ключом присваивается 1 балл. Далее по каждой шкале подсчитывается суммарный балл, который сравнивается с тестовыми нормами. При отклонении индивидуальных результатов исследуемого от среднего суммарного бала по шкале больше чем на 1S, измеряемую психологическую характеристику можно считать *выраженной*. Если индивидуальный суммарный балл исследуемого меньше среднего на 1S,

то измеряемое свойство оценивается как *мало выраженное*. Кроме того, если известна принадлежность исследуемого к "делинквентной" популяции, то его индивидуальные результаты целесообразно сравнивать с тестовыми нормами, которые рассчитаны для "делинквентной" подвыборки.

#### Тестовые нормы методики СОП

| Шкалы | "Нормальная" выборка |      | "Делинквентная" выборка |      |
|-------|----------------------|------|-------------------------|------|
|       | М                    | С    | М                       | С    |
| 1     | 2,27                 | 2,06 | 2,49                    | 2,13 |
| 2     | 7,73                 | 2,88 | 10,27                   | 2,42 |
| 3     | 9,23                 | 4,59 | 15,97                   | 3,04 |
| 4     | 10,36                | 3,41 | 10,98                   | 2,76 |
| 5     | 12,47                | 4,23 | 14,64                   | 3,94 |
| 6     | 8,04                 | 3,29 | 9,37                    | 3,01 |
| 7     | 7,17                 | 4,05 | 14,38                   | 3,22 |

#### Второй вариант обработки результатов теста

Каждому ответу при соответствии с ключом присваивается один балл. Затем по каждой шкале подсчитывается первичный суммарный балл, который затем при необходимости подвергается коррекции в связи с действием фактора специальной желательности в соответствии с процедурой, описанной выше. Затем производится перевод «сырых» баллов в стандартные Т-баллы. В том случае, если у пользователя имеются набранные им специализированные тестовые нормы, то перевод в стандартные Т-баллы производится по формуле:

$$T=10 * (X_i - M) / (S + 50), \text{ где}$$

- $X_i$  – первичный («сырой») балл по шкале;

- М – среднее значение первичного суммарного балла по шкале в выборке стандартизации;

- S – стандартное отклонение значений первичных баллов в выборке стандартизации.

**Варианты коэффициентов коррекции в зависимости от значений «сырого» балла по шкале № 1**

**Мужской вариант методики**

В случае, если первичный балл по шкале № 1 меньше или равен 6 баллам для «обычных» испытуемых, то коэффициент коррекции составляет:

- Для шкалы № 2 = 0,3
- Для шкалы № 3 = 0,3
- Для шкалы № 4 = 0,2
- Для шкалы № 5 = 0,2
- Для шкалы № 6 = 0,3
- Для шкалы № 7 = 0,2

В случае, если первичный балл по шкале № 1 меньше или равен 6 баллам для “деликвентных” испытуемых, то коэффициент коррекции составляет:

- Для шкалы № 2 = 0,3
- Для шкалы № 3 = 0,5
- Для шкалы № 4 = 0,3
- Для шкалы № 5 = 0,2
- Для шкалы № 6 = 0,3
- Для шкалы № 7 = 0,5

В случае, если первичный балл по шкале № 1 больше 6 баллов как для “обычных”, так и для “деликвентных” испытуемых, то коэффициент коррекции составляет:

- Для шкалы № 2 = 0,7
- Для шкалы № 3 = 0,6
- Для шкалы № 4 = 0,4

- Для шкалы № 5 = 0,5¶
- Для шкалы № 6 = 0,3¶
- Для шкалы № 7 = 0,5¶

### **Женский вариант методики¶**

В случае, если испытуемые относятся к подвыборке «обычных» испытуемых, то коэффициент коррекции составляет¶

- Для шкалы № 2 = 0,4¶
- Для шкалы № 3 = 0,4¶
- Для шкалы № 4 = 0,2¶
- Для шкалы № 5 = 0,3¶
- Для шкалы № 6 = 0,5¶
- Для шкалы № 7 = 0,4¶

В случае, если испытуемые заведомо относятся к подвыборке «деликвентных» испытуемых, то коэффициент коррекции составляет:¶

- Для шкалы № 2 = 0,4¶
- Для шкалы № 3 = 0,4¶
- Для шкалы № 4 = 0,3¶
- Для шкалы № 5 = 0,4¶
- Для шкалы № 6 = 0,5¶
- Для шкалы № 7 = 0,5¶

### **Таблица норм при переводе «сырых» баллов в Т-баллы¶**

| “Сырой” балл | Т-баллы |   |   |   |   |   |   |
|--------------|---------|---|---|---|---|---|---|
|              | Шкалы   |   |   |   |   |   |   |
|              |         |   |   |   |   |   |   |
| 0            | 5       |   | 6 |   |   |   | 0 |
| 1            | 4       | 7 | 8 | 4 | 4 | 6 | 2 |

|           |          |          |          |          |          |          |          |
|-----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|
| <b>2</b>  | <b>0</b> | <b>1</b> | <b>0</b> | <b>6</b> | <b>7</b> | <b>0</b> | <b>4</b> |
| <b>3</b>  | <b>5</b> | <b>4</b> | <b>3</b> | <b>9</b> | <b>9</b> | <b>3</b> | <b>7</b> |
| <b>4</b>  | <b>8</b> | <b>7</b> | <b>5</b> | <b>2</b> | <b>1</b> | <b>7</b> | <b>9</b> |
| <b>5</b>  | <b>2</b> | <b>0</b> | <b>7</b> | <b>5</b> | <b>4</b> | <b>0</b> | <b>1</b> |
| <b>6</b>  | <b>5</b> | <b>3</b> | <b>9</b> | <b>7</b> | <b>6</b> | <b>4</b> | <b>3</b> |
| <b>7</b>  | <b>7</b> | <b>6</b> | <b>2</b> | <b>0</b> | <b>9</b> | <b>8</b> | <b>6</b> |
| <b>8</b>  | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>4</b> | <b>3</b> | <b>1</b> | <b>1</b> | <b>8</b> |
| <b>9</b>  | <b>4</b> | <b>3</b> | <b>6</b> | <b>5</b> | <b>3</b> | <b>5</b> | <b>0</b> |
| <b>10</b> | <b>5</b> | <b>6</b> | <b>8</b> | <b>8</b> | <b>6</b> | <b>8</b> | <b>3</b> |
| <b>11</b> | <b>9</b> | <b>9</b> | <b>0</b> | <b>1</b> | <b>8</b> | <b>2</b> | <b>5</b> |
| <b>12</b> |          | <b>3</b> | <b>3</b> | <b>4</b> | <b>1</b> | <b>5</b> | <b>7</b> |
| <b>13</b> |          | <b>6</b> | <b>5</b> | <b>6</b> | <b>3</b> | <b>9</b> | <b>9</b> |
| <b>14</b> |          |          |          |          |          |          |          |

|           |  |          |          |          |          |          |          |
|-----------|--|----------|----------|----------|----------|----------|----------|
|           |  | <b>9</b> | <b>7</b> | <b>9</b> | <b>5</b> | <b>3</b> | <b>2</b> |
| <b>15</b> |  | <b>2</b> | <b>9</b> | <b>2</b> | <b>8</b> | <b>7</b> | <b>4</b> |
| <b>16</b> |  | <b>5</b> | <b>2</b> | <b>4</b> | <b>0</b> | <b>1</b> | <b>6</b> |
| <b>17</b> |  | <b>8</b> | <b>4</b> | <b>7</b> | <b>2</b> | <b>5</b> | <b>8</b> |
| <b>18</b> |  | <b>1</b> | <b>6</b> | <b>0</b> | <b>5</b> |          | <b>1</b> |
| <b>19</b> |  | <b>4</b> | <b>8</b> | <b>2</b> | <b>7</b> |          | <b>3</b> |
| <b>20</b> |  | <b>7</b> | <b>0</b> | <b>5</b> | <b>0</b> |          | <b>5</b> |
| <b>21</b> |  | <b>0</b> | <b>2</b> | <b>8</b> | <b>2</b> |          | <b>7</b> |
| <b>22</b> |  |          | <b>4</b> | <b>1</b> | <b>4</b> |          | <b>9</b> |
| <b>23</b> |  |          | <b>6</b> | <b>4</b> | <b>7</b> |          | <b>1</b> |
| <b>24</b> |  |          | <b>8</b> | <b>7</b> | <b>9</b> |          | <b>3</b> |
| <b>25</b> |  |          | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>1</b> |          | <b>5</b> |
| <b>26</b> |  |          | <b>2</b> |          | <b>3</b> |          | <b>7</b> |

|    |  |  |   |  |   |  |  |
|----|--|--|---|--|---|--|--|
| 27 |  |  | 4 |  | 5 |  |  |
| 28 |  |  |   |  | 7 |  |  |
| 29 |  |  |   |  | 9 |  |  |

### Описание шкал и их интерпретация¶

#### 1. Шкала установки на социальную желательность (служебная шкала)¶

Данная шкала предназначена для измерения готовности испытуемого представлять себя в наиболее благоприятном свете с точки зрения социальной желательности.¶

Показатели от 50 до 60 T-баллов свидетельствует об умеренной тенденции давать при заполнении опросника социально-желательные ответы. Показатели выше 60 баллов свидетельствуют о тенденции испытуемого демонстрировать строгое соблюдение даже малозначительных социальных норм, умышленном стремлении показать себя в лучшем свете, о настороженности по отношению к ситуации обследования.¶

Результаты, находящиеся в диапазоне 70-89 баллов говорят о высокой настороженности испытуемого по отношению к психодиагностической ситуации и о сомнительной достоверности результатов по основным шкалам. О восприятии ситуации как экспертной одновременно с умеренно высокими показателями по шкале № 1 также свидетельствует их резкое понижение по основным диагностическим шкалам и повышение по шкале женской социальной роли.¶

Для мужской популяции превышение суммарного первичного балла по шкале социальной желательности значения 11 первичных баллов свидетельствуют о недостоверности результатов по основным шкалам.¶

Показатели ниже 50 T-баллов говорят о том, что испытуемый не склонен скрывать собственные нормы и ценности, корректировать свои ответы в направлении социальной желательности.¶

Отмечено также, что младшие подростки (14 лет и младше) не способны длительное время следовать установке на социально-желательные ответы.¶

Одновременно высокие показатели по служебной шкале и по основным шкалам (кроме шкалы 8 ) свидетельствуют либо о сомнительной достоверности результатов, либо о диссоциации в сознании испытуемого известных ему и реальных норм поведения.¶

## 2. Шкала склонности к преодолению норм и правил¶

Данная шкала предназначена для измерения предрасположенности испытуемого к преодолению каких-либо норм и правил, склонности к отрицанию общепринятых норм и ценностей, образцов поведения.¶

Результаты, лежащие в диапазоне 50-60 T-баллов, свидетельствуют о выраженности вышеуказанных тенденций, о нонконформистских установках испытуемого, о его склонности противопоставлять собственные нормы и ценности групповым, о тенденции «нарушать спокойствие», искать трудности, которые можно было бы преодолеть.¶

Показатели, находящиеся в диапазоне 60-70 T-баллов, свидетельствуют о чрезвычайной выраженности нонконформистских тенденций, проявлении негативизма и заставляют сомневаться в достоверности результатов тестирования по данной шкале.¶

Результаты ниже 50 T-баллов по данной шкале свидетельствуют о конформных установках испытуемого, склонности следовать стереотипам и общепринятым нормам поведения. В некоторых случаях при условии сочетания с достаточно высоким интеллектуальным уровнем испытуемого и тенденции скрывать свои реальные нормы и ценности такие оценки могут отражать фальсификацию результатов.¶

## 3. Шкала склонности к аддиктивному поведению¶

Данная шкала предназначена для измерения готовности реализовать аддиктивное поведение.¶

Результаты в диапазоне 50-70 Т-баллов по данной шкале свидетельствуют о предрасположенности испытуемого к уходу от реальности посредством изменения своего психического состояния, о склонностях к иллюзорно-компенсаторному способу решения личностных проблем. Кроме того, эти результаты свидетельствуют об ориентации на чувственную сторону жизни, о наличии «сенсорной жажды», о гедонистически ориентированных нормах и ценностях.¶

Показатели выше 70 Т-баллов свидетельствует о сомнительности результатов либо о наличии выраженной психологической потребности в аддиктивных состояниях, что необходимо выяснять, используя дополнительные психодиагностические средства.¶

Показатели ниже 50 Т-баллов свидетельствуют либо о невыраженности вышеперечисленных тенденций, либо о хорошем социальном контроле поведенческих реакций.¶

4. Шкала склонности к самоповреждающему и саморазрушающему поведению¶

Данная шкала предназначена для измерения готовности реализовать различные формы аутоагрессивного поведения. Объект измерения очевидно частично пересекается с психологическими свойствами, измеряемыми шкалой № 3.¶

Результаты, находящиеся в диапазоне 50-70 Т-баллов по шкале №4 свидетельствуют о низкой ценности собственной жизни, склонности к риску, выраженной потребности в острых ощущениях, о садо-мазохистских тенденциях.¶

Результаты выше 70 Т-баллов свидетельствуют о сомнительной достоверности результатов.¶

Показатели ниже 50 Т-баллов по данной шкале свидетельствуют об отсутствии готовности к реализации саморазрушающего поведения, об

отсутствии тенденции к соматизации тревоги, отсутствии склонности к реализации комплексов вины в поведенческих реакциях.¶

#### 5. Шкала склонности к агрессии и насилию¶

Данная шкала предназначена для измерения готовности испытуемого к реализации агрессивных тенденций в поведении.¶

Показатели, лежащие в диапазоне 50-60 Т-баллов, свидетельствуют о наличии агрессивных тенденций у испытуемого. Показатели, находящиеся в диапазоне 60-70 Т-баллов, свидетельствуют об агрессивной направленности личности во взаимоотношениях с другими людьми, о склонности решать проблемы посредством насилия, о тенденции использовать унижение партнера по общению как средство стабилизации самооценки, о наличии садистических тенденций.¶

Показатели выше 70 Т-баллов говорят о сомнительной достоверности результатов.¶

Показатели, лежащие ниже 50 Т-баллов, свидетельствуют о невыраженности агрессивных тенденций, о неприемлемости насилия как средства решения проблем, о нетипичности агрессии как способа выхода из фрустрирующей ситуации. Низкие показатели по данной шкале в сочетании с высокими показателями по шкале социальной желательности свидетельствуют о высоком уровне социального контроля поведенческих реакций.¶

#### 6. Шкала волевого контроля эмоциональных реакций¶

Данная шкала предназначена для измерения склонности испытуемого контролировать поведенческие проявления эмоциональных реакций (Внимание! Эта шкала имеет обратный характер).¶

Показатели, лежащие в пределах 60-70 Т-баллов, свидетельствует о слабости волевого контроля эмоциональной сферы, о нежелании или неспособности контролировать поведенческие проявления эмоциональных реакций. Кроме того, это свидетельствует о склонности реализовывать негативные эмоции непосредственно в поведении, без задержки, о

несформированности волевого контроля своих потребностей и чувственных влечений.¶

Показатели ниже 50 Т-баллов по данной шкале свидетельствуют о невыраженности этих тенденций, о жестком самоконтроле любых поведенческих эмоциональных реакций, чувственных влечений.¶

#### 7. Шкала склонности к деликвентному поведению¶

Название шкалы носит условный характер, так как шкала сформирована из утверждений, дифференцирующих «обычных» подростков и лиц с зафиксированными правонарушениями, вступавших в конфликт с общепринятым образом жизни и правовыми нормами.¶

На наш взгляд, данная шкала измеряет готовность (предрасположенность) подростков к реализации деликвентного поведения. Выражаясь метафорически, шкалы выявляет «деликвентный потенциал», который лишь при определенных обстоятельствах может реализоваться в жизни подростка.¶

Результаты, находящиеся в диапазоне 50-60 Т-баллов, свидетельствуют о наличии деликвентных тенденций у испытуемого и о низком уровне социального контроля.¶

Результаты выше 60 Т-баллов свидетельствуют о высокой готовности к реализации деликвентного поведения.¶

Результаты ниже 50 Т-баллов говорят о невыраженности указанных тенденций, что в сочетании с высокими показателями по шкале социальной желательности может свидетельствовать о высоком уровне социального контроля.¶

Необходимо также учитывать, что содержание и структура деликвентного поведения у юношей и девушек существенно отличаются и соответственно различаются пункты, входящие в шкалу деликвентности для женского и мужского видов методики[32].¶

## **теста СДП (склонность к девиантному поведению)**

### **Назначение метода**

Методика диагностики девиантного поведения несовершеннолетних (тест СДП – склонности к девиантному поведению) разработана коллективом авторов (Э.В. Леус, САФУ им. М.В. Ломоносова; А.Г. Соловьев, СГМУ, г. Архангельск) и прошла процедуру адаптации и стандартизации.

Методика предназначена для измерения для оценки степени выраженности дезадаптации у подростков с разными видами девиантного поведения. Определяют показатели выраженности зависимого поведения (ЗП), самоповреждающего поведения (СП), агрессивного поведения (АП), делинквентного поведения (ДП), социально обусловленного поведения (СОП) по содержанию вопросов, каждый из которых оценивают в баллах по шкале опросника. В зависимости от набранной по шкале суммы баллов оценивают степень выраженности конкретных видов девиантного поведения: отсутствие признаков социально-психологической дезадаптации, легкая степень социально-психологической дезадаптации, высокая степень социально-психологической дезадаптации. Способ позволяет получить максимально полную информацию о наличии разного рода поведенческих девиаций у подростков при проведении мониторинговых исследований.

### **Теоретико-методологическое обоснование**

Социально-психологическая дезадаптация предполагает нарушение способности индивида приспосабливаться к воздействиям социума и адаптироваться в нем неприятие им условий среды и жизнедеятельности. Проблема социальной дезадаптированности подростков является актуальной, так как деструктивные процессы, затронувшие различные общественные сферы, повлекли за собой рост наркомании и преступности не только среди взрослого населения, но и среди молодежи.

Девиантное поведение – это поступок, действие человека или группы лиц, не соответствующие официально установленным или же фактически сложившимся в данном обществе, культуре, субкультуре, группе нормам и

ожиданиям. В современной науке известны различные отраслевые подходы к классификации девиантного поведения: клинический (медицинская классификация поведенческих расстройств), социально-правовой (девиации поведения и девиантное поведение), педагогический (школьная и социальная дезадаптация), психологический. Проанализировав имеющиеся подходы, нами были выделены несколько ведущих типов аномального поведения личности, которым более всего подвержены несовершеннолетние: социально желаемое поведение, делинквентное поведение, аддиктивное поведение, агрессивное поведение, аутоагрессивное поведение. Таким образом, важным является раннее выявление подростков группы риска, склонных к проявлениям девиантного поведения, а также выявление их агрессивной, аутоагрессивной и криминальной направленности.

Предлагаемая методика диагностики склонности к девиантному поведению (СДП) является стандартизированным тест-опросником, предназначенным для измерения готовности (склонности) подростков к реализации различных форм отклоняющегося поведения. При разработке способа учитывались наиболее распространенные виды поведенческих девиаций, такие как зависимое, суицидальное, агрессивное, делинквентное поведение, определяющие не только поведение и образ жизни подростка, но и несущих серьезные последствия для состояния здоровья.

Данный способ оценки степени социально-психологической дезадаптации при девиантном поведении у подростков позволяет определить наличие и степень выраженности девиаций у подростков. Конструирование способа проводилось в соответствии с классической теорией создания тестов; для измерения использовалась метрическая интервальная шкала, а измеряемое психическое свойство считается линейным и одномерным.

Для проведения массовых обследований и мониторинга, по нашему мнению, в первую очередь необходимо значительно упростить процедуру сбора первичной информации, заменив беседы с окружением подростка доступным тестом, который он заполняет самостоятельно, отмечая

предпочтительные варианты ответа. Существуют различные подходы с попытками выявления девиантного поведения, например анкеты, карты наблюдений, планы, схемы для сбора первичного материала, которые предполагают беседу с родителями и ребенком, анализ личных дел, классных журналов и медицинских карт. Например, шкала социально-психологической адаптированности; Методика изучения личности дезадаптированного подростка и его ближайшего окружения; Определение склонности к девиантному поведению. Предложенная методика диагностики склонности к девиантному поведению для подростков содержит прямые и проективные вопросы, сгруппированные по следующим шкалам: социально одобряемое поведение (СОП), делинквентное (противоправное) (ДП), аддиктивное (зависимое) (ЗП), агрессивное (АП), самоповреждающее (аутоагрессивное) поведение (СП). Методика позволяет не только выявить склонность к девиантному поведению, но и дифференцировать его по основным видам проявления; заполняется за короткое время, что важно при работе с неусидчивыми, легковозбудимыми, трудными подростками. Простота обработки полученных результатов является достоинством метода при проведении массовых скрининговых обследований.

### **Описание шкал**

Разработанный способ представляет собой опросник (приложение 1), состоящий из 75 вопросов, разбитых на 5 блоков по 15 вопросов в каждом.

**В I блоке** (вопросы с 1 по 15) оценивается предрасположенность подростков на социально обусловленное поведение (шкала искренности ответов), как просоциальное, относительно-деструктивное, адаптированное к нормам ведущей, значимой или референтной группы, возможно имеющей антисоциальную или девиантную в разных вариантах направленность, при этом учитывается подверженность влиянию окружающих, действию социальных установок, мнению группы, степень ведомости в поступках.

Средние значения по шкале СОП соответствуют возрастной норме для подростков, для которых характерно общение, как ведущий вид деятельности

и основа психического и личностного развития; потребность в принадлежности к группе и ориентация на ее идеалы, стремление быть замеченным, принятым и понятым.

Низкие значения могут говорить о неадаптированности и даже изоляции подростка от групп сверстников, замкнутости, скрытности.

Высокие значения – показатель высокой адаптированности в группе, но одновременно и свидетельство тесного слияния со значимой группой, что может быть одним из проявлений зависимости от других людей или общения.

**Во II блоке** (вопросы с 16 по 30) – делинквентное (допротивоправное) поведение (ДП) - оценивается антисоциальное, противоречащее правовым нормам, угрожающее социальному порядку и благополучию окружающих людей поведение, включающее любые действия или бездействия, запрещенные законодательством.

К числу делинквентных относятся: 1) административные правонарушения - нарушение правил дорожного движения, мелкое хулиганство, сквернословие, нецензурная брань в общественных местах, оскорбительное приставание к гражданам, распитие спиртных напитков и появление в пьяном виде в общественных местах; 2) дисциплинарные проступки - это неисполнение или ненадлежащее исполнение своих непосредственных обязанностей, для подростков это прогулы без уважительных причин занятий, появление в учебном заведении или в общественных местах в состоянии алкогольного, наркотического или токсического опьянения, распитие спиртных напитков, употребление наркотических или токсических средств по месту учебы и в учебное время, нарушение правил безопасности; 3) преступления - общественно опасные деяния, предусмотренные уголовным законом и запрещены им под угрозой наказания – кражи, причинение вреда здоровью, угоны транспорта, вандализм, терроризм и другие поступки, за которые предусматриваются меры уголовной ответственности с 16 лет, а за некоторые преступления с 14 лет; совершение деяний, признаваемых преступлениями, лицами, не

достигшими уголовной ответственности, влечет применение мер воздействия, носящих воспитательный характер (помещение в специальное учебно-воспитательное учреждение и др.).

**В III блоке** оценивается зависимое (аддиктивное) поведение (ЗП) (вопросы с 31 по 45) - 1) злоупотребление различными веществами, изменяющими психическое состояние, включая алкоголь и курение табака, до того, как от них сформировалась зависимость; 2) одна из форм деструктивного поведения, которая выражается в стремлении к уходу от реальности путем изменения своего психического состояния посредством приема некоторых веществ или постоянной фиксации на определенных предметах или активных видах деятельности, что сопровождается развитием интенсивных эмоций; 3) не болезнь, а нарушение поведения.

Необходимо учитывать многообразие видов зависимостей: 1) традиционно трактуемые – химические – зависимость от психоактивных веществ; 2) промежуточные – аддикции к еде (голодание, переедание); 3) нехимические – патологическая склонность к азартным играм (гемблинг, лудомания), эротические (любовные аддикции и аддикции избегания, сексуальные), социально приемлемые (работоголизм, спортивная аддикция, компульсивный шопинг, зависимость от общения, религиозные аддикции), технологические – (интернет-зависимость, зависимость от социальных сетей, зависимость от мобильных телефонов и SMS, телевизионная аддикция), недифференцированные (зависимость от получения удовольствия, коллекционирование, фанатизм, духовный поиск).

**В IV блоке** оценивается агрессивное поведение (АП) (вопросы с 46 по 60) - вербальная и физическая агрессия, направленная на окружающих людей, враждебность, негативизм, дерзость и мстительность.

Агрессивный подросток противостоит родителям, свои авторитеты он ищет на стороне, что свойственно возрасту; он хочет, чтобы от него отстали, при этом агрессивность приобретает различные формы, которые в дальнейшем становятся чертами характера. Агрессивное поведение может

приобретать следующие формы: физическая, словесная, косвенная агрессия; раздражение, обидчивость, подозрительность, негативизм. Физическая и словесная агрессия имеют внешнее выражение, тогда как другие её формы имеют довольно скрытый характер: вандализм, наблюдения за издевательствами, порча имущества и одежды, раздражение и вечное недовольство, обида и чувство вины, чрезмерная подозрительность, нападки и критикой в адрес другого человека. Всякая форма агрессивного поведения направлена на упрямое отстаивание подростком своей самости. Так как базисными потребностями ребёнка является свобода и самоопределение, воспитатель, лишаящий ребёнка свободы действий, убивает естественные силы его развития.

**В V блоке** оценивается самоповреждающее (аутоагрессивное) поведение (СП) (вопросы с 61 по 75), стремление причинить себе боль и/или физический вред, как сознательный отказ человека от жизни, связанный с действиями, направленными на ее прекращение, или незавершенными попытками.

В силу возрастных особенностей – высокая эмоциональная восприимчивость и чувствительность, низкая устойчивость к стрессу, отсутствие сформированных моделей совладания с внешнеситуативными проблемами и внутренними переживаниями, потребность в тесных контактах со сверстниками, стремление к эмансипации от взрослых, переживание возрастного кризиса и другие – подростки составляют группу риска и требуют внимания к своим переживаниям. Специалисты, работающие с несовершеннолетними, должны иметь обширные знания по проблеме для осуществления превентивных мероприятий, знать научную трактовку понятий и их содержание, уметь говорить на сложную тему как с подростками, так и с их родителями (приложение 5).

**Самоповреждающее поведение (self-injury)** определяется как преднамеренное причинение вреда собственному телу в результате повреждения тканей организма; направлено на освобождение или

уменьшение невыносимых эмоций - человек надеется справиться с эмоциональной болью, или связано с ощущением невозможности действовать или чувствовать.

Самоповреждающее поведение не обязательно ведет к суицидальным попыткам.

**Признаки** самоповреждающего поведения:

- умышленное желание нанести себе физический вред, преднамеренность, повторяемость;
- невозможность противостоять импульсу повредить себя;
- повреждение, но не смерть, является желаемым конечным результатом, отсутствие суицидального намерения, социальная неприемлемость;
- чувство напряжения или тревоги, предшествующие акту, и чувства облегчения или беспокойства после акта самоповреждения.

Самоповреждающее поведение включает в себя:

- **психологический компонент** - психологическое неблагополучие индивидуума и его стремление это неблагополучие преодолеть; форма ответа «на беспокоящие психологические симптомы или события окружающего мира»;

- **физический компонент** - физическая травматизация; вред, причиняемый собственному телу, включая акты удаления, разрушения, обезображивания или повреждения части тела независимо от явных или скрытых намерений - повреждение тканей и органов тела; причинение вреда телу посредством нарушений пищевого поведения (анорексия и булимия), татуировок, пирсинга, ряда навязчивых действий (обкусывание ногтей и губ, выдергивание волос, щипание кожи), вывихов суставов пальцев, а также других форм несмертельного повреждения (кусание рук и других частей тела, царапанье кожи, расчесывание ран, язв, швов, родимых пятен, самопорезы, перфорация частей тела с помещением в отверстие инородных предметов, удары кулаком и головой о предметы и самоизбиение (чаще –

кулаком, проводом), уколы (булавками, гвоздями, проволокой, ручкой), самоожоги (чаще – сигаретой), неполное самоудушение злоупотребление алкоголем, лекарственными средствами и наркотиками (с отравлением и передозировкой без суицидального намерения), глотание коррозионных химикалий, батареек, булавок;

- **скрытые формы** - поведение, связанное с пренебрежением опасностью, повышенным риском, стремлением к возбуждающим переживаниям или с избеганием депрессии.

**\*Терминология:**

**Самоповреждение** - попытка самоисцеления, когда локальное саморазрушение, будучи формой частичного суицида, предотвращает тотальный суицид.

**Самоповреждающее поведение** - нарушение волевого контроля, определенный синдром, благодаря которому акты самоповреждения становятся повторяющимися ответами на беспокоящие психологические симптомы или события окружающего мира; это поведение, которое связано с нанесением человеком себе физических повреждений без суицидального намерения, которые видно дольше нескольких минут.

**Парасуицид** - поведение, имитирующее суицидальное, но без намерения убить себя.

**Самоубийство, суицид** - преднамеренное лишение себя жизни, как правило, самостоятельное и добровольное.

**Суицидальное поведение** - понятие более широкое и помимо суицида включает в себя:

- суицидальные покушения - все суицидальные акты, не завершившиеся летально по причине, не зависящей от суицидента (обрыв веревки, своевременно проведенные реанимационные мероприятия)

- суицидальные попытки - это демонстративно-установочные действия, при которых суицидент чаще всего знает о безопасности применяемого им при попытке акта

- суицидальные проявления - мысли, высказывания, намеки, не сопровождающиеся, какими-либо действиями, направленными на лишение себя жизни.

### **Структура теста, процедура проведения**

Решение данной задачи осуществляется ответами на вопросы теста. Испытуемому предлагается выразить свое отношение по каждому из указанных вопросов, которые даны в доступной форме и обращены лично, выбрав один из трех возможных предлагаемых вариантов ответов, который более всего свойственен на настоящее время, и отметить его в бланке. Экспериментаторам нельзя допускать пропуск вопросов, так как это не позволит получить достоверный результат (приложение 2).

При обработке бланков, каждый ответ оценивается в количестве от 2 до 0 баллов; «да» - 2 балла, «иногда» - 1 балл, «нет» - 0 баллов. Максимально по каждой шкале испытуемый может получить 30 баллов. Интерпретация полученных результатов основана на том, что более высокая суммарная оценка (в баллах) по шкале указывает на более высокую степень социально-психологической дезадаптации: значения от 21 до 30 баллов оцениваются как выраженная социально-психологическая дезадаптация, от 11 до 20 – легкая степень социально-психологической дезадаптации, от 0 до 10 – отсутствие признаков социально-психологической дезадаптации (приложение 3).

Разработанный способ оценки степени социально-психологической дезадаптации вследствие выраженности девиантного поведения у подростков позволяет не только объективизировать картину поведенческой дезадаптации, но и посмотреть, какие из видов поведения нарушены.

### **Апробация**

Апробация и стандартизация методики была проведена на выборке подростков разного возраста и пола, с разным жизненным опытом, разной степенью выраженности девиаций в поведении. В исследовании участвовали 1919 человек, как имеющих, так и не имеющих ранее зафиксированных видов изучаемого поведения, учащихся общеобразовательных учреждений г.

Архангельска и Архангельской области.

На основании результатов исследования выявлены идентичные тенденции распространенности разных форм поведенческих отклонений не зависимо от пола и возраста. Более всего представлена направленность на социально предпочитаемое поведение среди сверстников или значимых взрослых, родителей, что является проявлением возрастных особенностей. На втором месте находится аутоагрессивное поведение с причинением вреда самому себе, которое чаще проявляется в виде демонстративного суицида и угроз в адрес родителей. На третьем месте - делинквентное поведение - правонарушительные или противоправные действия, не несущие за собой уголовной ответственности. Далее следует проявление агрессивного поведения, либо скрываемая потребность в вербальных или физических действиях по отношению к окружающим для снятия физического и психического напряжения, как ответная реакция на жесткие действия сверстников или взрослых. Менее всего проявляется склонность к аддиктивному, зависимому поведению, использованию каких-то веществ или специфической активности с целью ухода от реальности и получения желаемых эмоций.

Полученные в процессе исследования данные позволили установить примерные средние значения по каждой шкале теста, с учетом дифференциации по возрасту (приложение 4).

Представленный тест СДП дает возможность не только объективизировать картину поведенческой дезадаптации, но и посмотреть, какие из видов поведения нарушены; определить степень различных форм девиантного поведения достаточно быстро и эффективно, что способствует раннему выявлению подростков группы риска, позволяет применять адекватные методы первичной профилактики и коррекционного воздействия, планировать работу с семьей.

### **Примеры конкретного выполнения способа**

**Пример 1.** Девочка, 12 лет. Причина обращения – повышенная нервозность, проблемы в отношениях с семьей. Ранее отклонения поведения и склонности к нарушениям не отмечены.

Проводится обследование с помощью бланка методики. Заполненный бланк обрабатывается, высчитываются показатели социально обусловленного поведения (СОП), делинквентного поведения (ДП), зависимого поведения (ЗП), агрессивного поведения (АП), самоповреждающего поведения (СП):

1. СОП=4,0
2. ДП=2,0
3. ЗП=3,0
4. АП=4,0
5. СП=14,0

Вывод: на первый взгляд у девочки отсутствуют нарушения социально-психологической адаптации, так как по всем шкалам низкие значения - она не склонна к нарушению правил, направленной на других людей агрессии, формированию зависимости, однако по шкале «суицидальное поведение» получен повышенный результат, что, в сочетании с низким значением по шкале склонности к социально одобряемому поведению свидетельствует о закрытости, переживаниях во внутреннем плане, возможно ровный или сниженный фон эмоциональных реакций. Это является сигналом возможных мыслей о самоповреждениях из-за неумения справляться с внешними событиями или наличия чувства вины; при отсутствии внимания со стороны взрослых – суицидальные замыслы.

**Пример 2.** Мальчик, 14 лет, находится в Центре временного содержания несовершеннолетних правонарушителей. По свидетельству психолога, обнаруживает делинквентное поведение, аддиктивное (курение), агрессивное (драки со сверстниками).

Проводится обследование с помощью бланка методики. Заполненный бланк обрабатывается, высчитываются показатели социально

обусловленного поведения (СОП), делинквентного поведения (ДП), зависимого поведения (ЗП), агрессивного поведения (АП), самоповреждающего поведения (СП):

1. СОП=15,0

2. ДП=19,0

3. ЗП=22,0

4. АП=17,0

5. СП=22,0

Вывод: по всем шкалам получены повышенные и высокие значения - подросток имеет выраженную склонность к зависимому и суицидальному поведению и ситуативную – к делинквентному и агрессивному поведению, что, в первую очередь, подтверждается его социальным и криминальным анамнезом, а также свидетельствует об определенных особенностях характера – экстравертированность, высокая эмоциональность, потребность в контактах, вероятность демонстрации проявлений поведенческих девиаций. Все это требует целенаправленного воздействия со стороны специалистов по ресоциализации подростка и формированию социально одобряемых установок.

ТЕСТ СДП

Код .....

Возраст

Пол

Если ты согласен с утверждением – ДА, не согласен – НЕТ, если не уверен – ИНОГДА.

|   | ВОПРОС                                                                | А | И<br>НОГДА | ЕТ |
|---|-----------------------------------------------------------------------|---|------------|----|
|   | Я всегда сдерживаю свои обещания.                                     |   |            |    |
|   | У меня бывают мысли, которыми я не хотел бы делиться.                 |   |            |    |
|   | Разозлившись, я нередко выхожу из себя.                               |   |            |    |
|   | Бывает, что я сплетничаю.                                             |   |            |    |
|   | Бывает, что я говорю о вещах, в которых ничего не смыслю.             |   |            |    |
|   | Я всегда говорю только правду.                                        |   |            |    |
|   | Я люблю прихвастнуть.                                                 |   |            |    |
|   | Я никогда не опаздываю.                                               |   |            |    |
|   | Все свои привычки я считаю хорошими.                                  |   |            |    |
| 0 | Бывает, спорю и ссорюсь с родителями.                                 |   |            |    |
| 1 | Бывает, я перехожу улицу там, где мне удобно, а не там, где положено. |   |            |    |
| 2 | Я всегда покупаю билет в транспорте.                                  |   |            |    |
| 3 | Бывает, мне хочется выругаться грубыми нецензурными словами.          |   |            |    |
| 4 | Среди моих знакомых есть люди, которые мне не нравятся.               |   |            |    |
| 5 | Я никогда не нарушаю правил общественного поведения.                  |   |            |    |
| 6 | Я не хочу учиться и работать.                                         |   |            |    |
| 7 | Я могу уйти из дома жить в другое место.                              |   |            |    |
|   | Меня забирали в полицию за плохое поведение.                          |   |            |    |

|   |                                                                         |  |  |  |
|---|-------------------------------------------------------------------------|--|--|--|
| 8 |                                                                         |  |  |  |
| 9 | Я могу взять чужое, если мне надо или очень хочется.                    |  |  |  |
| 0 | Состою на учете в подразделении по делам несовершеннолетних.            |  |  |  |
| 1 | Меня часто обижают окружающие (обзывают, бьют, отбирают деньги и вещи). |  |  |  |
| 2 | У меня есть судимые родственники и/или знакомые.                        |  |  |  |
| 3 | У меня бывают сильные желания, которые обязательно надо исполнить.      |  |  |  |
| 4 | У меня бывает желание отомстить, восстановить справедливость.           |  |  |  |
| 5 | Я не верю окружающим.                                                   |  |  |  |
| 6 | Хочу быть великим и всемогущим.                                         |  |  |  |
| 7 | Я испытываю отчаяние, обиду, бессильный гнев.                           |  |  |  |
| 8 | Я завидую своим одноклассникам, другим людям, взрослым.                 |  |  |  |
| 9 | Если нельзя, но очень хочется – значит можно.                           |  |  |  |
| 0 | Сильным и богатым людям необязательно соблюдать все правила и законы.   |  |  |  |
| 1 | Я курю.                                                                 |  |  |  |
| 2 | Я употребляю пиво и/или другие спиртные напитки.                        |  |  |  |
| 3 | Я нюхал клей, растворители, пробовал наркотики, курительные смеси.      |  |  |  |
| 4 | Мои родители злоупотребляют спиртным.                                   |  |  |  |
|   | Мои друзья курят, употребляют спиртное.                                 |  |  |  |

|   |                                                                                     |  |  |  |
|---|-------------------------------------------------------------------------------------|--|--|--|
| 5 |                                                                                     |  |  |  |
| 6 | Люди пьют за компанию, для поддержания хорошего настроения                          |  |  |  |
| 7 | Пить и курить – это признаки взрослости.                                            |  |  |  |
| 8 | Я пью/курю из-за проблем в семье, школе, от одиночества.                            |  |  |  |
| 9 | Дети и взрослые пьют и курят, потому что это модно и доступно.                      |  |  |  |
| 0 | Дети пьют и курят из любопытства, по глупости.                                      |  |  |  |
| 1 | Удовольствие — это главное, к чему стоит стремиться в жизни.                        |  |  |  |
| 2 | Мне необходимы сильные переживания и чувства.                                       |  |  |  |
| 3 | Я хотел бы попробовать спиртное, сигареты, наркотики, если бы этого никто не узнал. |  |  |  |
| 4 | Вредное воздействие на человека алкоголя и табака сильно преувеличивают.            |  |  |  |
| 5 | Если в моей компании будет принято, то и я буду курить и пить пиво.                 |  |  |  |
| 6 | Я редко жалею животных, людей.                                                      |  |  |  |
| 7 | Я часто пререкаюсь или ругаюсь с учителями, одноклассниками.                        |  |  |  |
| 8 | Я часто ссорюсь с родителями.                                                       |  |  |  |
| 9 | Я не прощаю обиды.                                                                  |  |  |  |
| 0 | Если у меня плохое настроение, то я испорчу его еще кому-нибудь.                    |  |  |  |
| 1 | Люблю посплетничать.                                                                |  |  |  |
|   | Люблю, чтобы мне подчинялись.                                                       |  |  |  |

|   |                                                                                                    |  |  |  |
|---|----------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|--|
| 2 |                                                                                                    |  |  |  |
| 3 | Предпочитаю споры решать дракой, а не словами.                                                     |  |  |  |
| 4 | За компанию с друзьями могу что-нибудь сломать, приставать к посторонним.                          |  |  |  |
| 5 | Часто испытываю раздражение, отвращение, злость, ярость, бешенство.                                |  |  |  |
| 6 | У меня бывает желание что-то сломать, громко хлопнуть дверью, покричать, поругаться или подраться. |  |  |  |
| 7 | В порыве гнева я могу накричать или ударить кого-то.                                               |  |  |  |
| 8 | Я охотно бы участвовал в каких-нибудь боевых действиях.                                            |  |  |  |
| 9 | Могу нарочно испортить чужую вещь, если мне что-то не нравится.                                    |  |  |  |
| 0 | Я хочу быть взрослым и сильным.                                                                    |  |  |  |
| 1 | Я чувствую, что меня никто не понимает, мной никто не интересуется.                                |  |  |  |
| 2 | Я чувствую, что от меня ничего не зависит, безнадежность, беспомощность.                           |  |  |  |
| 3 | Я могу причинить себе боль.                                                                        |  |  |  |
| 4 | Я бы взялся за опасное для жизни дело, если бы за это хорошо заплатили.                            |  |  |  |
| 5 | Было бы лучше, если бы я умер.                                                                     |  |  |  |
| 6 | Я испытываю чувство вины перед окружающими, родителями.                                            |  |  |  |
| 7 | Я не люблю решать проблемы сам.                                                                    |  |  |  |
| 8 | У меня есть желания, которые никак не могут исполниться.                                           |  |  |  |
|   | Я не очень хороший человек.                                                                        |  |  |  |

|   |                                                                  |  |  |  |
|---|------------------------------------------------------------------|--|--|--|
| 9 |                                                                  |  |  |  |
| 0 | Я не всегда понимаю, что можно делать, а что нельзя.             |  |  |  |
| 1 | Я часто не могу решиться на какой-либо поступок.                 |  |  |  |
| 2 | Когда я стою на мосту, то меня иногда так и тянет прыгнуть вниз. |  |  |  |
| 3 | Я нуждаюсь в теплых, доверительных отношениях.                   |  |  |  |
| 4 | Терпеть боль назло мне бывает даже приятно.                      |  |  |  |
| 5 | Я испытываю потребность в острых ощущениях.                      |  |  |  |

## Приложение 2

### Инструктаж перед тестированием (читает ответственный за проведение тестирования, специалист, проводящий диагностику)

Вам предлагается ряд вопросов, которые помогут определить некоторые свойства Вашей личности. Здесь не может быть ответов «правильных» и «ошибочных». Мы ждем Ваш ответ, основанный на Вашем мнении. Отвечая на каждый вопрос, выберите ответ, который в наибольшей степени соответствует Вашему мнению о себе, и поставьте отметку напротив в виде любого значка (х, v, + и или другая отметка).

Отвечая, помните:

1. Не нужно тратить много времени на обдумывание. Давайте тот ответ, который первым придет к Вам в голову. Отвечать нужно как можно точнее, но не очень медленно.
2. Старайтесь не увлекаться неопределенными ответами слишком часто.
3. Обязательно отвечайте на все вопросы подряд, ничего не пропуская. Возможно, некоторые вопросы покажутся Вам не очень точно сформулированными, но и тогда постарайтесь найти наиболее точный ответ. Некоторые вопросы могут показаться Вам личными, но Вы можете быть уверены в том, что ответы не будут

разглашены.

4. Не старайтесь произвести хорошее впечатление своими ответами, они должны соответствовать действительности.

Благодарим Вас за сотрудничество!

### Приложение 3

|                                                           |      |   |                                                                                                 |
|-----------------------------------------------------------|------|---|-------------------------------------------------------------------------------------------------|
| I шкала<br>социально<br>обусловленное поведение<br>(СОП)  | -10  | 0 | отсутствие ориентации на социально обусловленное поведение, преобладает индивидуализация        |
|                                                           | 1-20 | 1 | обнаружена ориентация на социально обусловленное поведение – подростковая реакция группирования |
|                                                           | 1-30 | 2 | сформированная модель социально обусловленного поведения                                        |
| II шкала<br>делинквентное<br>поведение<br>(ДП)            | -10  | 0 | отсутствие признаков делинквентного поведения                                                   |
|                                                           | 1-20 | 1 | обнаружена ситуативная предрасположенность к делинквентному поведению                           |
|                                                           | 1-30 | 2 | сформированная модель делинквентного поведения                                                  |
| III шкала<br>зависимое<br>(аддиктивное) поведение<br>(ЗП) | -10  | 0 | отсутствие признаков зависимого поведения                                                       |
|                                                           | 1-20 | 1 | обнаружена ситуативная предрасположенность к зависимому поведению                               |
|                                                           | 1-30 | 2 | сформированная модель зависимого поведения                                                      |
| IV шкала<br>агрессивное<br>поведение<br>(АП)              | -10  | 0 | отсутствие признаков агрессивного поведения                                                     |
|                                                           | 1-20 | 1 | обнаружена ситуативная предрасположенность к агрессивному поведению                             |
|                                                           | 1-30 | 2 | сформированная модель агрессивное поведения                                                     |
| V шкала                                                   |      | 0 | отсутствие признаков аутоагрессивного                                                           |

|                                                     |      |                                                                                 |
|-----------------------------------------------------|------|---------------------------------------------------------------------------------|
| суицидальное<br>(аутоагрессивное) поведение<br>(СП) | -10  | поведения                                                                       |
|                                                     | 1-20 | 1 обнаружена ситуативная<br>предрасположенность к аутоагрессивному<br>поведению |
|                                                     | 1-30 | 2 сформированная модель аутоагрессивное<br>поведения                            |

#### Приложение 4

Среднегрупповые показатели склонности подростков к отклоняющемуся  
поведению ( $M \pm m$ ),  
в баллах

| Показатели<br>(в баллах)           | Младшие<br>подростки<br>(10-12 лет)<br>n=906 | Средние<br>подростки<br>(13-15 лет)<br>n=919 | Старшие<br>подростки<br>(от 16 лет)<br>n=87 |
|------------------------------------|----------------------------------------------|----------------------------------------------|---------------------------------------------|
| Социально<br>желаемое<br>поведение | 15,44±0,18                                   | 17,28±0,18                                   | 18,55±0,60                                  |
| Делинквент<br>ное поведение        | 7,63±0,21                                    | 8,95±0,21                                    | 9,25±0,63                                   |
| Аддиктивно<br>е поведение          | 5,90±0,19                                    | 8,19±0,20                                    | 9,37±0,61                                   |
| Агрессивное<br>поведение           | 6,82±0,25                                    | 9,20±0,21                                    | 9,98±0,96                                   |
| Суицидальн<br>ое поведение         | 10,09±0,27                                   | 10,87±0,23                                   | 11,44±0,80                                  |

[33].

**Аддиктивное поведение от цифровых средств, игр и прочих  
нехимических явлений жизни**

**1. Диагностика киберкоммуникативной зависимости**

**(Тончева А.В.)**

**Назначение.** Диагностика уровня киберкоммуникативной зависимости.

Оцениваемые качества. Киберкоммуникативная зависимость.

**Возрастная категория.** 10+.

**Инструкция.** Пожалуйста, ответьте на вопросы теста. Выберите наиболее подходящий для Вас вариант ответа на каждый вопрос. Постарайтесь отвечать честно.

**Материал опросника.**

1. Как часто Вы находитесь в непрерывном режиме «онлайн» более 2-х часов в сутки?
2. Как часто Вы испытываете непреодолимое желание использовать социальную сеть?
3. Как часто Вы проводите время, думая о социальной сети и составляя план действий в ней?
4. Как часто Вы используете социальную сеть, чтобы уйти от личных проблем?
5. Как часто Вы обновляете страницу?
6. Как часто Вы ощущаете раздражительность и беспокойство при отсутствии возможности посетить «страницу» в социальной сети?
7. Как часто Вы испытываете потребность следить за обновлением событий на странице вне зависимости от места нахождения?
8. Как часто Вы добавляете незнакомых людей в список «друзей?»
9. Как часто Вы кричите, ругаетесь, или иным образом выражаете досаду, когда кто-то пытается отвлечь Вас от пребывания в социальной сети?

10. Как часто, не находясь за компьютером, Вы используете такие выражения, как «спс» или «пжл»?

11. Как часто Вы испытываете потребность добавлять фотографии в альбом социальных сетей?

12. Как часто Вы проверяете свой телефон на предмет обновления в социальной сети?

13. Как часто Вы все новости узнаете из социальных сетей?

14. Как часто Вы можете проспать на учебу после ночи, проведенной в социальной сети?

15. Как часто посещение социальных сетей улучшает Ваше настроение?

16. Как часто в компании с друзьями Вы обсуждаете новости социальных сетей?

17. Как часто Вы пытаетесь безуспешно сократить время проведения в социальной сети?

18. Как часто Вы меняете социальный статус в сети?

19. Как часто Вы страдаете из-за того, что ваша любимая сеть не работает?

20. Как часто Вы изрекаете «Да! Точно!», кивая головой в знак согласия к очередному сообщению?

**Ключ к опроснику.** Ответы даются по пятибалльной шкале: всегда (5 баллов), очень часто (4 балла), часто (3 балла), иногда (2 балла), очень редко (1 балл). Максимальная сумма баллов – 100.

Интерпретация результатов опросника. 0–49 баллов – низкий уровень киберкоммуникативной зависимости; 50–79 – средний уровень киберкоммуникативной зависимости, социальные сети оказывают влияние на Вашу жизнь и являются причиной некоторых проблем;

80–100 баллов – высокий уровень киберкоммуникативной зависимости, использование социальных сетей вызывает значительные проблемы в Вашей жизни [34].

## **2. Способ скрининговой диагностики компьютерной зависимости Юрьевой и Ботьот**

Утверждения      Никогда      Редко      Часто      Очень часто

1. Как часто Вы ощущаете оживление, удовольствие, удовлетворение или облегчение, находясь за компьютером (в сети)?

2. Как часто Вы предвкушаете пребывание за компьютером (в сети), думая и размышляя о том, как окажетесь за компьютером, откроете определенный сайт, найдете определённую информацию, заведете новые знакомства?

3. Как часто Вам необходимо всё больше времени проводить за компьютером (в сети) или тратить все больше денег для того, чтобы получить те же ощущения?

4. Как часто Вам удаётся самостоятельно прекратить работу за компьютером (в сети)?

5. Как часто Вы чувствуете нервозность, снижение настроения, раздражительность или пустоту вне компьютера (вне сети)?

6. Как часто Вы ощущаете потребность вернуться за компьютер (в сеть) для улучшения настроения или ухода от жизненных проблем?

7. Как часто Вы пренебрегаете семейными, общественными обязанностями и учебой из-за частой работы за компьютером (пребывания в сети)?

8. Как часто Вам приходится лгать, скрывать от родителей или преподавателей количество времени, проводимого за компьютером (в сети)?

9. Как часто существует актуализация или угроза потери дружеских и/или семейных отношений, изменений финансовой стабильности, успехов в учёбе в связи с частой работой за компьютером (пребыванием в сети)?

10. Как часто Вы отмечаете физические симптомы, такие как: онемение и боли в кисти руки, боли в спине, сухость в глазах, головные боли; пренебрежение личной гигиеной, употребление пищи около компьютера?

11. Как часто Вы отмечаете нарушения сна или изменения режима сна в связи с частой работой за компьютером (в сети)?

### **Интерпретация**

Все утверждения учитываются в прямых значениях. Высчитывается сумма пунктов по всем показателям.

- Если сумма баллов меньше 16, то риск развития интернет-зависимости равен 0.
- От 16 до 22 баллов - стадия увлечения, «прилипания» к зависимости, так называемого аттачмента. Реабилитационные мероприятия дадут наибольший эффект.
- От 23 до 37 баллов - первая стадия зависимости. Необходимо проведения реабилитационных мероприятий.
- 38 и более баллов - вторая стадия зависимости. Необходимо проведение лечебных мероприятий [21].

## **3. Тест Кимберли-Янг на интернет-зависимость**

### **Описание методики**

Тест Кимберли-Янг на интернет-зависимость (в оригинале "Internet Addiction Test" - тест на интернет-аддикцию) - тестовая методика, разработанная и апробированная в 1994 году д-ром Кимберли Янг (Kimberley S. Young), профессором психологии Питсбургского университета в Брэтфорде. Тест представляет собой инструмент самодиагностики патологического пристрастия к интернету (вне зависимости от формы этого пристрастия), хотя сама диагностическая категория интернет-аддикции до сих пор окончательно не определена.

|                                                                                                               | Н<br>икогда | едко | Рег<br>улярно | асто | Пос<br>тоянно |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|------|---------------|------|---------------|
| 1. Замечаете, что проводите в онлайн больше времени, чем намеревались?                                        |             |      |               |      |               |
| 2. Пренебрегаете домашними делами, чтобы подольше побродить в сети?                                           |             |      |               |      |               |
| 3. Предпочитаете пребывание в сети интимному общению с партнером?                                             |             |      |               |      |               |
| 4. Заводите знакомства с пользователями интернета, находясь в онлайн?                                         |             |      |               |      |               |
| 5. Раздражаетесь из-за того, что окружающие интересуются количеством времени, проводимым вами в сети?         |             |      |               |      |               |
| 6. Отмечаете, что перестали делать успехи в учебе или работе, так как слишком много времени проводите в сети? |             |      |               |      |               |
| 7. Проверяете электронную почту раньше, чем сделаете что-то другое, более необходимое?                        |             |      |               |      |               |
| 8. Отмечаете, что снижается производительность труда из-за                                                    |             |      |               |      |               |

|                                                                                                                        |  |  |  |  |  |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|--|--|--|
| увлечения интернетом?                                                                                                  |  |  |  |  |  |
| 9. Занимаете оборонительную позицию и скрываете, когда вас спрашивают, чем вы занимаетесь в сети?                      |  |  |  |  |  |
| 10. Блокируете беспокоящие мысли о вашей реальной жизни мыслями об интернете?                                          |  |  |  |  |  |
| 11. Обнаруживаете себя предвкушающим очередной выход в Сеть?                                                           |  |  |  |  |  |
| 12. Ощущаете, что жизнь без интернета скучна, пуста и безрадостна?                                                     |  |  |  |  |  |
| 13. Ругаетесь, кричите или иным образом выражаете свою досаду, когда кто-то пытается отвлечь вас от пребывания в сети? |  |  |  |  |  |
| 14. Пренебрегаете сном, засиживаясь в интернете допоздна?                                                              |  |  |  |  |  |
| 15. Предвкушаете, чем займетесь в интернете, находясь в офлайне?                                                       |  |  |  |  |  |
| 16. Говорите себе: "Еще минутку", сидя в сети?                                                                         |  |  |  |  |  |
| 17. Терпите поражение в                                                                                                |  |  |  |  |  |

|                                                                                                                                                         |  |  |  |  |  |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|--|--|--|
| попытках сократить время, проводимое в онлайн?                                                                                                          |  |  |  |  |  |
| 18. Пытаетесь скрыть количество времени, проводимое вами в сети?                                                                                        |  |  |  |  |  |
| 19. Вместо того, чтобы выбраться куда-либо с друзьями, выбираете интернет?                                                                              |  |  |  |  |  |
| 20. Испытываете депрессию, подавленность или нервозность, будучи вне сети и отмечаете, что это состояние проходит, как только вы оказываетесь в онлайн? |  |  |  |  |  |
| 21. Чувствуете ли Вы эйфорию, оживление, возбуждение, находясь за компьютером?                                                                          |  |  |  |  |  |
| 22. Требуется ли Вам проводить всё больше времени за компьютером, чтобы получить те же ощущения?                                                        |  |  |  |  |  |
| 23. Чувствуете ли вы пустоту, депрессию, раздражение, находясь не за компьютером?                                                                       |  |  |  |  |  |
| 24. Случалось ли Вам пренебрегать важными делами, в то время как Вы были заняты за компьютером, но не работой?                                          |  |  |  |  |  |

|                                                                                                                                                                    |  |  |  |  |  |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|--|--|--|
| 25. Проводите ли Вы в сети больше 3-х часов в день?                                                                                                                |  |  |  |  |  |
| 26. Если Вы в основном используете компьютер для работы, общаетесь ли в рабочее время в чатах или заходите на сайты, не связанные с работой, более 2-х раз в день? |  |  |  |  |  |
| 27. Качаете ли Вы файлы с сайтов с порнографическим содержанием?                                                                                                   |  |  |  |  |  |
| 28. Считаете ли Вы, что с человеком легче общаться «онлайн», нежели лично?                                                                                         |  |  |  |  |  |
| 29. Говорили ли Вам друзья или члены семьи, что Вы слишком много времени проводите «онлайн»?                                                                       |  |  |  |  |  |
| 30. Мешает ли Вашей деловой активности количество времени, проводимое в сети?                                                                                      |  |  |  |  |  |
| 31. Бывало ли такое, что Ваши попытки ограничить время, проводимое в сети, оказывались безуспешными?                                                               |  |  |  |  |  |
| 32. Бывает ли так, что Ваши пальцы устают от работы на клавиатуре или от щёлканья кнопкой мыши?                                                                    |  |  |  |  |  |

|                                                                                                                                    |  |  |  |  |  |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|--|--|--|
| 33. Случалось ли Вам лгать на вопрос о количестве времени, проводимом в сети?                                                      |  |  |  |  |  |
| 34. Был ли у Вас хоть раз «синдром карпального канала» (онемение и боли в кисти руки)?                                             |  |  |  |  |  |
| 35. Бывают ли у Вас боли в спине чаще 1-го раза в неделю?                                                                          |  |  |  |  |  |
| 36. Бывает ли у Вас ощущение сухости в глазах?                                                                                     |  |  |  |  |  |
| 37. Увеличивается ли время, проводимое Вами в сети?                                                                                |  |  |  |  |  |
| 38. Случалось ли Вам пренебречь приёмом пищи или есть прямо за компьютером, чтобы остаться в сети?                                 |  |  |  |  |  |
| 39. Случалось ли Вам пренебречь личной гигиеной, например, бритьём, причёсыванием и т.п., чтобы провести это время за компьютером? |  |  |  |  |  |
| 40. Появились ли у Вас нарушения сна и/или изменился ли режим сна с тех пор, как Вы стали использовать компьютер ежедневно?        |  |  |  |  |  |

### **Интерпретация**

- 20–49 баллов — обычный пользователь Интернета

- 50–79 баллов — есть некоторые проблемы, связанные с чрезмерным увлечением Интернетом
- 80–100 баллов — Интернет-зависимость [35].

#### 4. Шкала Чена

***Вы пользовались Интернетом в течение последних 6 месяцев?***

☐ ДА (Пожалуйста, продолжите заполнение пунктов теста Ч.П)

☐ НЕТ (Остановитесь на этом, пожалуйста)

**Инструкция:** Ниже приведен список вариантов занятий или описание ситуаций, связанных с Интернетом, с которыми могли бы согласиться люди, имеющие опыт пребывания в сети. Пожалуйста, прочитайте каждый из них внимательно, и отметьте галочкой тот ответ, который наиболее точно отражает характер Вашего пребывания в Интернете за последние 6 месяцев. Вам предлагаются 4 варианта ответа: от наименее, к наиболее подходящему. Пожалуйста, отметьте только один ответ для каждого пункта и не пропускайте ни одного пункта.

***1: совсем не подходит***

***2: слабо подходит***

***3: частично подходит***

***4: полностью подходит***

1. Мне не раз говорили, что я провожу слишком много времени в Интернете. ☐ ☐ ☐ ☐

2. Я чувствую себя некомфортно, когда я не бываю в Интернете в течение определенного периода времени. ☐ ☐ ☐

3. Я замечаю, что все больше и больше времени провожу в сети. ☐ ☐ ☐ ☐

4. Я чувствую, беспокойство и раздражение, когда Интернет отключен или недоступен. ☐ ☐ ☐ ☐

5. Я чувствую себя полным сил, пребывая онлайн, несмотря на чувствовавшуюся ранее усталость. ☐ ☐ ☐ ☐

6. Я остаюсь в сети в течение более длительного периода времени, чем намеревался, хотя я и планировал только «зайти на минутку». ☐ ☐ ☐ ☐

7. Хотя использование Интернета негативно влияет мои отношения с другими людьми, количество времени, потраченного на Интернет, остается неизменным. ☐ ☐ ☐

8. Несколько раз (>1) я спал менее четырех часов из-за того, что «завис» в Интернете. ☐ ☐ ☐ ☐

9. За последний семестр (или за последние 6 месяцев) я стал гораздо больше времени проводить в сети

10. Я переживаю или расстраиваюсь, если приходится прекратить пользоваться Интернетом на определенный период времени.

11. Мне не удастся преодолеть желание войти в сеть.

12. Я отмечаю, что я выхожу в Интернет вместо личной встречи с друзьями.

13. У меня болит спина или я испытываю другого рода физический дискомфорт после сидения в Интернете.

14. Мысль зайти в сеть приходит мне первой, когда я просыпаюсь утром. ☐

15. Пребывание в Интернете привело к возникновению у меня определенных неприятностей в школе или на работе.

16. Пребывая вне сети в течение определенного периода времени, я ощущаю, что упускаю что-то.

17. Мое общение с членами семьи сокращается из - за использования Интернета.

18. Я меньше отдыхаю из-за использования Интернета.

19. Даже отключившись от Интернета после выполненной работы, у меня не получается справиться с желанием войти в сеть снова.
20. Моя жизнь была бы безрадостной, если бы не было Интернета.
21. Пребывание в Интернете негативно повлияло на мое физическое самочувствие.
22. Я стараюсь тратить меньше времени в Интернете, но безуспешно.
23. Для меня становится обычным спать меньше, чтобы провести больше времени в Интернете.
24. Мне необходимо проводить всё больше времени в Интернете, чтобы получать то же удовлетворение, что и раньше.
25. Иногда у меня не получается поесть в нужное время из-за того, что я сижу в Интернете.
26. Я чувствую себя усталым днем из-за того, что ночью сидел в Интернете.

### **Шкалы Теста Чена (CIAS)**

Com (компульсивные симптомы): 11, 14, 19, 20, 22

Wit (симптомы отмены): 2, 4, 5, 10, 16

Tol (симптомы толерантности): 3, 6, 9, 24

IN (внутриличностные проблемы и проблемы со здоровьем): 7, 12, 13, 15, 17, 18, 21

TM (проблемы с управлением временем): 1, 8, 23, 25, 26

Каждый вопрос обозначен цифрами 1,2,3,4

**Оценка шкал:** суммировать все пункты шкалы

1. Ключевые симптомы Интернет-зависимости.

IA-Sym = Com(компульсивные симптомы + Wit(симптомы отмены) + Tol(симптомы толерантности)

2. Проблемы, связанные с интернет-зависимостью

IA-RP= IN(внутриличностные проблемы и проблемы со здоровьем) + TM(проблемы с

управлением временем)

3. Общий CIAS балл = Com + Wit + Tol + IH + TM

На основе результатов первичного анализа и адаптации нами предлагаются следующие пороги оценки интернет зависимого поведения при использовании шкалы Чена:

А) Минимальный риск возникновения интернет зависимого поведения

Значения показателей по основным шкалам (оценка средних):

1. Шкала компульсивных симптомов (Com): 7.5

2. Шкала симптомов отмены (Wit): 7.875

3. Шкала толерантности (Tol): 6.5

4. Шкала внутриличностных проблем и проблем связанных со здоровьем (IH): 8.875

5. Шкала управления временем (TM): 7.25

Ключевые симптомы интернет зависимости (КСИЗ): 21,875

Проблемы связанные с Интернет зависимостью (ПИЗ): 16, 125

Общий CIAS балл =(Com + Wit + Tol + IH + TM) от 27 до 42.

В) Склонность к возникновению интернет зависимого поведения

Значения показателей по основным шкалам (оценка средних):

Шкала компульсивных симптомов: 9.78947

Шкала симптомов отмены: 11, 52632

Шкала толерантности: 7, 89474

Шкала внутриличностных проблем и проблем связанных со здоровьем: 11, 89474

Шкала управления временем: 10, 63158

33

Ключевые симптомы интернет зависимости (КСИЗ): 29, 47368

Проблемы связанные с Интернет зависимостью (ПИЗ): 22, 84211

Общий CIAS балл =(Com + Wit + Tol + IH + TM) от 43 до 64

С) Выраженный и устойчивый паттерн Интернет зависимого поведения

Значения показателей по основным шкалам (оценка средних):

Шкала компульсивных симптомов: 13.5

Шкала симптомов отмены: 17.5

Шкала толерантности: 11.667

Шкала внутриличностных проблем и проблем связанных со здоровьем:  
17, 167

Шкала управления временем: 15, 834

Ключевые симптомы интернет зависимости (КСИЗ): 42, 667

Проблемы связанные с Интернет зависимостью (ПИЗ): 33,00

Общий CIAS балл =(Com + Wit + Tol + IN + TM) от 65 и выше [8].

## **5. Тест на интернет-зависимость**

**(С.А.Кулаков, 2004 г)**

Ответы даются по пятибалльной шкале: 1 – очень редко, 2 – иногда, 3 – часто, 4 – очень часто, 5 - всегда

1. Как часто Ваш ребенок нарушает временные рамки, установленные вами для пользования сетью?
2. Как часто Ваш ребенок запускает свои обязанности по дому для того, чтобы провести больше времени в сети?
3. Как часто Ваш ребенок предпочитает проводить время в сети вместо того, чтобы провести его в кругу семьи?
4. Как часто Ваш ребенок формирует новые отношения с друзьями по сети?
5. Как часто Вы жалуетесь на количество времени, проводимые Вашим ребенком в сети?
6. Как часто учеба Вашего ребенка страдает из-за количества времени, проведенном Вашим ребенком в сети?
7. Как часто Ваш ребенок проверяет электронную почту, прежде чем заняться чем-то другим?
8. Как часто Ваш ребенок предпочитает общение в сети общению с окружающими?

9. Как часто Ваш ребенок сопротивляется или секретничает при вопросе о том, что он делает в Интернете?
10. Как часто Вы заставляли своего ребенка пробивающимся в сеть против Вашей воли?
11. Как часто Ваш ребенок проводит время в своей комнате, играя за компьютером?
12. Как часто Ваш ребенок получает странные звонки от его новых сетевых «друзей»?
13. Как часто Ваш ребенок огрызается, кричит или действует раздраженно, если его побеспокоили по поводу пребывания в сети?
14. Как часто Ваш ребенок выглядит более уставшим и утомленным, чем в то время, когда у Вас не было Интернета?
15. Как часто Ваш ребенок выглядит погруженным в мысли о возвращении в сеть, когда он находится вне сети?
16. Как часто Ваш ребенок ругается и гневается, когда Вы сердитесь по поводу времени, проведенного им в сети?
17. Как часто Ваш ребенок предпочитает своим прежним любимым занятиям, хобби, интересам других нахождение в сети?
18. Как часто Ваш ребенок злится и становится агрессивным, когда Вы накладываете ограничение на время, которое он проводит в сети?
19. Как часто Ваш ребенок предпочитает вместо прогулок с друзьями проводить время в сети?
20. Как часто Вы чувствуете подавленность, упадок настроения, нервничает, когда находится вне сети, а по возвращении в сеть все это исчезает?

***При сумме баллов 50-79 родителям необходимо учитывать серьезное влияние Интернета на жизнь вашего ребенка и всей семьи.***

***При сумме баллов 80 и выше, у ребенка с высокой долей вероятности Интернет-зависимость и ему необходима помощь специалиста [36].***

**6. Тест на интернет-аддикцию (Т. А. Никитина, А. Ю. Егоров)**

1. Напишите любую фразу для определения по почерку личностных особенностей \_\_\_\_\_

II. Обведите соответствующий Вам ответ или впишите свой:

1. Пол: М Ж

Возраст: 16; 17; 18; 19; 20; 21; 22

Образование: среднее, среднее специальное, неполное высшее, высшее.

Работа: есть, нет.

Семейное положение: в браке, в браке не состою, разведен(а).

Дети: 0, 1, 2, 3 и более.

Материальное положение: ниже среднего, среднее, выше среднего.

Жилищные условия:

а) отдельная квартира;

б) совместное проживание с родителями;

в) общежитие;

г) снимаю квартиру.

9. Зависимости членов семьи:

а) алкоголь;

б) табакокурение;

в) наркотики;

г) азартные игры;

д) другое

10. В свободное время Вы играете в:

а) компьютерные игры;

б) игровые автоматы;

в) посещаете Интернет.

С какого возраста Вы играете (компьютерные игры, игровые автоматы, Интернет — нужное подчеркнуть) 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 22

Сколько раз Вы играете (компьютерные игры, игровые автоматы, Интернет — нужное подчеркнуть):

- а) 1 раз в неделю;
- б) 3—4 раза в неделю;
- в) каждый день;
- г) 1 раз в месяц;
- д) другое

13. Сколько времени Вы находитесь в компьютерной игре, Интернете, игровых автоматах (нужное подчеркнуть):

- а) 1—2 часа;
- б) 3—4 часа;
- в) 5—6 часов;
- г) более 6 часов.

14. Какие ролевые компьютерные игры Вы предпочитаете (обвести до 2 букв):

- а) игры с видом «из глаз» «своего» героя;
- б) игры с видом извне на «своем» герое;
- в) руководительские игры.

15. Какие не ролевые компьютерные игры Вы предпочитаете (обвести до 2 букв):

- а) аркады;
- б) головоломки;
- в) игры на быстроту реакции и сообразительность;
- г) традиционные азартные игры (рулетка, казино и т. д.).

16. Возвращаетесь ли Вы на другой день к игре, чтобы отыгаться:

- а) никогда;
- б) иногда;

в) чаще всего;

г) почти всегда.

17. Когда Вы находитесь в Интернете, то предпочитаете (обвести до 2 букв):

а) виртуальную реальность;

б) E-MAIL;

в) ICQ (чаты общения);

г) USENET (конференция);

д) Internet Relay Chat— сетевые игры (нужное подчеркнуть:

бродилки, аркады, квесты, гонки, стрелялки, РПГ, симуляторы);

е) порносайты.

18. Когда Вы играете (компьютерные игры, игровые автоматы, Интернет —  
нужное подчеркнуть), то испытываете:

а) эйфорию;

б) радость;

в) облегчение;

г) азарт;

д) расслабление.

19. Как часто Вы замечаете, что находитесь в игре или в Интернете больше  
запланированного времени:

а) иногда;

б) редко;

в) часто;

г) очень часто;

д) всегда;

е) это ко мне не относится.

20. Вы предпочитаете играть:

а) один;

б) с друзьями.

21. Вы находитесь в Интернете, игровом зале, в компьютерном клубе,  
интернет-кафе для того, чтобы:

- а) пообщаться;
- б) поиграть;
- в) самоутвердиться;
- г) найти нужную информацию;
- д) расслабиться.

22. Отношение близких (родителей, друзей, жены/мужа) к Вашему увлечению:

- а) играют вместе со мной;
- б) положительное;
- в) нейтральное;
- г) отрицательное;
- д) резко отрицательное.

23. Когда Вы долго не играете или не находитесь в Интернете, Вы испытываете:

- а) беспокойство;
- б) раздражительность;
- в) чувство дискомфорта;
- г) чувство подавленности;
- д) чувство пустоты.

24. Как часто Вы откладываете встречи с друзьями и личные дела из-за компьютерных игр, Интернета, игровых автоматов:

- а) иногда;
- б) редко;
- в) часто;
- г) очень часто;
- д) всегда;
- е) это ко мне не относится.

25. Являются ли компьютерные игры, игры на автоматах, Интернет причиной проблем с учебой или работой:

- а) иногда;

- б) редко;
- в) часто;
- г) очень часто;
- д) всегда;
- е) это ко мне не относится.

26. Отмечается ли в последнее время по каким-либо признакам ухудшение здоровья (обвести до 3 букв):

- а) беспокойный сон;
- б) бессонница;
- в) боль в кистях рук;
- г) сухость, жжение глаз;
- д) боли в спине;
- е) онемение пальцев рук.

27. В реальной жизни Вам свойственны (отметить до 3—4 букв):

- а) тревожность;
- б) депрессия;
- в) одиночество;
- г) недовольство окружающими;
- д) недовольство собой;
- е) невозможность расслабиться.

Обработка и интерпретация результатов:

Подсчет суммарного балла осуществляется с помощью ключа:

| Вопросы | Баллы |
|---------|-------|
| 0       |       |
| 12г     |       |
| -       |       |
| 16а     |       |
| -       |       |
| 131     |       |

19e

20б

-

24e

25e

-

1

12a

13a

16б

18б,в,г

19a,б

20a

-

24a,б

25a,б

26a,б,в,г,д,е

2

12б

13б

16в

18a,г

19в

-

23a,б,в,г,д

24в

25в

-

3

12в

13г

13в

16г

-

19г

-

-

24г

25г

-

4

-

13г

-

-

19д

-

-

24д

25д

-

1. Норма 5—10 баллов
2. Группа риска 10-15 баллов
3. Аддикты от 15 баллов и выше [6].

### **Аддиктивное поведение от НС и ПВ**

1. Леус Э.В. Методическое руководство по применению теста  
СДП (склонность к девиантному поведению)

#### **Назначение метода**

Методика диагностики девиантного поведения несовершеннолетних

(тест СДП – склонности к девиантному поведению) разработана коллективом авторов (Э.В. Леус, САФУ им. М.В. Ломоносова; А.Г. Соловьев, СГМУ, г. Архангельск) и прошла процедуру адаптации и стандартизации.

Методика предназначена для измерения для оценки степени выраженности дезадаптации у подростков с разными видами девиантного поведения. Определяют показатели выраженности зависимого поведения (ЗП), самоповреждающего поведения (СП), агрессивного поведения (АП), делинквентного поведения (ДП), социально обусловленного поведения (СОП) по содержанию вопросов, каждый из которых оценивают в баллах по шкале опросника. В зависимости от набранной по шкале суммы баллов оценивают степень выраженности конкретных видов девиантного поведения: отсутствие признаков социально-психологической дезадаптации, легкая степень социально-психологической дезадаптации, высокая степень социально-психологической дезадаптации. Способ позволяет получить максимально полную информацию о наличии разного рода поведенческих девиаций у подростков при проведении мониторинговых исследований.

### **Теоретико-методологическое обоснование**

Социально-психологическая дезадаптация предполагает нарушение способности индивида приспосабливаться к воздействиям социума и адаптироваться в нем неприятие им условий среды и жизнедеятельности. Проблема социальной дезадаптированности подростков является актуальной, так как деструктивные процессы, затронувшие различные общественные сферы, повлекли за собой рост наркомании и преступности не только среди взрослого населения, но и среди молодежи.

Девиантное поведение – это поступок, действие человека или группы лиц, не соответствующие официально установленным или же фактически сложившимся в данном обществе, культуре, субкультуре, группе нормам и ожиданиям. В современной науке известны различные отраслевые подходы к классификации девиантного поведения: клинический (медицинская классификация поведенческих расстройств), социально-правовой (девиации

поведения и девиантное поведение), педагогический (школьная и социальная дезадаптация), психологический. Проанализировав имеющиеся подходы, нами были выделены несколько ведущих типов аномального поведения личности, которым более всего подвержены несовершеннолетние: социально желаемое поведение, делинквентное поведение, аддиктивное поведение, агрессивное поведение, аутоагрессивное поведение. Таким образом, важным является раннее выявление подростков группы риска, склонных к проявлениям девиантного поведения, а также выявление их агрессивной, аутоагрессивной и криминальной направленности.

Предлагаемая методика диагностики склонности к девиантному поведению (СДП) является стандартизированным тест-опросником, предназначенным для измерения готовности (склонности) подростков к реализации различных форм отклоняющегося поведения. При разработке способа учитывались наиболее распространенные виды поведенческих девиаций, такие как зависимое, суицидальное, агрессивное, делинквентное поведение, определяющие не только поведение и образ жизни подростка, но и несущих серьезные последствия для состояния здоровья.

Данный способ оценки степени социально-психологической дезадаптации при девиантном поведении у подростков позволяет определить наличие и степень выраженности девиаций у подростков. Конструирование способа проводилось в соответствии с классической теорией создания тестов; для измерения использовалась метрическая интервальная шкала, а измеряемое психическое свойство считается линейным и одномерным.

Для проведения массовых обследований и мониторинга, по нашему мнению, в первую очередь необходимо значительно упростить процедуру сбора первичной информации, заменив беседы с окружением подростка доступным тестом, который он заполняет самостоятельно, отмечая предпочтительные варианты ответа. Существуют различные подходы с попытками выявления девиантного поведения, например анкеты, карты наблюдений, планы, схемы для сбора первичного материала, которые

предполагают беседу с родителями и ребенком, анализ личных дел, классных журналов и медицинских карт. Например, шкала социально-психологической адаптированности; Методика изучения личности дезадаптированного подростка и его ближайшего окружения; Определение склонности к девиантному поведению. Предложенная методика диагностики склонности к девиантному поведению для подростков содержит прямые и проективные вопросы, сгруппированные по следующим шкалам: социально одобряемое поведение (СОП), делинквентное (противоправное) (ДП), аддиктивное (зависимое) (ЗП), агрессивное (АП), самоповреждающее (аутоагрессивное) поведение (СП). Методика позволяет не только выявить склонность к девиантному поведению, но и дифференцировать его по основным видам проявления; заполняется за короткое время, что важно при работе с неусидчивыми, легковозбудимыми, трудными подростками. Простота обработки полученных результатов является достоинством метода при проведении массовых скрининговых обследований.

### **Описание шкал**

Разработанный способ представляет собой опросник (приложение 1), состоящий из 75 вопросов, разбитых на 5 блоков по 15 вопросов в каждом.

**В I блоке** (вопросы с 1 по 15) оценивается предрасположенность подростков на социально обусловленное поведение (шкала искренности ответов), как просоциальное, относительно-деструктивное, адаптированное к нормам ведущей, значимой или референтной группы, возможно имеющей антисоциальную или девиантную в разных вариантах направленность, при этом учитывается подверженность влиянию окружающих, действию социальных установок, мнению группы, степень ведомости в поступках.

Средние значения по шкале СОП соответствуют возрастной норме для подростков, для которых характерно общение, как ведущий вид деятельности и основа психического и личностного развития; потребность в принадлежности к группе и ориентация на ее идеалы, стремление быть замеченным, принятым и понятым.

Низкие значения могут говорить о неадаптированности и даже изоляции подростка от групп сверстников, замкнутости, скрытности.

Высокие значения – показатель высокой адаптированности в группе, но одновременно и свидетельство тесного слияния со значимой группой, что может быть одним из проявлений зависимости от других людей или общения.

**Во II блоке** (вопросы с 16 по 30) – делинквентное (допротивоправное) поведение (ДП) - оценивается антисоциальное, противоречащее правовым нормам, угрожающее социальному порядку и благополучию окружающих людей поведение, включающее любые действия или бездействия, запрещенные законодательством.

К числу делинквентных относятся: 1) административные правонарушения - нарушение правил дорожного движения, мелкое хулиганство, сквернословие, нецензурная брань в общественных местах, оскорбительное приставание к гражданам, распитие спиртных напитков и появление в пьяном виде в общественных местах; 2) дисциплинарные проступки - это неисполнение или ненадлежащее исполнение своих непосредственных обязанностей, для подростков это прогулы без уважительных причин занятий, появление в учебном заведении или в общественных местах в состоянии алкогольного, наркотического или токсического опьянения, распитие спиртных напитков, употребление наркотических или токсических средств по месту учебы и в учебное время, нарушение правил безопасности; 3) преступления - общественно опасные деяния, предусмотренные уголовным законом и запрещены им под угрозой наказания – кражи, причинение вреда здоровью, угоны транспорта, вандализм, терроризм и другие поступки, за которые предусматриваются меры уголовной ответственности с 16 лет, а за некоторые преступления с 14 лет; совершение деяний, признаваемых преступлениями, лицами, не достигшими уголовной ответственности, влечет применение мер воздействия, носящих воспитательный характер (помещение в специальное учебно-воспитательное учреждение и др.).

**В III блоке** оценивается зависимое (аддиктивное) поведение (ЗП) (вопросы с 31 по 45) - 1) злоупотребление различными веществами, изменяющими психическое состояние, включая алкоголь и курение табака, до того, как от них сформировалась зависимость; 2) одна из форм деструктивного поведения, которая выражается в стремлении к уходу от реальности путем изменения своего психического состояния посредством приема некоторых веществ или постоянной фиксации на определенных предметах или активных видах деятельности, что сопровождается развитием интенсивных эмоций; 3) не болезнь, а нарушение поведения.

Необходимо учитывать многообразие видов зависимостей: 1) традиционно трактуемые – химические – зависимость от психоактивных веществ; 2) промежуточные – аддикции к еде (голодание, переедание); 3) нехимические – патологическая склонность к азартным играм (гемблинг, лудомания), эротические (любовные аддикции и аддикции избегания, сексуальные), социально приемлемые (работоголизм, спортивная аддикция, компульсивный шопинг, зависимость от общения, религиозные аддикции), технологические – (интернет-зависимость, зависимость от социальных сетей, зависимость от мобильных телефонов и SMS, телевизионная аддикция), недифференцированные (зависимость от получения удовольствия, коллекционирование, фанатизм, духовный поиск).

**В IV блоке** оценивается агрессивное поведение (АП) (вопросы с 46 по 60) - вербальная и физическая агрессия, направленная на окружающих людей, враждебность, негативизм, дерзость и мстительность.

Агрессивный подросток противостоит родителям, свои авторитеты он ищет на стороне, что свойственно возрасту; он хочет, чтобы от него отстали, при этом агрессивность приобретает различные формы, которые в дальнейшем становятся чертами характера. Агрессивное поведение может приобретать следующие формы: физическая, словесная, косвенная агрессия; раздражение, обидчивость, подозрительность, негативизм. Физическая и словесная агрессия имеют внешнее выражение, тогда как другие её формы

имеют довольно скрытый характер: вандализм, наблюдения за издевательствами, порча имущества и одежды, раздражение и вечное недовольство, обида и чувство вины, чрезмерная подозрительность, нападки и критикой в адрес другого человека. Всякая форма агрессивного поведения направлена на упрямое отстаивание подростком своей самости. Так как базисными потребностями ребёнка является свобода и самоопределение, воспитатель, лишаящий ребёнка свободы действий, убивает естественные силы его развития.

**В V блоке** оценивается самоповреждающее (аутоагрессивное) поведение (СП) (вопросы с 61 по 75), стремление причинить себе боль и/или физический вред, как сознательный отказ человека от жизни, связанный с действиями, направленными на ее прекращение, или незавершенными попытками.

В силу возрастных особенностей – высокая эмоциональная восприимчивость и чувствительность, низкая устойчивость к стрессу, отсутствие сформированных моделей совладания с внешнеситуативными проблемами и внутренними переживаниями, потребность в тесных контактах со сверстниками, стремление к эмансипации от взрослых, переживание возрастного кризиса и другие – подростки составляют группу риска и требуют внимания к своим переживаниям. Специалисты, работающие с несовершеннолетними, должны иметь обширные знания по проблеме для осуществления превентивных мероприятий, знать научную трактовку понятий и их содержание, уметь говорить на сложную тему как с подростками, так и с их родителями (приложение 5).

**Самоповреждающее поведение (self-injury)** определяется как преднамеренное причинение вреда собственному телу в результате повреждения тканей организма; направлено на освобождение или уменьшение невыносимых эмоций - человек надеется справиться с эмоциональной болью, или связано с ощущением невозможности действовать или чувствовать.

Самоповреждающее поведение не обязательно ведет к суицидальным попыткам.

**Признаки** самоповреждающего поведения:

- умышленное желание нанести себе физический вред, преднамеренность, повторяемость;
- невозможность противостоять импульсу повредить себя;
- повреждение, но не смерть, является желаемым конечным результатом, отсутствие суицидального намерения, социальная неприемлемость;
- чувство напряжения или тревоги, предшествующие акту, и чувства облегчения или беспокойства после акта самоповреждения.

Самоповреждающее поведение включает в себя:

- **психологический компонент** - психологическое неблагополучие индивидуума и его стремление это неблагополучие преодолеть; форма ответа «на беспокоящие психологические симптомы или события окружающего мира»;

- **физический компонент** - физическая травматизация; вред, причиняемый собственному телу, включая акты удаления, разрушения, обезображивания или повреждения части тела независимо от явных или скрытых намерений - повреждение тканей и органов тела; причинение вреда телу посредством нарушений пищевого поведения (анорексия и булимия), татуировок, пирсинга, ряда навязчивых действий (обкусывание ногтей и губ, выдергивание волос, щипание кожи), вывихов суставов пальцев, а также других форм несмертельного повреждения (кусание рук и других частей тела, царапанье кожи, расчесывание ран, язв, швов, родимых пятен, самопорезы, перфорация частей тела с помещением в отверстие инородных предметов, удары кулаком и головой о предметы и самоизбиение (чаще – кулаком, проводом), уколы (булавками, гвоздями, проволокой, ручкой), самоожоги (чаще – сигаретой), неполное самоудушение злоупотребление алкоголем, лекарственными средствами и наркотиками (с отравлением и

передозировкой без суицидального намерения), глотание коррозионных химикалий, батареек, булавок;

- **скрытые формы** - поведение, связанное с пренебрежением опасностью, повышенным риском, стремлением к возбуждающим переживаниям или с избеганием депрессии.

**\*Терминология:**

**Самоповреждение** - попытка самоисцеления, когда локальное саморазрушение, будучи формой частичного суицида, предотвращает тотальный суицид.

**Самоповреждающее поведение** - нарушение волевого контроля, определенный синдром, благодаря которому акты самоповреждения становятся повторяющимися ответами на беспокоящие психологические симптомы или события окружающего мира; это поведение, которое связано с нанесением человеком себе физических повреждений без суицидального намерения, которые видно дольше нескольких минут.

**Парасуицид** - поведение, имитирующее суицидальное, но без намерения убить себя.

**Самоубийство, суицид** - преднамеренное лишение себя жизни, как правило, самостоятельное и добровольное.

**Суицидальное поведение** - понятие более широкое и помимо суицида включает в себя:

- суицидальные покушения - все суицидальные акты, не завершившиеся летально по причине, не зависящей от суицидента (обрыв веревки, своевременно проведенные реанимационные мероприятия)

- суицидальные попытки - это демонстративно-установочные действия, при которых суицидент чаще всего знает о безопасности применяемого им при попытке акта

- суицидальные проявления - мысли, высказывания, намеки, не сопровождающиеся, какими-либо действиями, направленными на лишение себя жизни.

## **Структура теста, процедура проведения**

Решение данной задачи осуществляется ответами на вопросы теста. Испытуемому предлагается выразить свое отношение по каждому из указанных вопросов, которые даны в доступной форме и обращены лично, выбрав один из трех возможных предлагаемых вариантов ответов, который более всего свойственен на настоящее время, и отметить его в бланке. Экспериментаторам нельзя допускать пропуск вопросов, так как это не позволит получить достоверный результат (приложение 2).

При обработке бланков, каждый ответ оценивается в количестве от 2 до 0 баллов; «да» - 2 балла, «иногда» - 1 балл, «нет» - 0 баллов. Максимально по каждой шкале испытуемый может получить 30 баллов. Интерпретация полученных результатов основана на том, что более высокая суммарная оценка (в баллах) по шкале указывает на более высокую степень социально-психологической дезадаптации: значения от 21 до 30 баллов оцениваются как выраженная социально-психологическая дезадаптация, от 11 до 20 – легкая степень социально-психологической дезадаптации, от 0 до 10 – отсутствие признаков социально-психологической дезадаптации (приложение 3).

Разработанный способ оценки степени социально-психологической дезадаптации вследствие выраженности девиантного поведения у подростков позволяет не только объективизировать картину поведенческой дезадаптации, но и посмотреть, какие из видов поведения нарушены.

## **Апробация**

Апробация и стандартизация методики была проведена на выборке подростков разного возраста и пола, с разным жизненным опытом, разной степенью выраженности девиаций в поведении. В исследовании участвовали 1919 человек, как имеющих, так и не имеющих ранее зафиксированных видов изучаемого поведения, учащихся общеобразовательных учреждений г. Архангельска и Архангельской области.

На основании результатов исследования выявлены идентичные тенденции распространенности разных форм поведенческих отклонений не

зависимо от пола и возраста. Более всего представлена направленность на социально предпочитаемое поведение среди сверстников или значимых взрослых, родителей, что является проявлением возрастных особенностей. На втором месте находится аутоагрессивное поведение с причинением вреда самому себе, которое чаще проявляется в виде демонстративного суицида и угроз в адрес родителей. На третьем месте - делинквентное поведение - правонарушительные или противоправные действия, не несущие за собой уголовной ответственности. Далее следует проявление агрессивного поведения, либо скрываемая потребность в вербальных или физических действиях по отношению к окружающим для снятия физического и психического напряжения, как ответная реакция на жесткие действия сверстников или взрослых. Менее всего проявляется склонность к аддиктивному, зависимому поведению, использованию каких-то веществ или специфической активности с целью ухода от реальности и получения желаемых эмоций.

Полученные в процессе исследования данные позволили установить примерные средние значения по каждой шкале теста, с учетом дифференциации по возрасту (приложение 4).

Представленный тест СДП дает возможность не только объективизировать картину поведенческой дезадаптации, но и посмотреть, какие из видов поведения нарушены; определить степень различных форм девиантного поведения достаточно быстро и эффективно, что способствует раннему выявлению подростков группы риска, позволяет применять адекватные методы первичной профилактики и коррекционного воздействия, планировать работу с семьей.

### **Примеры конкретного выполнения способа**

**Пример 1.** Девочка, 12 лет. Причина обращения – повышенная нервозность, проблемы в отношениях с семьей. Ранее отклонения поведения и склонности к нарушениям не отмечены.

Проводится обследование с помощью бланка методики. Заполненный бланк обрабатывается, высчитываются показатели социально обусловленного поведения (СОП), делинквентного поведения (ДП), зависимого поведения (ЗП), агрессивного поведения (АП), самоповреждающего поведения (СП):

1. СОП=4,0
2. ДП=2,0
3. ЗП=3,0
4. АП=4,0
5. СП=14,0

Вывод: на первый взгляд у девочки отсутствуют нарушения социально-психологической адаптации, так как по всем шкалам низкие значения - она не склонна к нарушению правил, направленной на других людей агрессии, формированию зависимости, однако по шкале «суицидальное поведение» получен повышенный результат, что, в сочетании с низким значением по шкале склонности к социально одобряемому поведению свидетельствует о закрытости, переживаниях во внутреннем плане, возможно ровный или сниженный фон эмоциональных реакций. Это является сигналом возможных мыслей о самоповреждениях из-за неумения справляться с внешними событиями или наличия чувства вины; при отсутствии внимания со стороны взрослых – суицидальные замыслы.

**Пример 2.** Мальчик, 14 лет, находится в Центре временного содержания несовершеннолетних правонарушителей. По свидетельству психолога, обнаруживает делинквентное поведение, аддиктивное (курение), агрессивное (драки со сверстниками).

Проводится обследование с помощью бланка методики. Заполненный бланк обрабатывается, высчитываются показатели социально обусловленного поведения (СОП), делинквентного поведения (ДП), зависимого поведения (ЗП), агрессивного поведения (АП), самоповреждающего поведения (СП):

1. СОП=15,0

2. ДП=19,0

3. ЗП=22,0

4. АП=17,0

5. СП=22,0

Вывод: по всем шкалам получены повышенные и высокие значения - подросток имеет выраженную склонность к зависимому и суицидальному поведению и ситуативную – к делинквентному и агрессивному поведению, что, в первую очередь, подтверждается его социальным и криминальным анамнезом, а также свидетельствует об определенных особенностях характера – экстравертированность, высокая эмоциональность, потребность в контактах, вероятность демонстрации проявлений поведенческих девиаций. Все это требует целенаправленного воздействия со стороны специалистов по ресоциализации подростка и формированию социально одобряемых установок.

ТЕСТ СДП

Код .....

Возраст

Пол

Если ты согласен с утверждением – ДА, не согласен – НЕТ, если не уверен – ИНОГДА.

|   | ВОПРОС                                                                | ДА | ИНОГДА | НЕТ |
|---|-----------------------------------------------------------------------|----|--------|-----|
| 1 | Я всегда сдерживаю свои обещания.                                     |    |        |     |
| 2 | У меня бывают мысли, которыми я не хотел бы делиться.                 |    |        |     |
| 3 | Разозлившись, я нередко выхожу из себя.                               |    |        |     |
| 4 | Бывает, что я сплетничаю.                                             |    |        |     |
| 5 | Бывает, что я говорю о вещах, в которых ничего не смыслю.             |    |        |     |
| 6 | Я всегда говорю только правду.                                        |    |        |     |
| 7 | Я люблю прихвастнуть.                                                 |    |        |     |
| 8 | Я никогда не опаздываю.                                               |    |        |     |
| 9 | Все свои привычки я считаю хорошими.                                  |    |        |     |
| 0 | Бывает, спорю и ссорюсь с родителями.                                 |    |        |     |
| 1 | Бывает, я перехожу улицу там, где мне удобно, а не там, где положено. |    |        |     |
| 2 | Я всегда покупаю билет в транспорте.                                  |    |        |     |
| 3 | Бывает, мне хочется выругаться грубыми нецензурными словами.          |    |        |     |
| 4 | Среди моих знакомых есть люди, которые мне не нравятся.               |    |        |     |
| 5 | Я никогда не нарушаю правил общественного поведения.                  |    |        |     |
| 6 | Я не хочу учиться и работать.                                         |    |        |     |
| 1 | Я могу уйти из дома жить в другое место.                              |    |        |     |

|   |   |                                                                         |  |  |
|---|---|-------------------------------------------------------------------------|--|--|
| 7 |   |                                                                         |  |  |
| 1 | 8 | Меня забирали в полицию за плохое поведение.                            |  |  |
| 1 | 9 | Я могу взять чужое, если мне надо или очень хочется.                    |  |  |
| 2 | 0 | Состою на учете в подразделении по делам несовершеннолетних.            |  |  |
| 2 | 1 | Меня часто обижают окружающие (обзывают, бьют, отбирают деньги и вещи). |  |  |
| 2 | 2 | У меня есть судимые родственники и/или знакомые.                        |  |  |
| 2 | 3 | У меня бывают сильные желания, которые обязательно надо исполнить.      |  |  |
| 2 | 4 | У меня бывает желание отомстить, восстановить справедливость.           |  |  |
| 2 | 5 | Я не верю окружающим.                                                   |  |  |
| 2 | 6 | Хочу быть великим и всемогущим.                                         |  |  |
| 2 | 7 | Я испытываю отчаяние, обиду, бессильный гнев.                           |  |  |
| 2 | 8 | Я завидую своим одноклассникам, другим людям, взрослым.                 |  |  |
| 2 | 9 | Если нельзя, но очень хочется – значит можно.                           |  |  |
| 3 | 0 | Сильным и богатым людям необязательно соблюдать все правила и законы.   |  |  |
| 3 | 1 | Я курю.                                                                 |  |  |
| 3 | 2 | Я употребляю пиво и/или другие спиртные напитки.                        |  |  |
| 3 | 3 | Я нюхал клей, растворители, пробовал наркотики, курительные смеси.      |  |  |
| 3 |   | Мои родители злоупотребляют спиртным.                                   |  |  |

|   |                                                                                     |  |  |  |
|---|-------------------------------------------------------------------------------------|--|--|--|
| 4 |                                                                                     |  |  |  |
| 3 | Мои друзья курят, употребляют спиртное.                                             |  |  |  |
| 5 |                                                                                     |  |  |  |
| 3 | Люди пьют за компанию, для поддержания хорошего настроения                          |  |  |  |
| 6 |                                                                                     |  |  |  |
| 3 | Пить и курить – это признаки взрослости.                                            |  |  |  |
| 7 |                                                                                     |  |  |  |
| 3 | Я пью/курю из-за проблем в семье, школе, от одиночества.                            |  |  |  |
| 8 |                                                                                     |  |  |  |
| 3 | Дети и взрослые пьют и курят, потому что это модно и доступно.                      |  |  |  |
| 9 |                                                                                     |  |  |  |
| 4 | Дети пьют и курят из любопытства, по глупости.                                      |  |  |  |
| 0 |                                                                                     |  |  |  |
| 4 | Удовольствие — это главное, к чему стоит стремиться в жизни.                        |  |  |  |
| 1 |                                                                                     |  |  |  |
| 4 | Мне необходимы сильные переживания и чувства.                                       |  |  |  |
| 2 |                                                                                     |  |  |  |
| 4 | Я хотел бы попробовать спиртное, сигареты, наркотики, если бы этого никто не узнал. |  |  |  |
| 3 |                                                                                     |  |  |  |
| 4 | Вредное воздействие на человека алкоголя и табака сильно преувеличивают.            |  |  |  |
| 4 |                                                                                     |  |  |  |
| 4 | Если в моей компании будет принято, то и я буду курить и пить пиво.                 |  |  |  |
| 5 |                                                                                     |  |  |  |
| 4 | Я редко жалею животных, людей.                                                      |  |  |  |
| 6 |                                                                                     |  |  |  |
| 4 | Я часто пререкаюсь или ругаюсь с учителями, одноклассниками.                        |  |  |  |
| 7 |                                                                                     |  |  |  |
| 4 | Я часто ссорюсь с родителями.                                                       |  |  |  |
| 8 |                                                                                     |  |  |  |
| 4 | Я не прощаю обиды.                                                                  |  |  |  |
| 9 |                                                                                     |  |  |  |
| 5 | Если у меня плохое настроение, то я испорчу его еще кому-нибудь.                    |  |  |  |
| 0 |                                                                                     |  |  |  |
| 5 | Люблю посплетничать.                                                                |  |  |  |

|   |                                                                                                    |  |  |  |
|---|----------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|--|
| 1 |                                                                                                    |  |  |  |
| 5 | Люблю, чтобы мне подчинялись.                                                                      |  |  |  |
| 2 |                                                                                                    |  |  |  |
| 5 | Предпочитаю споры решать дракой, а не словами.                                                     |  |  |  |
| 3 |                                                                                                    |  |  |  |
| 5 | За компанию с друзьями могу что-нибудь сломать, приставать к посторонним.                          |  |  |  |
| 4 |                                                                                                    |  |  |  |
| 5 | Часто испытываю раздражение, отвращение, злость, ярость, бешенство.                                |  |  |  |
| 5 |                                                                                                    |  |  |  |
| 5 | У меня бывает желание что-то сломать, громко хлопнуть дверью, покричать, поругаться или подраться. |  |  |  |
| 6 |                                                                                                    |  |  |  |
| 5 | В порыве гнева я могу накричать или ударить кого-то.                                               |  |  |  |
| 7 |                                                                                                    |  |  |  |
| 5 | Я охотно бы участвовал в каких-нибудь боевых действиях.                                            |  |  |  |
| 8 |                                                                                                    |  |  |  |
| 5 | Могу нарочно испортить чужую вещь, если мне что-то не нравится.                                    |  |  |  |
| 9 |                                                                                                    |  |  |  |
| 6 | Я хочу быть взрослым и сильным.                                                                    |  |  |  |
| 0 |                                                                                                    |  |  |  |
| 6 | Я чувствую, что меня никто не понимает, мной никто не интересуется.                                |  |  |  |
| 1 |                                                                                                    |  |  |  |
| 6 | Я чувствую, что от меня ничего не зависит, безнадежность, беспомощность.                           |  |  |  |
| 2 |                                                                                                    |  |  |  |
| 6 | Я могу причинить себе боль.                                                                        |  |  |  |
| 3 |                                                                                                    |  |  |  |
| 6 | Я бы взялся за опасное для жизни дело, если бы за это хорошо заплатили.                            |  |  |  |
| 4 |                                                                                                    |  |  |  |
| 6 | Было бы лучше, если бы я умер.                                                                     |  |  |  |
| 5 |                                                                                                    |  |  |  |
| 6 | Я испытываю чувство вины перед окружающими, родителями.                                            |  |  |  |
| 6 |                                                                                                    |  |  |  |
| 6 | Я не люблю решать проблемы сам.                                                                    |  |  |  |
| 7 |                                                                                                    |  |  |  |
| 6 | У меня есть желания, которые никак не могут                                                        |  |  |  |

|   |                                                                  |  |  |  |
|---|------------------------------------------------------------------|--|--|--|
| 8 | исполниться.                                                     |  |  |  |
| 6 | Я не очень хороший человек.                                      |  |  |  |
| 9 |                                                                  |  |  |  |
| 7 | Я не всегда понимаю, что можно делать, а что нельзя.             |  |  |  |
| 0 |                                                                  |  |  |  |
| 7 | Я часто не могу решиться на какой-либо поступок.                 |  |  |  |
| 1 |                                                                  |  |  |  |
| 7 | Когда я стою на мосту, то меня иногда так и тянет прыгнуть вниз. |  |  |  |
| 2 |                                                                  |  |  |  |
| 7 | Я нуждаюсь в теплых, доверительных отношениях.                   |  |  |  |
| 3 |                                                                  |  |  |  |
| 7 | Терпеть боль назло мне бывает даже приятно.                      |  |  |  |
| 4 |                                                                  |  |  |  |
| 7 | Я испытываю потребность в острых ощущениях.                      |  |  |  |
| 5 |                                                                  |  |  |  |

## Приложение 2

Инструктаж перед тестированием  
(читает ответственный за проведение тестирования,  
специалист, проводящий диагностику)

Вам предлагается ряд вопросов, которые помогут определить некоторые свойства Вашей личности. Здесь не может быть ответов «правильных» и «ошибочных». Мы ждем Ваш ответ, основанный на Вашем мнении. Отвечая на каждый вопрос, выберите ответ, который в наибольшей степени соответствует Вашему мнению о себе, и поставьте отметку напротив в виде любого значка (х, v, + и или другая отметка).

Отвечая, помните:

4. Не нужно тратить много времени на обдумывание. Давайте тот ответ, который первым придет к Вам в голову. Отвечать нужно как можно точнее, но не очень медленно.

5. Старайтесь не увлекаться неопределенными ответами слишком часто.

6. Обязательно отвечайте на все вопросы подряд, ничего не пропуская. Возможно, некоторые вопросы покажутся Вам не

очень точно сформулированными, но и тогда постарайтесь найти наиболее точный ответ. Некоторые вопросы могут показаться Вам личными, но Вы можете быть уверены в том, что ответы не будут разглашены.

4. Не старайтесь произвести хорошее впечатление своими ответами, они должны соответствовать действительности.

Благодарим Вас за сотрудничество!

### Приложение 3

|                                                           |           |                                                                                                 |
|-----------------------------------------------------------|-----------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|
| I шкала<br>социально<br>обусловленное поведение<br>(СОП)  | 0         | отсутствие ориентации на социально обусловленное поведение, преобладает индивидуализация        |
|                                                           | -10       |                                                                                                 |
|                                                           | 1<br>1-20 | обнаружена ориентация на социально обусловленное поведение – подростковая реакция группирования |
|                                                           | 2<br>1-30 | сформированная модель социально обусловленного поведения                                        |
| II шкала<br>делинквентное<br>поведение<br>(ДП)            | 0         | отсутствие признаков делинквентного поведения                                                   |
|                                                           | -10       |                                                                                                 |
|                                                           | 1<br>1-20 | обнаружена ситуативная предрасположенность к делинквентному поведению                           |
|                                                           | 2<br>1-30 | сформированная модель делинквентного поведения                                                  |
| III шкала<br>зависимое<br>(аддиктивное) поведение<br>(ЗП) | 0         | отсутствие признаков зависимого поведения                                                       |
|                                                           | -10       |                                                                                                 |
|                                                           | 1<br>1-20 | обнаружена ситуативная предрасположенность к зависимому поведению                               |
|                                                           | 2<br>1-30 | сформированная модель зависимого поведения                                                      |
| IV шкала                                                  | 0         | отсутствие признаков агрессивного                                                               |

|                                                                |           |                                                                               |
|----------------------------------------------------------------|-----------|-------------------------------------------------------------------------------|
| агрессивное<br>поведение<br>(АП)                               | -10       | поведения                                                                     |
|                                                                | 1<br>1-20 | обнаружена ситуативная<br>предрасположенность к агрессивному поведению        |
|                                                                | 2<br>1-30 | сформированная модель агрессивное<br>поведения                                |
| V шкала<br>суицидальное<br>(аутоагрессивное) поведение<br>(СП) | 0<br>-10  | отсутствие признаков аутоагрессивного<br>поведения                            |
|                                                                | 1<br>1-20 | обнаружена ситуативная<br>предрасположенность к аутоагрессивному<br>поведению |
|                                                                | 2<br>1-30 | сформированная модель аутоагрессивное<br>поведения                            |

#### Приложение 4

Среднегрупповые показатели склонности подростков к отклоняющемуся  
поведению ( $M \pm m$ ),  
в баллах

| Показатели<br>(в баллах)           | Младшие<br>подростки<br>(10-12 лет)<br>n=906 | Средние<br>подростки<br>(13-15 лет)<br>n=919 | Старшие<br>подростки<br>(от 16 лет)<br>n=87 |
|------------------------------------|----------------------------------------------|----------------------------------------------|---------------------------------------------|
| Социально<br>желаемое<br>поведение | 15,44±0,18                                   | 17,28±0,18                                   | 18,55±0,60                                  |
| Делинквент<br>ное поведение        | 7,63±0,21                                    | 8,95±0,21                                    | 9,25±0,63                                   |
| Аддиктивно<br>е поведение          | 5,90±0,19                                    | 8,19±0,20                                    | 9,37±0,61                                   |
| Агрессивное<br>поведение           | 6,82±0,25                                    | 9,20±0,21                                    | 9,98±0,96                                   |
| Суицидальн<br>ое поведение         | 10,09±0,27                                   | 10,87±0,23                                   | 11,44±0,80                                  |

[37].

## **2. Тест Фагерстрёма на определение степени никотиновой зависимости (Fagerstorm et al., 1997)**

Текст методики

1. Сколько времени проходит после утреннего пробуждения, прежде чем Вы закуриваете первую сигарету?

В течение первых 5 минут-3 От 6 до 30 минут-2 От 31 до 60 минут-1 Более часа-0

2. Трудно ли Вам воздерживаться от курения в местах, где курение запрещено?

Да-1 Нет-0

3. От какой сигареты в течение дня Вам труднее всего отказаться?

От первой-1

4. Сколько сигарет Вы выкуриваете в течение дня?

10 или меньше-0 От 11 до 20-1 От 20 до 30-2 30 и более-3

5. Курите ли Вы в первой половине дня больше, чем во второй?

Да-1 Нет-2

6. Продолжаете ли Вы курить, когда очень больны и вынуждены соблюдать постельный режим в течение всего дня?

Да-1 Нет-0

Интерпретация результатов:

Степень зависимости: 0—2 балла — никотиновая зависимость отсутствует; 3—6 баллов — слабая или умеренная зависимость; 7—10 баллов — выраженная зависимость [38].

## **3. Тест на алкоголизм университета штата Мичиган (MAST)**

Предназначен для диагностики начальных проявлений алкоголизма.

Ответ

Баллы1'

1. Вы считаете, что выпиваете не больше других (то есть не больше, чем основная масса людей)?

Нет

2

2. Случалось ли с Вами такое, что, проснувшись утром после того, как выпивали, Вы не могли вспомнить часть прошедшего вечера?

Да

2

3. Выражают ли беспокойство или недовольство по поводу Вашего пьянства Ваш(а) супруг(а), родители или другие близкие родственники?

Да

2

4. Можете ли Вы без большого усилия над собой прекратить употребление алкоголя после того, как выпили 1 или 2 стакана?

Нет

2

5. Вы испытывали когда-нибудь чувство вины из-за пьянства?

Да

1

6. Ваши друзья или родственники считают, что Вы пьете не больше других?

Нет

2

7. Вы всегда можете прекратить употреблять алкогольные напитки, когда захотите?

Нет

2

8. Вы когда-нибудь посещали собрание Общества анонимных алкоголиков?

Да

5

9. Ввязывались ли Вы в драку в состоянии алкогольного опьянения?

Да

1

10. Возникали ли у Вас проблемы с супругой(ом), родителями или другими близкими родственниками из-за Вашего пьянства?

Да

2

11. Ваш(а) супруг(а), родители или другие близкие родственники обращались к кому-нибудь с просьбой помочь решить проблему Вашего пьянства?

Да

2

12. Вы когда-нибудь теряли друзей или подруг из-за своего пьянства?

Да

2

13. Возникали у Вас неприятности на работе из-за Вашего пьянства?

Да

2

14. Теряли Вы когда-нибудь работу из-за пьянства?

Да

2

15. Случалось ли, чтобы Вы пренебрегли своими служебными и семейными обязанностями или не ходили на работу два или более дней подряд из-за того, что находились в состоянии алкогольного опьянения?

Да

2

16. Часто ли Вы употребляете алкоголь до полудня?

Да

1

17. Вам когда-нибудь говорили, что у Вас больная печень, цирроз?

Да

2

18. Если Вы много выпили, случалась ли у Вас белая горячка или сильная лихорадка; слышали ли Вы голоса, видели ли предметы, которых в действительности не было?

Да

2

19. Вы обращались к кому-нибудь с просьбой помочь Вам решить проблему пьянства?

Да

5

20. Вы когда-нибудь лежали в больнице из-за пьянства?

Да

5

21. Вы когда-нибудь были пациентом психиатрической больницы или отделения, куда Вы были госпитализированы вследствие злоупотребления алкоголем?

Да

2

22. Вы обращались когда-нибудь в психиатрическую клинику, к какому-нибудь врачу, социальному работнику или духовному лицу за помощью в решении эмоциональной проблемы, частью которой являлось пьянство?

Да

2

23. Вас когда-нибудь арестовывали за управление автомобилем в нетрезвом состоянии?

Да

2

24. Вас когда-нибудь арестовывали, хотя бы на несколько часов, за поступки, совершенные в состоянии алкогольного опьянения?

Да

Примечание: Противоположный по смыслу ответ равен 0 баллов.

Интерпретация результатов:

Сумма от 0 до 4 баллов свидетельствует об отсутствии алкогольной зависимости; 5-6 баллов говорят о возможном наличии алкоголизма. Сумма 7 и более баллов означает сформировавшуюся алкогольную зависимость [39].

#### **4. Тест RAFFT (*Relax, Alone, Friends, Family, Trouble*)**

Для быстрой диагностики алкоголизма и наркомании у подростков используется тест RAFFT (*Relax, Alone, Friends, Family, Trouble*) (Ewing, 1984) в модификации А. Ю. Егорова. Тест может служить инструментом выявления групп риска в подростковой популяции.

##### Текст методики

1. Выпиваете ли Вы или употребляете наркотики для того, чтобы расслабиться (*Relax*), почувствовать себя лучше или вписаться в компанию?
2. Вы когда-нибудь выпивали или употребляли наркотики, находясь в одиночестве (*Alone*)?
3. Употребляете ли Вы или кто-нибудь из Ваших близких друзей (*Friends*) алкоголь или наркотики?
4. Имеет ли кто-нибудь из Ваших ближайших родственников (*Family*) проблемы, связанные с употреблением алкоголя или наркотиков?
5. Случались ли у Вас неприятности (*Trouble*) из-за употребления алкоголя или наркотических веществ?

##### Обработка и интерпретация результатов:

Положительные ответы на вопросы № 1, 2 и 5 оцениваются в 1 балл каждый, на вопросы № 3 и 4 — в 0,5 балла.

Если в сумме набирается 2 и более баллов, то уместно предположение о наличии у подростка химической зависимости [40].

**Саморазрушающее поведение посредством атрибутики субкультур  
и тенденций моды, суицидальное поведение**

**1. Склонны ли вы к аутоагрессии и саморазрушению?[41].**

**( <https://bbf.ru/tests/55/>)**

**2. Выявление суицидального риска у детей ( А.А. Кучер, В.П. Костюкевич)**

Опросник А.А.Кучера и В.П.Костюкевича разработан специально для выявления суицидального риска у детей и подростков. Можно предположить, что человек, думающий о самоубийстве, положительно относится к идее добровольного ухода из жизни, считает его оправданным и в некоторых случаях единственным выходом из ситуации. Следовательно, изучив личностное отношение подростков к этой тематике, можно сделать вывод о риске развития у них суицидального поведения.

Вот перечень некоторых высказываний, положительное отношение к которым говорит об отсутствии в мировоззрении подростка активных антисуицидальных позиций:

- можно оправдать людей, выбравших добровольную смерть;
- смысл жизни не всегда бывает ясен, иногда его можно потерять;
- я не осуждаю людей, которые совершают попытки уйти из жизни;
- выбор добровольной смерти человеком в обычной жизни, безусловно, может быть оправдан;

- я понимаю людей, которые не хотят жить дальше, если их предадут родные и близкие.

Для того чтобы не акцентировать внимание ребенка на тесте, позволяющем оценивать суицидальные намерения, авторы предлагают детям задания в виде игры или теста на определение интеллекта. Задача испытуемых – соотнести в соответствующие колонки заранее подготовленной таблицы воспринимаемые на слух выражения. При этом на обдумывание внутреннего смысла выражения и определение тем его содержания отводится 5-7 секунд. Если услышанное выражение ребенок не может отнести к какой-либо теме, он его пропускает.

**Инструкция испытуемому:** «Я буду зачитывать различные высказывания, пословицы, поговорки, а вам необходимо определить, к какой из указанных тем относится это высказывание, и поставить «+» в этой графе. Если вы не знаете, куда отнести высказывание, можете его пропустить».

### **Список высказываний**

1. Выкормил змейку на свою шейку.
2. Собрался жить, да взял и помер.
3. От судьбы не уйдешь.
4. Всякому мужу своя жена милее.
5. Загорелась душа до винного ковша.
6. Здесь бы умер, а там бы встал.
7. Беду не зовут, она сама приходит.
8. Коли у мужа с женою лад, то не нужен и клад.
9. Кто пьет, тот и горшки бьет.
10. Двух смертей не бывать, а одной не миновать.
11. Сидят вместе, а глядят врозь.
12. Утром был молодец, а вечером мертвец.
13. Вино уму не товарищ.

14. Доброю женою и муж честен.
15. Кого жизнь ласкает, тот и горя не знает.
16. Кто не рождается, тот и не умрет.
17. Жена не лапоть - с ноги не сбросишь.
18. В мире жить - с миром быть!
19. Чай не водка, много не выпьешь.
20. В согласном стаде волк не страшен.
21. В тесноте, да не в обиде.
22. Гора с горой не сойдется, а человек с человеком  
столкнется.
23. Жизнь надокучила, а к смерти не привыкнуть.
24. Болячка мала, да болезнь велика.
25. Не жаль вина, а жаль ума.
26. Вволю наешься, да вволю не наживешься.
27. Жизнь прожить - что море переплыть:  
побарахтаешься, да и ко дну.
28. Всякий рождается, да не всякий в люди годится.
29. Других не суди, на себя погляди.
30. Хорошо тому жить, кому не о чем судить.
31. Живет - не живет, а проживать - доживает.
32. Все вдруг пропало, как вешний лед.
33. Без копейки рубль щербатый.
34. Без осанки и конь корова.
35. Не место красит человека, а человек - место.
36. Болезнь человека не красит.
37. Взлетел орлом, а прилетел голубем.
38. Хорошо тому щеголять, у кого денежки звенят.
39. В уборе и пень хорош.
40. Доход не живет без хлопот.
41. Нашла коса на камень.

42. Нелады да свары хуже пожара.
43. Заплати грош, да посади в рожь - вот будет  
хорош!
44. Кто солому покупает, а кто и сено продает.
45. Седина бобра не портит.
46. Бешеному дитяти ножа не давали!
47. Не годы старят, а жизнь.
48. В долгах как в шелках.
49. Бранись, а на мир слово оставляй.
50. Зеленый седому не указ.
51. А нам что черт, что батька.
52. Моя хата с краю, я ничего не знаю.
53. Лежачего не бьют.
54. Что в лоб, что по лбу - все едино.
55. Все люди как люди, а ты как вошь на блюде.
56. Ученье свет, а неученье - тьма.
57. И медведь из запаса лапу сосет.
58. Жирен кот, коль мясо не жрет.
59. Выношенная шуба не греет.
60. Совесть спать не дает.
61. Вали с больной головы на здоровую.
62. Мал, да глуп - за то и бьют.
63. Не в бороде честь - борода и у козла есть.
64. Одно золото не стареется.
65. Наш пострел везде поспел.
66. Муху бьют за назойливость.
67. Надоел горше горькой редьки.
68. Живет на широкую ногу.
69. Легка ноша на чужом плече.
70. Не в свои сани не садись.

71. Чужая одежда - не надежда.
72. Высоко летаешь, да низко садишься.
73. Двум господам не служат.
74. Мягко стелет, да твердо спать.
75. За одного битого двух небитых дают.
76. За худые дела слетит и голова.
77. Говорить умеет, да не смеет.
78. Кто до денег охоч, тот не спит и всю ночь.
79. Кабы не дырка во рту, так бы в золоте ходил.
80. Красив в строю, силен в бою.
81. Гори все синим пламенем.
82. На птичьих правах высоко не взлетишь.
83. Если все время мыслить, то когда же существовать.
84. Бараны умеют жить: у них самая паршивая овца в каракуле ходит.
85. Взялся за гуж, не говори, что не дюж.

Ответы испытуемый фиксирует на специальном бланке.

### ***Бланк ответов***

| Алко-<br>голь,<br>нарко-<br>тики                       | Несчаст<br>- н а я<br>любовь | Против<br>о-<br>правны<br>е<br>действи | Деньги<br>и<br>пробле<br>мы с<br>ними | Добров<br>ольный<br>уход из<br>жизни | Семей<br>- н ы е<br>неуря-<br>дицы | Потер<br>я<br>смысл<br>а<br>жизни | Чувство<br>неполноц<br>ен-ности,<br>ущербно-<br>сти, | Школьны<br>е<br>проблем<br>ы,<br>проблема | Отноше<br>-ния с<br>окружа<br>ющими |
|--------------------------------------------------------|------------------------------|----------------------------------------|---------------------------------------|--------------------------------------|------------------------------------|-----------------------------------|------------------------------------------------------|-------------------------------------------|-------------------------------------|
| Поставьте «+» в графу с темой услышанного высказывания |                              |                                        |                                       |                                      |                                    |                                   |                                                      |                                           |                                     |
|                                                        |                              |                                        |                                       |                                      |                                    |                                   |                                                      |                                           |                                     |
|                                                        |                              |                                        |                                       |                                      |                                    |                                   |                                                      |                                           |                                     |
|                                                        |                              |                                        |                                       |                                      |                                    |                                   |                                                      |                                           |                                     |
|                                                        |                              |                                        |                                       |                                      |                                    |                                   |                                                      |                                           |                                     |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

После заполнения бланка необходимо подсчитать количество отметок в каждой колонке и сравнить полученный результат с соответствующей интерпретационной таблицей.

***Интерпретационная таблица № 1 (мальчики 5-7 класс)***

|                                                     | Требуется<br>особое<br>внимание | Требуется<br>антисуицидальная<br>поддержка |
|-----------------------------------------------------|---------------------------------|--------------------------------------------|
| Алкоголь, наркотики                                 | 13-15                           | Более 15                                   |
| Несчастливая любовь                                 | 10-12                           | Более 12                                   |
| Противоправные действия                             | 13-15                           | Более 15                                   |
| Деньги и проблемы с ними                            | 16-17                           | Более 17                                   |
| Добровольный уход из<br>жизни                       | 10-11                           | Более 11                                   |
| Семейные неурядицы                                  | 12-14                           | Более 14                                   |
| Потеря смысла жизни                                 | 12-13                           | Более 13                                   |
| Чувство неполноценности,<br>ущербности, уродливости | 12-14                           | Более 14                                   |
| Школьные проблемы,<br>проблемы выбора жизненного    | 11-13                           | Более 13                                   |

|                            |       |          |
|----------------------------|-------|----------|
| пути                       |       |          |
| Отношения с<br>окружающими | 15-18 | Более 18 |

***Интерпретационная таблица № 2 (девочки 5-7 класс)***

|                                                               |                              |                               |
|---------------------------------------------------------------|------------------------------|-------------------------------|
|                                                               | Требуется особое<br>внимание | Требуется<br>антисуицидальная |
| Алкоголь, наркотики                                           | 10-11                        | Более 11                      |
| Несчастливая любовь                                           | 9-11                         | Более 11                      |
| Противоправные действия                                       | 12-14                        | Более 14                      |
| Деньги и проблемы с ними                                      | 15-17                        | Более 17                      |
| Добровольный уход из                                          | 10-11                        | Более 11                      |
| Семейные неурядицы                                            | 13-14                        | Более 14                      |
| Потеря смысла жизни                                           | 12-13                        | Более 13                      |
| Чувство неполноценности,<br><del>уверенности, упорности</del> | 13-14                        | Более 14                      |
| Школьные проблемы,<br><del>проблемы выбора жизненного</del>   | 12-14                        | Более 14                      |
| Отношения с окружающими                                       | 14 - 16                      | Более 16                      |

***Интерпретационная таблица № 3 (мальчики 8-9 класс)***

|                     |                                         |                                                    |
|---------------------|-----------------------------------------|----------------------------------------------------|
|                     | Требуется<br><br>особое<br><br>внимание | Требуется<br><br>антисуицидальная<br><br>поддержка |
| Алкоголь, наркотики | 11-12                                   | Более 12                                           |

|                                                    |       |          |
|----------------------------------------------------|-------|----------|
| Несчастливая любовь                                | 11-13 | Более 13 |
| Противоправные действия                            | 13-15 | Более 15 |
| Деньги и проблемы с ними                           | 16-18 | Более 18 |
| Добровольный уход из жизни                         | 10-12 | Более 12 |
| Семейные неурядицы                                 | 11-13 | Более 13 |
| Потеря смысла жизни                                | 11-12 | Более 12 |
| Чувство неполноценности, ущербности, уродливости   | 12-13 | Более 13 |
| Школьные проблемы, проблемы выбора жизненного пути | 10-12 | Более 12 |
| Отношения с окружающими                            | 14-16 | Более 16 |

***Интерпретационная таблица № 4 (девочки 8-9 класс)***

|                          | Требуется особое внимание | Требуется антиуницидальная поддержка |
|--------------------------|---------------------------|--------------------------------------|
| Алкоголь, наркотики      | 11-12                     | Более 12                             |
| Несчастливая любовь      | 11-12                     | Более 12                             |
| Противоправные действия  | 13-14                     | Более 14                             |
| Деньги и проблемы с ними | 16-17                     | Более 17                             |
| Добровольный уход из     | 9-11                      | Более 11                             |

|                                                          |       |          |
|----------------------------------------------------------|-------|----------|
| жизни                                                    |       |          |
| Семейные неурядицы                                       | 11-12 | Более 12 |
| Потеря смысла жизни                                      | 11-13 | Более 13 |
| Чувство неполноценности,<br>ущербности, уродливости      | 11-13 | Более 13 |
| Школьные проблемы,<br>проблемы выбора жизненного<br>пути | 11-12 | Более 12 |
| Отношения с окружающими                                  | 15-16 | Более 16 |

***Интерпретационная таблица № 5 (мальчики 10-11 класс)***

|                                                       | Требуется особое<br>внимание | Требуется<br>антисуицидальная |
|-------------------------------------------------------|------------------------------|-------------------------------|
| Алкоголь, наркотики                                   | 10-11                        | Более 11                      |
| Несчастливая любовь                                   | 8-10                         | Более 10                      |
| Противоправные действия                               | 13-15                        | Более 15                      |
| Деньги и проблемы с ними                              | 14-20                        | Более 20                      |
| Добровольный уход из                                  | 7-Б                          | Более 8                       |
| Семейные неурядицы                                    | 11-13                        | Более 13                      |
| Потеря смысла жизни                                   | 11-12                        | Более 12                      |
| Чувство неполноценности,<br>ущербности, уродливости   | 11-13                        | Более 13                      |
| Школьные проблемы,<br>проблемы выбора жизненного пути | 11-12                        | Более 12                      |
| Отношения с окружающими                               | 19-23                        | Более 23                      |

**Интерпретационная таблица № 6 (девочки 10-11 класс)**

|                                                          | Требуется особое<br>внимание | Требуется<br>антисуицидальная |
|----------------------------------------------------------|------------------------------|-------------------------------|
| Алкоголь, наркотики                                      | 9                            | Более 9                       |
| Несчастливая любовь                                      | 8-10                         | Более 10                      |
| Противоправные действия                                  | 13-15                        | Более 15                      |
| Деньги и проблемы с ними                                 | 18-20                        | Более 20                      |
| Добровольный уход из<br>жизни                            | 7-8                          | Более 8                       |
| Семейные неурядицы                                       | 12-13                        | Более 13                      |
| Потеря смысла жизни                                      | 11-13                        | Более 13                      |
| Чувство неполноценности,<br>ущербности, уродливости      | 12-13                        | Более 13                      |
| Школьные проблемы,<br>проблемы выбора жизненного<br>пути | 11-13                        | Более 13                      |
| Отношения с окружающими                                  | 22-25                        | Более 25                      |

Наличие суицидального риска определяет результат, полученный в колонке «Добровольный уход из жизни», а результаты остальных показателей дают информацию о факторе, который способствует формированию суицидальных намерений.

Если результат колонки «Добровольный уход из жизни» меньше представленных в интерпретационной таблице показателей, то это означает, что риск суицидального поведения невысок, но при этом можно судить о других факторах, представленных в остальных колонках, как о

стрессогенных проблемах, влияющих на состояние психологического комфорта подростка [3].

### **3. Модифицированный опросник «Незаконченные предложения»**

Методика «Незаконченные предложения» является одной из наиболее популярных проективных психологических методик, позволяющих получить информацию о личностных качествах, стремлениях, желаниях и опасениях человека. Поскольку тест не содержит каких-либо готовых вариантов ответа, он позволяет обойти желание испытуемого «быть хорошим» и позволяет получить разнообразную информацию о личностных особенностях. Модифицированный вариант данного опросника, как и предыдущая методика, позволяет изучить отношение подростка к добровольному уходу из жизни.

**Инструкция испытуемому:** «Продолжите данные предложения, как вам захочется. Здесь нет правильных и неправильных ответов, можете писать все, что первым приходит в голову».

#### **Текст опросника**

1. Мои родители думают, что я ...
2. Я больше всего счастлив, когда мои родители ...
3. Наша семья ...
4. Моя мама ...
5. Мой папа ...
6. Для меня жизнь - это ...
7. Я отлично чувствую себя дома, когда ...
8. На мой взгляд, самоубийство ...
9. На месте своего отца я бы ...
10. На месте своей мамы я бы ...
11. Мне неприятно, когда ...
12. Мысли о самоубийстве возникали у меня ...
13. Если бы я был взрослым ...

- 14.Мое будущее кажется мне ...
- 15.Если бы мой друг сказал мне, что хочет уйти из жизни, я бы ...
- 16.На мой взгляд, человек, покончивший жизнь самоубийством ...
- 17.Мне приятно ...
- 18.Для меня смерть - это ...
- 19.Если бы близкий мне человек добровольно ушел из жизни, я бы ...
- 20.Я хочу сказать тебе, мама ...
- 21.Я хочу сказать тебе, папа ...

**Обработка результатов** проводится через качественный анализ полученных высказываний.

Более продуктивно данная методика может быть использована при фиксации времени реакции подростка. Для этого изменяется форма подачи материала: ребенок сначала зачитывает начало предложения и вслух говорит продолжение, психолог фиксирует время, которое потребовалось для выполнения задания. Затем подросток записывает предложения и сбоку отмечает время, которое ему говорит психолог. При обработке результатов необходимо высчитать среднее время реакции, которое потребовалось для выполнения всего теста, и сравнить его со временем реакции на значимые предложения (6, 8, 12, 15, 16,18, 19). Если время реакции на эти предложения меньше или больше среднего, тема суицида является личностно значимой. Если время значительно больше среднего, значит, эта тема болезненна для подростка, и он стремится скрыть, подавить свои переживания. Также следует обратить внимание на соответствие времени реакции и содержания предложения: если время больше среднего, а ответ дан нейтральный, следовательно, подросток стремится скрыть свои мысли по данному вопросу от психолога. Если время реакции меньше среднего, значит, эта тема уже не раз обдумывалась подростком [42].

#### 4. Шкала депрессии Цунга для определения сниженного настроения и субдепрессии

Большинство потенциальных самоубийц страдают от депрессии, именно она является началом суицидального поведения. Депрессия начинается постепенно, ее первыми сигналами являются тревога и уныние. Подростки отмечают, что последнее время стали подавленными, печальными, «хандрят», будущее начинает казаться тусклым, безрадостным. И потом уже приходят мысли об уходе из жизни.

Таким образом, для оценки суицидального риска большое значение имеет раннее выявление депрессивного состояния, что позволяет сделать методика Цунга.

**Инструкция испытуемому:** «Прочитайте внимательно каждое из приведенных ниже предложений и зачеркните соответствующую цифру справа в зависимости от того, как вы себя чувствуете в последнее время. Над вопросами долго не задумывайтесь, поскольку правильных или неправильных ответов нет».

##### Текст опросника

| Вопросы                         | Никогда | Иногда | Часто | Почти<br>всегда<br>или<br>постоянно |
|---------------------------------|---------|--------|-------|-------------------------------------|
| 1. Я чувствую<br>подавленность. | 1       | 2      | 3     | 4                                   |

|                                                                                   |   |   |   |   |
|-----------------------------------------------------------------------------------|---|---|---|---|
| 2. Утром я чувствую себя лучше всего.                                             | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 3. У меня бывают периоды плача или близости к слезам.                             | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 4. У меня плохой ночной сон.                                                      | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 5. Аппетит у меня не хуже обычного.                                               | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 6. Мне приятно смотреть на привлекательных женщин (мужчин), разговаривать с ними. | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 7. Я замечаю, что теряю вес.                                                      | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 8. Меня беспокоят запоры.                                                         | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 9. Сердце бьется быстрее, чем обычно.                                             | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 10. Я устаю без всяких причин.                                                    | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 11. Я мыслю так же ясно, как всегда.                                              | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 12. Мне легко делать то, что я умею.                                              | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 13. Чувствую беспокойство и не могу                                               | 1 | 2 | 3 | 4 |

|                                                       |   |   |   |   |
|-------------------------------------------------------|---|---|---|---|
| усидеть на месте.                                     |   |   |   |   |
| 14. У меня есть надежды на будущее.                   | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 15. Я более раздражителен, чем обычно.                | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 16. Мне легко принимать решения.                      | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 17. Я чувствую, что полезен и необходим.              | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 18. Я живу достаточно полной жизнью.                  | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 19. Я чувствую, что другим станет лучше, если я умру. | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 20. Меня до сих пор радует то, что радовало всегда.   | 1 | 2 | 3 | 4 |

**Обработка результатов:** по результатам теста подсчитывается уровень депрессии по формуле: УД = «прямые» + «обратные».

«Прямые» – это сумма зачеркнутых цифр к прямым высказываниям – 1, 3, 4, 7, 8, 9, 10, 13, 15, 19.

К «обратным» высказываниям относятся утверждения 2, 5, 6, 11, 12, 14, 16, 17, 18, 20.

Например, если к этим высказываниям выбран вариант ответа 1-присваиваем 4; 2 – присваиваем 3; 3 – присваиваем 2; 4 – присваиваем 1.

В результате получаем УД, который колеблется от 20 до 80 баллов:

- не более 50 – состояние без депрессии;
- 51-59 – легкая депрессия ситуационного или невротического характера;
- 60-69 – субдепрессивное состояние;
- более 70 – истинное депрессивное состояние.

При выявлении легкой депрессии ситуационного или невротического характера желательно пригласить подростка на индивидуальную консультацию к психологу. Если же выявляется истинное депрессивное состояние, необходимо срочно обратиться к психотерапевту.

Кроме того, важно обратить внимание на вопросы № 1, 14, 17, 19, которые содержат прямое указание на отношение подростка к жизни и могут служить индикаторами суицидальных тенденций даже при отсутствии депрессии [15].

## **5. Методика диагностики уровня субъективного ощущения одинокости Д.Рассела и М.Фергюсона**

Одним из основных мотивов совершения суицида, особенно среди подростков, является чувство собственного одиночества. Подросток ощущает себя как бы «выпавшим» из активной социальной жизни, жалуется на отсутствие близких людей, которым он мог бы доверять. Отсутствие теплых эмоциональных связей с окружающими нередко становится решающим аргументом за добровольный уход из жизни: «я все равно никому не нужен», «меня никто не любит», «никто не огорчится моей смерти». Поэтому для

выявления суицидального риска большое значение имеет оценка качества межличностных отношений, того, насколько человек чувствует поддержку окружающих, веру в него или же, наоборот, свое одиночество и изоляцию.

Опросник включает в себя 20 утверждений, предлагается четыре варианта ответа:

- часто;
- иногда;
- редко;
- иногда.

**Инструкция испытуемому:** «Вам предлагается ряд утверждений. Рассмотрите последовательно каждое и оцените с точки зрения частоты их проявления применительно к вашей жизни при помощи четырех вариантов ответов: «часто», «иногда», «редко», «никогда». Выбранный вариант отметьте знаком «+».

### Текст опросника

| Утверждения |                                                      | часто | иногда | редко | никогда |
|-------------|------------------------------------------------------|-------|--------|-------|---------|
| 1.          | Я несчастлив, занимаясь столькими вещами в одиночку. |       |        |       |         |
| 2.          | Мне не с кем поговорить.                             |       |        |       |         |
| 3.          | Для меня невыносимо быть таким одиноким.             |       |        |       |         |
| 4.          | Мне не хватает общения.                              |       |        |       |         |
| 5.          | Я чувствую, будто никто действительно                |       |        |       |         |

|     |                                                                    |  |  |  |  |
|-----|--------------------------------------------------------------------|--|--|--|--|
|     | не понимает меня.                                                  |  |  |  |  |
| 6.  | Я застаю себя в ожидании, что люди позвонят или напишут мне.       |  |  |  |  |
| 7.  | Нет никого, к кому я мог бы обратиться.                            |  |  |  |  |
| 8.  | Я сейчас больше ни с кем не близок.                                |  |  |  |  |
| 9.  | Те, кто меня окружает, не разделяют мои интересы и идеи.           |  |  |  |  |
| 10. | Я чувствую себя покинутым.                                         |  |  |  |  |
| 11. | Я не способен раскрепощаться и общаться с теми, кто меня окружает. |  |  |  |  |
| 12. | Я чувствую себя совершенно одиноким.                               |  |  |  |  |
| 13. | Мои социальные отношения и связи поверхностны.                     |  |  |  |  |
| 14. | Я умираю по компании.                                              |  |  |  |  |
| 15. | В действительности никто как следует не знает меня.                |  |  |  |  |
| 16. | Я чувствую себя изолированным от других.                           |  |  |  |  |
| 17. | Я несчастен, будучи таким отверженным.                             |  |  |  |  |
| 18. | Мне трудно заводить друзей.                                        |  |  |  |  |
| 19. | Я чувствую себя исключенным и изолированным другими.               |  |  |  |  |

|     |                                  |  |  |  |  |
|-----|----------------------------------|--|--|--|--|
| 20. | Люди вокруг меня, но не со мной. |  |  |  |  |
|-----|----------------------------------|--|--|--|--|

Подсчитывается количество каждого из вариантов ответов. Сумма ответов «часто» умножается на три, «иногда» - на два, «редко» - на один и «никогда» — на 0. Полученные результаты складываются. Максимально возможный показатель одиночества - 60 баллов.

Высокую степень одиночества показывают от 40 до 60 баллов, от 20 до 40 баллов - средний уровень одиночества, от 0 до 20 баллов - низкий уровень одиночества [43].

#### **6. Тест – опросник самоотношения В.В.Столина**

Тест-опросник самоотношения построен в соответствии с разработанной В.В. Столиным иерархической моделью структуры самоотношения. Применение данного опросника позволяет получить информацию об отношении человека к самому себе, к своей личности, о степени принятия или отвержения своей личности.

Опросник включает следующие базовые шкалы:

- шкала S – отражает интегральное чувство «за» (принятия) или «против» (непринятия) собственного «Я»;
- шкала I – самоуважение;
- шкала II – аутосимпатия;
- шкала III – ожидание положительного отношения от других;
- шкала IV - самоинтерес.

Также опросник содержит семь дополнительных шкал, отражающих преобладающие установки на те или иные внутренние действия в адрес собственного «Я»:

- шкала 1 – самоуверенность;
- шкала 2 – отношение других;
- шкала 3 – самопринятие;
- шкала 4 – саморуководство, самопоследовательность;
- шкала 5 – самообвинение;
- шкала 6 – самоинтерес;
- шкала 7 – самопонимание.

**Инструкция испытуемому:** «Вам предлагается ряд утверждений. Если вы считаете, что данное утверждение верно по отношению к вам, поставьте «+» в бланке ответов напротив данного утверждения, если не верно – поставьте « - ».

### **Текст опросника**

1. Думаю, что большинство моих знакомых относятся ко мне с симпатией.
2. Мои слова не так уж часто расходятся с делом.
3. Думаю, что многие видят во мне что-то сходное с собой.
4. Когда я пытаюсь себя оценить, я прежде всего вижу свои недостатки.
5. Думаю, что как личность я вполне могу быть притягательным для других.
6. Когда я вижу себя глазами любящего меня человека, меня неприятно поражает то, насколько мой образ далек от действительности.
7. Мое «Я» всегда мне интересно.

8. Я считаю, что иногда не грех пожалеть самого себя.
9. В моей жизни есть или были люди, с которыми я был чрезвычайно близок.
10. Собственное уважение мне еще надо заслужить.
11. Бывало, и не раз, что я сам себя остро ненавидел.
12. Я вполне доверяю своим внезапно возникшим желаниям.
13. Я сам хотел во многом себя переделать.
14. Мое собственное «Я» не представляется мне чем-то достойным глубокого внимания.
15. Я искренне хочу, чтобы у меня было все хорошо в жизни.
16. Если я и отношусь к кому-нибудь с укоризной, то прежде всего к самому себе.
17. Случайному знакомому я скорее всего покажусь человеком приятным.
18. Чаще всего я одобряю свои планы и поступки.
19. Собственные слабости вызывают у меня что-то наподобие презрения.
20. Если бы я раздвоился, то мне было бы довольно интересно общаться со своим двойником.
21. Некоторые свои качества я ощущаю, как посторонние, чужие мне.
22. Вряд ли кто-либо сможет почувствовать свое сходство со мной.
23. У меня достаточно способностей и энергии воплотить в жизнь задуманное.
24. Часто я не без издевки подшучиваю над собой.
25. Самое разумное, что может сделать человек в своей жизни - это подчиниться собственной судьбе.

26. Посторонний человек, на первый взгляд, найдет во мне много отталкивающего.
27. К сожалению, если я сказал что-то, это не значит, что именно так и буду поступать.
28. Свое отношение к самому себе можно назвать дружеским.
29. Быть снисходительным к своим слабостям вполне естественно.
30. У меня не получается быть для любимого человека интересным длительное время.
31. В глубине души я хотел бы, чтобы со мной произошло что-то катастрофическое.
32. Вряд ли я вызываю симпатию у большинства моих знакомых.
33. Мне бывает очень приятно увидеть себя глазами любящего меня человека.
34. Когда у меня возникает какое-либо желание, я прежде всего спрашиваю у себя, разумно ли это.
35. Иногда мне кажется, что если бы какой-то мудрый человек смог увидеть меня насквозь, он тут же понял, какое я ничтожество.
36. Временами я сам собой восхищаюсь.
37. Можно сказать, что я ценю себя достаточно высоко.
38. В глубине души я никак не могу поверить, что я действительно взрослый человек.
39. Без посторонней помощи я мало что могу сделать.
40. Иногда я сам себя плохо понимаю.
41. Мне очень мешает недостаток энергии, воли и целеустремленности.

42. Думаю, что другие в целом оценивают меня достаточно высоко.
43. В моей личности есть, наверное, что-то такое, что способно вызывать у других острую неприязнь.
44. Большинство моих знакомых не принимает меня уж так всерьез.
45. Сам у себя я довольно часто вызываю чувство раздражения.
46. Я вполне могу сказать, что уважаю себя сам.
47. Даже мои негативные черты не кажутся мне чужими.
48. В целом меня устраивает то, какой я есть.
49. Вряд ли меня можно любить по-настоящему.
50. Моим мечтам и планам не хватает реалистичности.
51. Если бы мое второе «Я» существовало, то для меня это был бы самый скучный партнер по общению.
52. Думаю, что мог бы найти общий язык с любым разумным и знающим человеком.
53. То, что во мне происходит, как правило, мне понятно.
54. Мои достоинства вполне перевешивают мои недостатки.
55. Вряд ли найдется много людей, которые обвинят меня в отсутствии совести.
56. Когда со мной случаются неприятности, как правило, я говорю: «И по делом тебе».
57. Я могу сказать, что в целом я контролирую свою судьбу.

**Обработка результатов:** подсчет баллов по каждой шкале ведется в соответствии с ключом, баллы начисляются в случае совпадения знака ответа

испытуемого с ключом. Одно и то же утверждение может относиться одновременно к нескольким шкалам.

Шкала S:

« + »: 2, 5, 23, 27, 33, 42, 46, 48, 52, 53, 57.

« - »: 6, 9, 13, 14, 16, 18, 30, 35, 38, 39, 41, 43, 44, 45, 49, 50, 56.

Шкала I «самоуважение»:

« + »: 2, 23, 53, 57.

« - »: 8, 13, 25, 27, 31, 35, 38, 39, 40, 41, 50.

Шкала II «аутосимпатия»:

« + »: 12, 18, 28, 29, 37, 46, 48, 54.

« - »: 4, 9, 11, 16, 19, 24, 45, 56.

Шкала III «ожидание положительного отношения от других»:

« + »: 1, 5, 10, 15, 42, 55.

« - »: 3, 26, 30, 32, 43, 44, 49.

Шкала IV «самоинтерес»:

« + »: 7, 17, 20, 33, 34, 52.

« - »: 14, 51.

Шкала 1 «самоуверенность»:

« + »: 2, 23, 37, 42, 46.

« - »: 38, 39, 41.

Шкала 2 «отношение других»:

« + »: 1, 5, 10, 52, 55 .

« - »: 32, 43, 44.

Шкала 3 «самопринятие»:

« + »: 12, 18, 28, 47, 48, 54.

« - »: 21.

Шкала 4 «саморуководство»:

« + »: 50, 57.

« - »: 25, 27, 31, 35, 36.

Шкала 5 «самообвинение»:

« + »: 3, 4, 9, 11, 16, 24, 45, 56.

« - »: нет.

Шкала 6 «самоинтерес»:

« + »: 17, 20, 33.

« - »: 26, 30, 49, 51.

Шкала 7 «самопонимание»:

« + »: 53.

« - »: 6, 8, 13, 15, 22, 40.

«Сырые баллы» по каждой шкале подсчитываются путем суммирования утверждений, с которыми испытуемый согласен, если они входят в фактор с положительным знаком, и утверждений, с которыми испытуемый не согласен, если они входят в фактор с отрицательным знаком.

После подсчета «сырых баллов» производится их перевод в проценты в соответствии со следующей таблицей:

**Таблица перевода «сырых баллов» в проценты**

| Фактор S     |          |              |          | Фактор I     |          |              |          |
|--------------|----------|--------------|----------|--------------|----------|--------------|----------|
| «Сырой балл» | Проценты | «Сырой балл» | Проценты | «Сырой балл» | Проценты | «Сырой балл» | Проценты |
| 0            | 0        | 16           | 74.33    |              |          |              |          |
| 1            | 0.67     | 17           | 80.00    |              |          |              |          |
| 2            | 3.00     | 18           | 85.00    |              |          |              |          |
| 3            | 5.33     | 19           | 88.00    | 0            | 1.67     | 8            | 58.67    |
| 4            | 6.33     | 20           | 90.67    | 1            | 4.00     | 9            | 71.33    |
| 5            | 9.00     | 21           | 93.33    | 2            | 6.00     | 10           | 80.00    |
| 6            | 13.00    | 22           | 96.00    | 3            | 9.33     | 11           | 86.67    |
| 7            | 16.00    | 23           | 96.67    | 4            | 16.00    | 12           | 91.33    |
| 8            | 21.33    | 24           | 98.00    | 5            | 25.33    | 13           | 96.67    |
| 9            | 26.67    | 25           | 98.33    | 6            | 34.00    | 14           | 99.67    |
| 10           | 32.33    | 26           | 98.67    | 7            | 44.67    | 15           | 100.00   |
| 11           | 38.33    | 27           | 99.67    |              |          |              |          |
| 12           | 49.00    | 28           | 99.67    |              |          |              |          |
| 13           | 55.33    | 29           | 100.00   |              |          |              |          |

|                  |          |              |          |                   |          |              |          |
|------------------|----------|--------------|----------|-------------------|----------|--------------|----------|
| 14               | 62.67    | 30           | 100.00   |                   |          |              |          |
| 15               | 69.33    |              |          |                   |          |              |          |
| <b>Фактор II</b> |          |              |          | <b>Фактор III</b> |          |              |          |
| «Сырой балл»     | Проценты | «Сырой балл» | Проценты | «Сырой балл»      | Проценты | «Сырой балл» | Проценты |
| 0                | 0.33     | 9            | 69.67    | 0                 | 0.00     | 7            | 17.67    |
| 1                | 3.67     | 10           | 77.33    | 1                 | 0.00     | 8            | 27.33    |
| 2                | 9.00     | 11           | 86.00    | 2                 | 0.67     | 9            | 39.67    |
| 3                | 16.00    | 12           | 90.67    | 3                 | 1.00     | 10           | 53.00    |
| 4                | 21.67    | 13           | 96.67    | 4                 | 3.33     | 11           | 72.33    |
| 5                | 28.00    | 14           | 98.33    | 5                 | 6.00     | 12           | 91.33    |
| 6                | 37.33    | 15           | 99.67    | 6                 | 9.00     | 13           | 100.00   |
| 7                | 47.00    | 16           | 100.00   |                   |          |              |          |
| 8                | 58.00    |              |          |                   |          |              |          |
| <b>Фактор IV</b> |          |              |          | <b>Фактор 1</b>   |          |              |          |
| «Сырой балл»     | Проценты | «Сырой балл» | Проценты | «Сырой балл»      | Проценты | «Сырой балл» | Проценты |
| 0                | 0.67     | 5            | 49.67    | 0                 | 3.77     | 5            | 65.67    |
| 1                | 2.00     | 6            | 71.33    | 1                 | 7.33     | 6            | 81.33    |
| 2                | 5.33     | 7            | 92.33    | 2                 | 16.67    | 7            | 92.33    |
| 3                | 16.00    | 8            | 100.00   | 3                 | 29.33    | 8            | 100.00   |

|                 |          |                 |          |                 |          |                 |          |
|-----------------|----------|-----------------|----------|-----------------|----------|-----------------|----------|
| 4               | 29.00    |                 |          | 4               | 47.67    |                 |          |
| <b>Фактор 2</b> |          |                 |          | <b>Фактор 3</b> |          |                 |          |
| «Сырой<br>балл» | Проценты | «Сырой<br>балл» | Проценты | «Сырой<br>балл» | Проценты | «Сырой<br>балл» | Проценты |
| 0               | 0.00     | 5               | 32.00    | 0               | 2.67     | 4               | 50.67    |
| 1               | 0.67     | 6               | 51.33    | 1               | 7.67     | 5               | 70.67    |
| 2               | 3.67     | 7               | 80.00    | 2               | 16.67    | 6               | 89.67    |
| 3               | 7.33     | 8               | 100.00   | 3               | 34.33    | 7               | 100.00   |
| 4               | 15.00    |                 |          |                 |          |                 |          |
| <b>Фактор 4</b> |          |                 |          | <b>Фактор 5</b> |          |                 |          |
| «Сырой<br>балл» | Проценты | «Сырой<br>балл» | Проценты | «Сырой<br>балл» | Проценты | «Сырой<br>балл» | Проценты |
| 0               | 3.00     | 4               | 60.33    | 0               | 1.67     | 5               | 60.67    |
| 1               | 9.67     | 5               | 79.67    | 1               | 4.67     | 6               | 81.67    |
| 2               | 25.67    | 6               | 92.00    | 2               | 15.00    | 7               | 96.67    |
| 3               | 38.33    | 7               | 100.00   | 3               | 27.67    | 8               | 100.00   |
|                 |          |                 |          | 4               | 43.33    |                 |          |
| <b>Фактор 6</b> |          |                 |          | <b>Фактор 7</b> |          |                 |          |
| «Сырой<br>балл» | Проценты | «Сырой<br>балл» | Проценты | «Сырой<br>балл» | Проценты | «Сырой<br>балл» | Проценты |
| 0               | 0.67     | 4               | 34.33    | 0               | 4.33     | 4               | 83.67    |

|   |       |   |        |   |       |   |        |
|---|-------|---|--------|---|-------|---|--------|
| 1 | 3.00  | 5 | 54.67  | 1 | 21.33 | 5 | 94.00  |
| 2 | 11.33 | 6 | 80.00  | 2 | 43.33 | 6 | 99.33  |
| 3 | 20.00 | 7 | 100.00 | 3 | 68.67 | 7 | 100.00 |

После перевода «сырых баллов» в проценты делается вывод о степени выраженности того или иного признака в соответствии со следующими критериями:

- при значении показателя меньше 50 – признак выражен слабо, либо отсутствует;
- при значении показателя от 51 до 74 – признак выражен умеренно;
- при значении показателя свыше 75 – признак сильно выражен.

Для выявления суицидального риска особое значение имеют низкие показатели по таким шкалам, как «самоуважение», «аутосимпатия», «самопринятие», а также по интегральной шкале «S». Следует обратить внимание на испытуемых, набравших высокие баллы по шкале «самообвинение». Данные показатели указывают на наличие неразрешенного внутриличностного конфликта, недовольства собой, отвержения собственной личности. Подобные особенности самоотношения при неблагоприятных внешних обстоятельствах могут привести к развитию суицидальных тенденций.

Кроме того, следует обратить внимание на значения, полученные по шкалам «ожидание положительного отношения от других», «отношение других». Высокие показатели по этим шкалам свидетельствуют о зависимости самооценки человека от мнения окружающих, наличии потребности в постоянном одобрении. Недостаток внимания или негативные оценки со стороны значимых людей могут привести к формированию

внутреннего конфликта или демонстративному суицидальному поведению [44].

## **7. Опросник FPI**

Опросник FPI является личностным опросником, предназначенным для диагностики состояний и свойств личности, которые имеют первостепенное значение для процесса социальной адаптации и регуляции поведения. Данный опросник является наиболее диагностичным с точки зрения выявления свойств личности, способствующих формированию истинного или мнимого суицидального поведения.

Опросник FPI содержит 12 шкал; общее количество вопросов - 114. Один (первый) вопрос ни в одну из шкал не входит, так как имеет проверочный характер. Шкалы опросника I-IX являются основными, или базовыми, а X-XII - производными, интегрирующими. Производные шкалы составлены из вопросов основных шкал и обозначаются иногда не цифрами, а буквами E, N и M соответственно.

**Шкала I (невротичность)** характеризует уровень невротизации личности. Высокие оценки соответствуют выраженному невротическому синдрому астенического типа со значительными психосоматическими нарушениями.

**Шкала II (спонтанная агрессивность)** позволяет выявить и оценить психопатизацию интрогенсивного типа. Высокие оценки свидетельствуют о повышенном уровне психопатизации, создающем предпосылки для импульсивного поведения.

**Шкала III (депрессивность)** дает возможность диагностировать признаки, характерные для психопатологического депрессивного синдрома. Высокие оценки по шкале соответствуют наличию этих признаков в

эмоциональном состоянии, в поведении, в отношениях к себе и к социальной среде.

**Шкала IV (раздражительность)** позволяет судить об эмоциональной устойчивости. Высокие оценки свидетельствуют о неустойчивом эмоциональном состоянии со склонностью к аффективному реагированию.

**Шкала V (общительность)** характеризует как потенциальные возможности, так и реальные проявления социальной активности. Высокие оценки позволяют говорить о наличии выраженной потребности в общении и постоянной готовности к удовлетворению этой потребности.

**Шкала VI (уравновешенность)** отражает устойчивость к стрессу. Высокие оценки свидетельствуют о хорошей защищенности к воздействию стрессовых факторов обычных жизненных ситуаций, базирующейся на уверенности в себе, оптимистичности и активности.

**Шкала VII (реактивная агрессивность)** имеет целью выявить наличие признаков психопатизации экстратенсивного типа. Высокие оценки свидетельствуют о высоком уровне психопатизации, характеризующемся агрессивным отношением к социальному окружению и выраженным стремлением к доминированию.

**Шкала VIII (застенчивость)** отражает предрасположенность к стрессовому реагированию на обычные жизненные ситуации, протекающему по пассивно-оборонительному типу. Высокие оценки по шкале отражают наличие тревожности, скованности, неуверенности, следствием чего являются трудности в социальных контактах.

**Шкала IX (открытость)** позволяет характеризовать отношение к социальному окружению и уровень самокритичности. Высокие оценки свидетельствуют о стремлении к доверительно-откровенному взаимодействию с окружающими людьми при высоком уровне

самокритичности. Оценки по данной шкале могут в той или иной мере способствовать анализу искренности ответов обследуемого при работе с данным опросником, что соответствует шкалам лжи других опросников.

**Шкала X (экстраверсия - интроверсия).** Высокие оценки по шкале соответствуют выраженной экстравертированности личности, низкие - выраженной интровертированности.

**Шкала XI (эмоциональная лабильность).** Высокие оценки указывают на неустойчивость эмоционального состояния, проявляющуюся в частых колебаниях настроения, повышенной возбудимости, раздражительности, недостаточной саморегуляции. Низкие оценки могут характеризовать не только высокую стабильность эмоционального состояния как такового, но и хорошее умение владеть собой.

**Шкала XII (маскулинность - фемининность).** Высокие оценки свидетельствуют о протекании психической деятельности преимущественно по мужскому типу, низкие - по женскому.

**Инструкция испытуемому:** «На последующих страницах имеется ряд утверждений, каждое из которых подразумевает относящийся к вам вопрос о том, соответствует или не соответствует данное утверждение каким-то особенностям вашего поведения, отдельных поступков, отношения к людям, взглядам на жизнь и т.п. Если вы считаете, что такое соответствие имеет место, то дайте ответ «Да», в противном случае - ответ «Нет». Свой ответ зафиксируйте в имеющемся у вас ответном листе, поставив крестик в клеточку, соответствующую номеру утверждения в вопроснике и виду вашего ответа. Ответы необходимо дать на все вопросы.

Успешность исследования во многом зависит от того, насколько внимательно выполняется задание. Ни в коем случае не следует стремиться своими ответами произвести на кого-то лучшее впечатление, так как ни один ответ не оценивается как хороший или плохой. Вы не должны долго

размышлять над каждым вопросом, а старайтесь как можно быстрее решить, какой из двух ответов, пусть весьма относительно, но все-таки кажется вам ближе к истине. Вас не должно смущать, если некоторые из вопросов покажутся слишком личными, поскольку исследование не предусматривает анализа каждого вопроса и ответа, а опирается лишь на количество ответов одного и другого вида. Кроме того, Вы должны знать, что результаты индивидуально-психологических исследований, как и медицинских, не подлежат широкому обсуждению».

### **Текст опросника**

1. Я внимательно прочел инструкцию и готов откровенно ответить на все вопросы анкеты.
2. По вечерам я предпочитаю развлекаться в веселой компании (гости, дискотека, кафе и т.п.).
3. Моему желанию познакомиться с кем-либо всегда мешает то, что мне трудно найти подходящую тему для разговора.
4. У меня часто болит голова.
5. Иногда я ощущаю стук в висках и пульсацию в области шеи.
6. Я быстро теряю самообладание, но и так же быстро беру себя в руки.
7. Бывает, что я смеюсь над неприличным анекдотом.
8. Я избегаю о чем-либо расспрашивать и предпочитаю узнавать то, что мне нужно, другим путем.
9. Я предпочитаю не входить в комнату, если не уверен, что мое появление пройдет незамеченным.
10. Могу так вспылить, что готов разбить все, что попадет под руку.
11. Чувствую себя неловко, если окружающие почему-то начинают обращать на меня внимание.
12. Я иногда чувствую, что сердце начинает работать с перебоями или начинает биться так, что, кажется, готово выскочить из груди.
13. Не думаю, что можно было бы простить обиду.

14. Не считаю, что на зло надо отвечать злом, и всегда следую этому.
15. Если я сидел, а потом резко встал, то у меня темнеет в глазах и кружится голова.
16. Я почти ежедневно думаю о том, насколько лучше была бы моя жизнь, если бы меня не преследовали неудачи.
17. В своих поступках я никогда не исхожу из того, что людям можно полностью доверять.
18. Могу прибегнуть к физической силе, если требуется отстоять свои интересы.
19. Легко могу развеселить самую скучную компанию.
20. Я легко смущаюсь.
21. Меня ничуть не обижает, если делаются замечания относительно моей работы или меня лично.
22. Нередко чувствую, как у меня немеют или холодеют руки и ноги.
23. Бываю неловким в общении с другими людьми.
24. Иногда без видимой причины чувствую себя подавленным, несчастным.
25. Иногда нет никакого желания чем-либо заняться.
26. Порой я чувствую, что мне не хватает воздуха, будто бы я выполнял очень тяжелую работу.
27. Мне кажется, что в своей жизни я очень многое делал неправильно.
28. Мне кажется, что другие нередко смеются надо мной.
29. Люблю такие задания, когда можно действовать без долгих размышлений.
30. Я считаю, что у меня предостаточно оснований быть не очень-то довольным своей судьбой.
31. Часто у меня нет аппетита.
32. В детстве я радовался, если родители или учителя наказывали других детей.
33. Обычно я решителен и действую быстро.
34. Я не всегда говорю правду.

35. С интересом наблюдаю, когда кто-то пытается выпутаться из неприятной истории.
36. Считаю, что все средства хороши, если надо настоять на своем.
37. То, что прошло, меня мало волнует.
38. Не могу представить ничего такого, что стоило бы доказывать кулаками.
39. Я не избегаю встреч с людьми, которые, как мне кажется, ищут ссоры со мной.
40. Иногда кажется, что я вообще ни на что не годен.
41. Мне кажется, что я постоянно нахожусь в каком-то напряжении и мне трудно расслабиться.
42. Нередко у меня возникают боли «под ложечкой» и различные неприятные ощущения в животе.
43. Если обижают моего друга, я стараюсь отомстить обидчику.
44. Бывало, я опаздывал к назначенному времени.
45. В моей жизни было так, что я почему-то позволил себе мучить животное.
46. При встрече со старым знакомым от радости я готов броситься ему на шею.
47. Когда я чего-то боюсь, у меня пересыхает во рту, дрожат руки и ноги.
48. Частенько у меня бывает такое настроение, что с удовольствием ничего не видел бы и не слышал.
49. Когда ложусь спать, то обычно засыпаю уже через несколько минут.
50. Мне доставляет удовольствие, как говорится, ткнуть носом других в их ошибки.
51. Иногда могу похвастаться.
52. Активно участвую в организации общественных мероприятий.
53. Нередко бывает так, что приходится смотреть в другую сторону, чтобы избежать нежелательной встречи.
54. В свое оправдание я иногда кое-что выдумывал.
55. Я почти всегда подвижен и активен.

- 56.Нередко сомневаюсь, действительно ли интересно моим собеседникам то, что я говорю.
- 57.Иногда вдруг чувствую, что весь покрываюсь потом.
- 58.Если сильно разозлюсь на кого-то, то могу его и ударить.
- 59.Меня мало волнует, что кто-то плохо ко мне относится.
- 60.Обычно мне трудно возражать моим знакомым.
- 61.Я волнуюсь и переживаю даже при мысли о возможной неудаче.
- 62.Я люблю не всех своих знакомых.
- 63.У меня бывают мысли, которых следовало бы стыдиться.
- 64.Не знаю почему, но иногда появляется желание испортить то, чем восхищаются.
- 65.Я предпочитаю заставить любого человека сделать то, что мне нужно, чем просить его об этом.
- 66.Я нередко беспокоюсь двигаю рукой или ногой.
- 67.Предпочитаю провести свободный вечер, занимаясь любимым делом, а не развлекаясь в веселой компании.
- 68.В компании я веду себя не так, как дома.
- 69.Иногда, не подумав, скажу такое, о чем лучше бы помолчать.
- 70.Боюсь стать центром внимания даже в знакомой компании.
- 71.Хороших знакомых у меня очень немного.
- 72.Иногда бывают такие периоды, когда яркий свет, яркие краски, сильный шум вызывают у меня болезненно неприятные ощущения, хотя я вижу, что на других людей это так не действует.
- 73.В компании у меня нередко возникает желание кого-нибудь обидеть или разозлить.
- 74.Иногда думаю, что лучше бы не родиться на свет, как только представляю себе, сколько всяких неприятностей, возможно, придется испытать в жизни.
- 75.Если кто-то меня серьезно обидит, то получит свое сполна.
- 76.Я не стесняюсь в выражениях, если меня выведут из себя.

77. Мне нравится так задать вопрос или так ответить, чтобы собеседник растерялся.
78. Бывало, откладывал то, что требовалось сделать немедленно.
79. Не люблю рассказывать анекдоты или забавные истории.
80. Повседневные трудности и заботы часто выводят меня из равновесия.
81. Не знаю, куда деться при встрече с человеком, который был в компании, где я вел себя неловко.
82. К сожалению, отношусь к людям, которые бурно реагируют даже на жизненные мелочи.
83. Я робею при выступлении перед большой аудиторией.
84. У меня довольно часто меняется настроение.
85. Я устаю быстрее, чем большинство окружающих меня людей.
86. Если я чем-то сильно взволнован или раздражен, то чувствую это как бы всем телом.
87. Мне докучают неприятные мысли, которые назойливо лезут в голову.
88. К сожалению, меня не понимают ни в семье, ни в кругу моих знакомых.
89. Если сегодня я посплю меньше обычного, то завтра не буду чувствовать себя отдохнувшим.
90. Стараюсь вести себя так, чтобы окружающие опасались вызвать мое неудовольствие.
91. Я уверен в своем будущем.
92. Иногда я оказывался причиной плохого настроения кого-нибудь из окружающих.
93. Я не прочь посмеяться над другими.
94. Я отношусь к людям, которые «за словом в карман не лезут».
95. Я принадлежу к людям, которые ко всему относятся достаточно легко.
96. Подростком я проявлял интерес к запретным темам.
97. Иногда зачем-то причинял боль любимым людям.
98. У меня нередко конфликты с окружающими из-за их упрямства.
99. Часто испытываю угрызения совести в связи со своими поступками.

100. Я нередко бываю рассеянным.
101. Не помню, чтобы меня особенно опечалили неудачи человека, которого я не могу терпеть.
102. Часто я слишком быстро начинаю досадовать на других.
103. Иногда неожиданно для себя начинаю уверенно говорить о таких вещах, в которых на самом деле мало что смыслю.
104. Часто у меня такое настроение, что я готов взорваться по любому поводу.
105. Нередко чувствую себя вялым и усталым.
106. Я люблю беседовать с людьми и всегда готов поговорить и со знакомыми и с незнакомыми.
107. К сожалению, я зачастую слишком поспешно оцениваю других людей.
108. Утром я обычно встаю в хорошем настроении и нередко начинаю насвистывать или напевать.
109. Не чувствую себя уверенно в решении важных вопросов даже после длительных размышлений.
110. Получается так, что в споре я почему-то стараюсь говорить громче своего оппонента.
111. Разочарования не вызывают у меня сколь-либо сильных и длительных переживаний.
112. Бывает, что я вдруг начинаю кусать губы или грызть ногти.
113. Наиболее счастливым я чувствую себя тогда, когда бываю один.
114. Иногда одолевает такая скука, что хочется, чтобы все перессорились друг с другом.

**Обработка результатов:** подсчет результатов проводится в соответствии с ключом.

Шкала I «Невротичность»:

«да» - 4, 5, 12, 15, 22, 26, 31, 41, 42, 57, 66, 72, 85, 86, 89, 105.

«нет» - 49.

Шкала II «Спонтанная агрессивность»:

«да» - 32, 35, 45, 50, 64, 73, 77, 93, 97, 98, 103, 112, 114.

«нет» - 99.

Шкала III «Депрессивность»:

«да» - 16, 24, 27, 28, 30, 40, 48, 56, 61, 74, 84, 87, 88, 100.

«нет» - нет.

Шкала IV «Раздражительность»:

«да» - 6, 10, 58, 69, 76, 80, 82, 102, 104, 107, 110.

«нет» - нет.

Шкала V «Общительность»:

«да» - 2, 19, 46, 52, 55, 94, 106.

«нет» - 3, 8, 23, 53, 67, 71, 79, 113.

Шкала VI «Уравновешенность»:

«да» - 14, 21, 29, 37, 38, 59, 91, 95, 108, 111.

«нет» - нет.

Шкала VII «Реактивная агрессивность»:

«да» - 13, 17, 18, 36, 39, 43, 65, 75, 90, 98.

«нет» - нет.

Шкала VIII «Застенчивость»:

«да» - 13, 17, 18, 36, 39, 43, 65, 75, 90, 98.

«нет» - нет.

Шкала IX «Открытость»:

«да» - 9, 11, 20, 47, 60, 70, 81, 83, 109.

«нет» - 33.

Шкала X «Экстраверсия - интроверсия»

«да» - 2, 29, 46, 51, 55, 76, 93, 95, 106, 110

«нет» - 20, 87

Шкала XI «Эмоциональная лабильность»:

«да» - 24, 25, 40, 48, 80, 83, 84, 85, 87, 88, 102, 112, 113.

«нет» - 59.

Шкала XII «Маскулинность - фемининность»:

«да» - 18, 29, 33, 50, 52, 58, 59, 65, 91, 104.

«нет» - 16, 20, 31, 47, 84.

После подсчета «сырых баллов» полученные результаты переводятся в «стены» в соответствии с предложенной таблицей.

***Перевод «сырых баллов» в «стены»***

| «Сырой<br>балл» | Стандартная оценка по шкалам |   |    |   |  |   |    |     |   |  |   |    |
|-----------------|------------------------------|---|----|---|--|---|----|-----|---|--|---|----|
|                 |                              | I | II | V |  | I | II | III | X |  | I | II |
| 0               |                              |   |    |   |  |   |    |     |   |  |   |    |
| 1               |                              |   |    |   |  |   |    |     |   |  |   |    |

|    |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|----|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|
| 2  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 3  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 4  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 5  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 6  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 7  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 8  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 9  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 10 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 11 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 12 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 13 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 14 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 15 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 16 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 17 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

Низкими считаются оценки в диапазоне 1-3 балла, средними - 4-6 баллов, высокими - 7-9 баллов. Следует обратить особое внимание на оценку по шкале IX, имеющую значение для общей характеристики достоверности ответов.

Таким образом, опросник FPI позволяет диагностировать наличие устойчивых личностных черт, повышающих риск формирования суицидального поведения [45].

## **8. Опросник**

### **«Уровень нервно-психической устойчивости»**

Нервно-психическая устойчивость – это интегральная характеристика, отражающая способность организма противостоять психологическим и социальным нагрузкам. От уровня нервно-психической устойчивости зависит, насколько эффективно человек может справляться с возникающими на его пути сложностями и препятствиями, насколько он способен действовать в стрессовой ситуации. Чем ниже уровень устойчивости, тем больше вероятность того, что человек уже исчерпал резервы своей психики и своего организма в борьбе с проблемами, что он уже не видит и не может найти выхода. Следовательно, низкий уровень нервно-психической устойчивости может служить косвенным признаком того, что человек оказался в суицидально-опасной ситуации.

Опросник состоит из 84 утверждений, на которые необходимо ответить «да» или «нет».

**Инструкция испытуемому:** «Отметьте, пожалуйста, степень своего согласия с предлагаемыми утверждениями. Если утверждение верно относительно вас, поставьте «+», если неверно – «-».

### **Текст опросника**

1. Иногда мне в голову приходят такие нехорошие мысли, что лучше о них никому не рассказывать.

2. В детстве у меня была такая компания, где все старались всегда и во всем стоять друг за друга.
3. Временами у меня бывают приступы смеха или плача, с которыми я никак не могу справиться.
4. Бывали случаи, когда я не сдерживал своих обещаний.
5. У меня часто болит голова.
6. Иногда я говорю неправду.
7. Раз в неделю или чаще я без всякой видимой причины внезапно ощущаю жар во всем теле.
8. Бывало, что я говорил о вещах, в которых не разбираюсь.
9. Бывает, что я сержусь.
10. Теперь мне трудно надеяться на то, что чего-нибудь добьюсь в жизни.
11. Бывает, что я откладываю на завтра то, что нужно сделать сегодня.
12. Я охотно принимаю участие во всех собраниях и других общественных мероприятиях.
13. Самая трудная борьба для меня - борьба с самим собой.
14. Мышечные судороги и подергивания у меня бывают очень редко.
15. Иногда, когда я неважно себя чувствую, бываю раздражительным.
16. Я довольно безразличен к тому, что со мной будет.
17. В гостях я держусь за столом лучше, чем дома.
18. Если мне не грозит штраф и машин по близости нет, я могу перейти улицу там, где мне хочется, а не там, где положено.

19. Я считаю, что моя семейная жизнь такая же хорошая, как и у большинства моих знакомых.
20. Мне часто говорят, что я вспыльчив.
21. Запоры у меня бывают редко.
22. В игре я предпочитаю выигрывать.
23. Последние несколько лет большую часть времени я чувствую себя хорошо.
24. Сейчас мой вес постоянен - я не полнею и не худею.
25. Мне приятно иметь среди своих знакомых значительных людей, что как бы придает мне вес в собственных глазах.
26. Я был бы довольно спокоен, если бы у кого-нибудь из моей семьи были неприятности из-за нарушения закона.
27. С моим рассудком творится что-то неладное.
28. Меня беспокоят мои сексуальные (половые) проблемы.
29. Когда я пытаюсь что-то сказать, то часто замечаю, что у меня дрожат руки.
30. Руки у меня такие же ловкие и проворные, как прежде.
31. Среди моих знакомых есть люди, которые мне не нравятся.
32. Думаю, что я человек обреченный.
33. Я ссорюсь с членами моей семьи очень редко.
34. Бывает, что я с кем-нибудь немного посплетничаю.
35. Я часто вижу сны, о которых лучше никому не рассказывать.

36. Бывало, что при обсуждении некоторых вопросов я, особенно не задумываясь, соглашался с мнением других.
37. В школе я усваивал материал медленнее, чем другие.
38. Моя внешность меня в общем устраивает.
39. Я вполне уверен в себе.
40. Раз в неделю или чаще я бываю очень возбужденным и взволнованным.
41. Кто-то управляет моими мыслями.
42. Я ежедневно выпиваю необычно много воды.
43. Бывает, что неприличная или непристойная шутка вызывает у меня смех.
44. Счастливей всего я бываю, когда остаюсь один.
45. Кто-то пытается воздействовать на мои мысли.
46. Я любил сказки Андерсена.
47. Даже среди людей я обычно чувствую себя одиноким.
48. Меня злит, когда меня торопят.
49. Меня легко привести в замешательство.
50. Я легко теряю терпение с людьми.
51. Часто мне хочется умереть.
52. Бывало, что я бросал начатое дело, так как боялся, что не справлюсь с ним.
53. Почти каждый день случается что-нибудь, что пугает меня.
54. К вопросам религии я отношусь равнодушно - они не занимают меня.
55. Приступы плохого настроения бывают у меня редко.

56. Я заслуживаю сурового наказания за свои поступки.
57. У меня были очень необычные мистические переживания.
58. Мои убеждения и взгляды непоколебимы.
59. У меня бывали периоды, когда из-за волнения я терял сон.
60. Я человек нервный, легко возбудимый.
61. Мне кажется, что обоняние у меня такое же, как и у других людей (не хуже).
62. Все у меня получается плохо, не так, как надо.
63. Я почти всегда ощущаю сухость во рту.
64. Большую часть времени я чувствую себя усталым.
65. Иногда я чувствую, что близок к нервному срыву.
66. Меня очень раздражает, что я забываю, куда кладу вещи.
67. Я очень внимательно отношусь к тому, как я одеваюсь.
68. Приключенческие рассказы мне нравятся больше, чем рассказы о любви.
69. Мне очень трудно приспособиться к новым условиям жизни, учебы. Переход к любым другим условиям жизни, учебы кажется невыносимым.
70. Мне кажется, что особенно по отношению ко мне, часто поступают несправедливо.
71. Я часто чувствую себя несправедливо обиженным.
72. Мое мнение часто не совпадает с мнением окружающих.
73. Я часто испытываю чувство усталости от жизни, и мне не хочется жить.
74. На меня обращают внимание чаще, чем на других.

75. У меня бывают головные боли и головокружения из-за переживаний.
76. Часто у меня бывают периоды, когда мне никого не хочется видеть.
77. Мне трудно проснуться в назначенный час.
78. Если в моих неудачах кто-то виноват, я не оставлю его безнаказанным.
79. В детстве я был капризным и раздражительным.
80. Мне известны случаи, когда мои родственники лечились у невропатологов и психиатров.
81. Иногда я принимаю валериану, элениум, корвалол и другие успокаивающие средства.
82. У меня есть судимые родственники.
83. В юности я имел приводы в милицию.
84. Случалось, что мне грозили оставить в школе на второй год.

**Обработка результатов** проводится в соответствии с предлагаемым ключом, за совпадение с ключом начисляется 1 балл.

В тесте имеется шкала лжи, которая позволяет сделать вывод об искренности ответов испытуемого. Баллы по данной шкале начисляются за ответы «+» на вопросы 1, 4, 6, 8, 9, 11, 15, 17, 18, 22, 25, 31, 34, 36, 43. Если по данной шкале испытуемый набрал более 5 баллов, результаты опросника считаются недействительными.

#### **Ключ к опроснику**

«+»: 3, 5, 7, 10, 16, 20, 26, 27, 29, 32, 35, 37, 40, 41, 42, 44, 45, 47, 48, 49, 50, 51, 52, 53, 56, 57, 59, 60, 62, 63, 64, 65, 66, 67, 69, 70, 71, 72.

«-»: 2, 12, 13, 14, 19, 21, 23, 24, 28, 30, 33, 37, 38, 39, 46, 49, 54, 55, 58, 61, 68.

После подсчета «сырые баллы» переводятся в стандартные оценки в соответствии с предложенной таблицей.

***Таблица перевода «сырых баллов» в стандартные***

| <b>«сырой балл»</b> | <b>стандартная<br/>оценка</b> | <b>«сырой балл»</b> | <b>стандартная<br/>оценка</b> |
|---------------------|-------------------------------|---------------------|-------------------------------|
| более 33            | 1                             | 11 – 13             | 6                             |
| 29 – 32             | 2                             | 9 – 10              | 7                             |
| 23 – 28             | 3                             | 7 – 8               | 8                             |
| 18 – 22             | 4                             | 6                   | 9                             |
| 14 – 17             | 5                             | 5 и менее           | 10                            |

Чем выше стандартная оценка, тем выше уровень нервно-психической устойчивости испытуемого. Стандартные оценки 1-3 говорят о крайне низком уровне нервно-психической устойчивости, состоянии психического истощения организма, высоком риске дезадаптации и суицидального поведения.

При обработке результатов следует обратить особое внимание на ответы испытуемого на такие вопросы, как 10, 16, 27, 32, 41, 45, 47, 51, 56, 62, 73. Даже при наличии среднего или высокого уровня нервно-психической устойчивости ответы «+» на эти вопросы свидетельствуют о наличии суицидальных тенденций у подростка [46].

## 9. Методика экспресс-диагностики невроза

### К.Хека и Х.Хесса

Данная методика создана для первичной оценки психического благополучия личности и позволяет сделать вывод о наличии либо отсутствии неврозоподобного или невротического состояния. Причиной развития любого невроза чаще всего является неразрешенный внутриличностный конфликт, который при неблагоприятных внешних обстоятельствах выливается либо в психосоматические нарушения, либо в суицидальное поведение. Таким образом, использование данного опросника позволяет сделать предварительный вывод о риске развития суицидального поведения у подростка.

Методика включает в себя 40 утверждений, на которые испытуемый должен ответить «да» или «нет».

**Инструкция испытуемому:** «Ознакомившись с предлагаемыми утверждениями, ответьте, верны ли они в отношении вас».

#### Текст опросника

1. Считаете ли Вы, что внутренне напряжены?
2. Я часто так сильно во что-то погружен, что не могу заснуть.
3. Я чувствую себя легко ранимым.
4. Мне трудно заговорить с незнакомыми людьми.
5. Часто ли без особых причин у Вас возникает чувство безучастности и усталости?
6. У меня часто возникает чувство, что люди меня критически рассматривают.

7. Часто ли Вас преследуют бесполезные мысли, которые не выходят из головы, хотя Вы стараетесь от них избавиться?
8. Я довольно нервный.
9. Мне кажется, что меня никто не понимает.
10. Я довольно раздражительный.
11. Если бы против меня не были настроены, мои дела шли бы более успешно.
12. Я слишком близко и надолго принимаю к сердцу неприятности.
13. Даже мысль о возможной неудаче меня волнует.
14. У меня были очень странные и необычные переживания.
15. Бывает ли Вам то радостно, то грустно без видимых причин?
16. В течение всего дня я мечтаю и фантазирую больше, чем нужно.
17. Легко ли изменить Ваше настроение?
18. Я часто борюсь с собой, чтобы не показать свою застенчивость.
19. Я хотел бы быть таким же счастливым, какими кажутся другие люди.
20. Иногда я дрожу или испытываю приступы озноба.
21. Часто ли меняется Ваше настроение в зависимости от серьезной причины или без нее?
22. Испытываете ли Вы иногда чувство страха даже при отсутствии реальной опасности?
23. Критика или выговор меня очень ранят.
24. Временами я бываю так беспокоен, что даже не могу усидеть на одном месте.

25. Беспокоитесь ли Вы иногда слишком сильно из-за незначительных вещей?
26. Я часто испытываю недовольство.
27. Мне трудно сконцентрироваться при выполнении какого-либо задания или работы.
28. Я делаю много такого, в чем приходится раскаиваться.
29. Большею частью я счастлив.
30. Я недостаточно уверен в себе.
31. Иногда я кажусь себе действительно никчемным.
32. Часто я чувствую себя просто скверно.
33. Я много копаюсь в себе.
34. Я страдаю от чувства неполноценности.
35. Иногда у меня все болит.
36. У меня бывает гнетущее состояние.
37. У меня что-то с нервами.
38. Мне трудно поддерживать разговор при знакомстве.
39. Самая тяжелая борьба для меня – это борьба с самим собой.
40. Чувствуете ли Вы иногда, что трудности велики и непреодолимы?

**Обработка результатов:** подсчитывается количество ответов «да», за каждый начисляется 1 балл. Если количество баллов больше 24, высока вероятность наличия невроза. Такому человеку требуется внимание и индивидуальная психологическая поддержка [12].

## 10. Опросник суицидального риска (модификация Т.Н. Разуваевой)

**Цель:** экспресс-диагностика суицидального риска; выявление уровня сформированности суицидальных намерений с целью предупреждения серьезных попыток самоубийства. Предназначена для учащихся 8-11 класса. Возможно индивидуальное и групповое тестирование

**Инструкция:** Я буду зачитывать утверждения, а Вы в бланке для ответов ставить в случае согласия с утверждением «+», в случае несогласия с утверждением «-»

1. Вы все чувствуете острее, чем большинство людей.
2. Вас часто одолевают мрачные мысли.
3. Теперь Вы уже не надеетесь добиться желаемого положения в жизни.
4. В случае неудачи Вам трудно начать новое дело.
5. Вам определенно не везет в жизни.
6. Учиться Вам стало труднее, чем раньше.
7. Большинство людей довольны жизнью больше, чем Вы.
8. Вы считаете, что смерть является искуплением грехов.
9. Только зрелый человек может принять решение уйти из жизни.
10. Временами у Вас бывают приступы неудержимого смеха или плача.
11. Обычно Вы осторожны с людьми, которые относятся к Вам дружелюбнее, чем Вы ожидали.
12. Вы считаете себя обреченным человеком.
13. Мало кто искренне пытается помочь другим, если это связано с неудобствами.
14. У Вас такое впечатление, что Вас никто не понимает.
15. Человек, который вводит других в соблазн, оставляя без присмотра ценное имущество, виноват примерно столько же, сколько и тот, кто это имущество похищает.
16. В Вашей жизни не было таких неудач, когда казалось, что все кончено.

17. Обычно Вы удовлетворены своей судьбой.
18. Вы считаете, что всегда нужно вовремя поставить точку.
19. В Вашей жизни есть люди, привязанность к которым может очень повлиять на Ваши решения и даже изменить их.
20. Когда Вас обижают, Вы стремитесь во что бы то ни стало доказать обидчику, что он поступил несправедливо.
21. Часто Вы так переживаете, что это мешает Вам говорить.
22. Вам часто кажется, что обстоятельства, в которых Вы оказались, отличаются особой несправедливостью.
23. Иногда Вам кажется, что Вы вдруг сделали что-то скверное или даже хуже.
24. Будущее представляется Вам довольно беспросветным.
25. Большинство людей способны добиваться выгоды не совсем честным путем.
26. Будущее слишком расплывчато, чтобы строить серьезные планы.
27. Мало кому в жизни пришлось испытать то, что пережили недавно Вы.
28. Вы склонны так остро переживать неприятности, что не можете выкинуть мысли об этом из головы.
29. Часто Вы действуете необдуманно, повинаясь первому порыву.

### **Обработка результатов**

По каждому субшкальному диагностическому концепту подсчитывается сумма положительных ответов. Полученный балл уравнивается в значениях с учетом индекса (см. Таблицу №1). Делается вывод об уровне сформированности суицидальных намерений и конкретных факторах суицидального риска.

**Таблица №1 (ключ)**

| Субшкальный | Номера суждений | Индекс |
|-------------|-----------------|--------|
|-------------|-----------------|--------|

|                             |                           |      |
|-----------------------------|---------------------------|------|
| диагностический коэффициент |                           |      |
| Демонстративность           | 12, 14, 20, 22, 27        | 1, 2 |
| Аффективность               | 1, 10, 20, 23, 28, 29     | 1, 1 |
| Уникальность                | 1, 12, 14, 22, 27         | 1, 2 |
| Несостоятельность           | 2, 3, 6, 7, 17            | 1, 5 |
| Социальный пессимизм        | 5, 11, 13, 15, 17, 22, 25 | 1    |
| Слом культурных барьеров    | 8, 9, 18                  | 2, 3 |
| Максимализм                 | 4, 16                     | 3, 2 |
| Временная перспектива       | 2, 3, 12, 24, 26, 27      | 1, 1 |
| Антисуицидальный фактор     | 19, 21                    | 3, 2 |

### Содержание субшкальных диагностических концептов

1. **Демонстративность.** Желание привлечь внимание окружающих к своим несчастьям, добиться сочувствия и понимания. Оцениваемое из внешней позиции порой как «шантаж», «истероидное выпячивание трудностей», демонстративное суицидальное поведение переживается изнутри как «крик о помощи». Наиболее суицидоопасно сочетание с эмоциональной ригидностью, когда «диалог с миром» может пойти слишком далеко.
2. **Аффективность.** Доминирование эмоций над интеллектуальным контролем в оценке ситуации. Готовность реагировать на психотравмирующую ситуацию непосредственно эмоционально. В крайнем варианте – аффективная блокада интеллекта.
3. **Уникальность.** Восприятие себя, ситуации, и, возможно, собственной

жизни в целом как явления исключительного, не похожего на другие, и, следовательно, подразумевающего исключительные варианты выхода, в частности, суицид. Тесно связана с феноменом «непроницаемости» для опыта, т.е. с недостаточным умением использовать свой и чужой жизненный опыт.

4. **Несостоятельность.** Отрицательная концепция собственной личности. Представление о своей несостоятельности, некомпетентности, ненужности, «выключенности» из мира. Данная субшкала может быть связана с представлениями о физической, интеллектуальной, моральной и прочей несостоятельностью. Несостоятельность выражает интрапунитивный радикал. Формула внешнего монолога – «Я плох».
5. **Социальный пессимизм.** Отрицательная концепция окружающего мира. Восприятие мира как враждебного, не соответствующего представлениям о нормальных или удовлетворительных для человека отношениях с окружающими. Социальный пессимизм тесно связан с экстрапунитивным стилем каузальной атрибуции. В отсутствие Я наблюдается экстрапунитивность по формуле внутреннего монолога «Вы все недостойны меня».
6. **Слом культурных барьеров.** Культ самоубийства. Поиск культурных ценностей и нормативов, оправдывающих суицидальное поведение или даже делающих его в какой-то мере привлекательным. Заимствование суицидальных моделей поведения из литературы и кино. В крайнем варианте - инверсия ценности смерти и жизни. В отсутствие выраженных пиков по другим шкалам это может говорить только об «экзистенции смерти». Одна из возможных внутренних причин культа смерти – доведенная до патологического максимализма смысловая установка на самодеятельность: «Вершитель собственной судьбы сам определяет конец своего существования».
7. **Максимализм.** Инфантильный максимализм ценностных установок. Распространение на все сферы жизни содержания локального

конфликта в какой-то одной жизненной сфере. Невозможность компенсации. Аффективная фиксация на неудачах.

8. **Временная перспектива.** Невозможность конструктивного планирования будущего. Это может быть следствием сильной погруженности в настоящую ситуацию, трансформацией чувства неразрешимости текущей проблемы в глобальный страх неудач и поражений в будущем.
9. **Атисуицидальный фактор.** Даже при высокой выраженности всех остальных факторов есть фактор, который снимает глобальный суицидальный риск. Это глубокое понимание чувства ответственности за близких, чувство долга. Это представление о греховности самоубийства, антиэстетичности его, боязнь боли и физических страданий. В определенном смысле это показатель наличного уровня предпосылок для психокоррекционной работы.

### Бланк ответов

| Номер<br>утверждения | + / – | Номер<br>утверждения | + / – |
|----------------------|-------|----------------------|-------|
| 1                    |       | 16                   |       |
| 2                    |       | 17                   |       |
| 3                    |       | 18                   |       |
| 4                    |       | 19                   |       |
| 5                    |       | 20                   |       |
| 6                    |       | 21                   |       |
| 7                    |       | 22                   |       |

|    |  |    |  |
|----|--|----|--|
| 8  |  | 23 |  |
| 9  |  | 24 |  |
| 10 |  | 25 |  |
| 11 |  | 26 |  |
| 12 |  | 27 |  |
| 13 |  | 28 |  |
| 14 |  | 29 |  |
| 15 |  |    |  |

[47].

## **11. МЕТОДИКА ОПРЕДЕЛЕНИЯ СТЕПЕНИ РИСКА СОВЕРШЕНИЯ СУИЦИДА**

**(И.А. Погодин)**

Предлагаемая методика призвана способствовать психологам, социологам, врачам в установлении степени риска совершения суицида людьми, оказавшимися в тяжелых жизненных ситуациях. Вместе с тем ее могут использовать педагоги, работники социальных и правоохранительных органов для подтверждения своих выводов о людях, которые по своим поведенческим и другим признакам находятся в условиях жизненного кризиса или в пресуицидальном состоянии.

Основу методики составляет специальная карта, в которую включен 31 фактор риска суицида. Наличие и степень выраженности каждого из этих факторов необходимо установить у обследуемого индивида. Сбор информации осуществляется традиционными методами, которые широко используются психологами: наблюдение, индивидуальные беседы, изучение и анализ документов. Лучше узнать человека помогает обобщение мнений о

нем знакомых с ним людей, сопоставление результатов наблюдений и выводов, сделанных из бесед с его окружением.

Достоверность методики повышается с расширением источников информации и способов изучения личности.

На основании материала, предшествующего изучению личности исследуемого, а также по результатам свободной беседы с ним постарайтесь отметить наличие выраженности у него перечисленных в карте факторов. При этом напротив каждого фактора поставьте его условный «вес» в соответствии с таблицей. Так, например, при наличии факторов 8, 9, 11—31 напротив них ставится «вес» +1; если они слабо выражены — +0,5; если не выявлены — 0; если фактор отсутствует, ставится -0,5. «Вес» факторов 5—7 оценивается баллами от -0,5 до +2, а факторов 1—4, 10 от -0,5 до +3.

Нулем оцениваются также характеристики факторов 7—10 у лиц, не достигших среднего возраста начала половой жизни (19 лет) и вступления в брак (21 год). Затем вычисляется алгебраическая сумма «весов» всех факторов. Если полученная величина меньше, чем 8,8, риск суицида незначителен. Если эта величина колеблется от 8,8 до 15,4, то имеется риск совершения суицидальной попытки. В случае, когда сумма «весов» превышает 15,4, риск суицида исследуемого лица велик, а в случае наличия в анамнезе попытки самоубийства значителен риск ее повтора. При наличии цифр, превышающих критические значения риска суицида, необходимо немедленно обратиться к врачам и провести клинико-психологическое обследование этого индивида.

### *Карта риска суицидальности*

#### *Изучаемые факторы:*

#### *I. Данные анамнеза*

1. Возраст первой суицидальной попытки — до 18 лет.
2. Ранее имела место суицидальная попытка.
3. Суицидальные попытки у родственников.
4. Развод или смерть одного из родителей (до 18 лет).

5. Недостаток тепла в семье в детстве или юношестве.
6. Полная или частичная безнадзорность в детстве.
7. Начало половой жизни — 16 лет и ранее.
8. Ведущее место в системе ценностей принадлежит любовным отношениям.
9. Производственная сфера не играет важной роли в системе ценностей.
10. В анамнезе имел место развод.

## II. Актуальная конфликтная ситуация

11. Ситуация неопределенности, ожидания.
12. Конфликт в области любовных или супружеских отношений.
13. Продолжительный служебный конфликт.
14. Подобный конфликт имел место ранее.
15. Конфликт, отягощенный неприятностями в других сферах жизни.
16. Субъективное чувство непреодолимости конфликтной ситуации.
17. Чувство обиды, жалости к себе.
18. Чувство усталости, бессилия.
19. Высказывания с угрозой суицида.

## III. Характеристика личности

20. Эмоциональная неустойчивость.
21. Импульсивность.
22. Эмоциональная зависимость, необходимость близких эмоциональных контактов.
23. Доверчивость.
24. Эмоциональная вязкость, неподвижность.
25. Болезненное самолюбие.
26. Самостоятельность, отсутствие зависимости в принятии решений.
27. Напряженность потребностей (сильно выраженное желание достичь своей цели, высокая интенсивность данной потребности).
28. Настойчивость.
29. Решительность.
30. Бескомпромиссность.

31. Низкая способность к образованию компенсаторных механизмов, вытеснению фрустрирующих факторов.

**«Вес» факторов риска суицида в зависимости от его наличия, выраженности и значимости**

| Характеристика наличия факторов | Номера факторов |      |         |
|---------------------------------|-----------------|------|---------|
|                                 | 8; 9; 11—31     | 5—7  | 1—4; 10 |
| Отсутствует (фактор)            | -0,5            | -0,5 | -0,5    |
| Слабо выражен                   | +0,5            | +1,0 | +1,5    |
| Присутствует                    | +1,0            | +2,0 | +3,0    |
| Наличие не выявлено             |                 | 0    | 0       |

[48].

## **12. Методика выявления склонности к суицидальным реакциям (СР-45)**

Методика предназначена для выявления склонности к суицидальным реакциям. Позволяет выявлять лиц, имеющих склонности к суицидальным реакциям, и формировать из них группу риска. Является авторской разработкой (П.И. Юнацкевич).

Вопросы являются адекватными суицидальным проявлениям. Их валидизация произведена благодаря клиническим исследованиям лиц с суицидальным поведением (n= 175).

При интерпретации полученных данных следует помнить, что методика констатирует лишь начальный уровень развития склонности личности к суициду в период ее обследования. При наличии конфликтной ситуации, других негативных условий и деформирующейся мотивации витального существования (ослабление мотивации дальнейшей жизни) эта склонность может развиваться.

**Инструкция:** Вам будут предложены утверждения, касающиеся Вашего здоровья и характера. Если Вы согласны с утверждением, поставьте «+» в графе «Да» в регистрационном бланке, если нет – поставьте «-» в графе «Нет». Над ответами старайтесь долго не задумываться, правильных или неправильных ответов нет.

### **Опросник**

1. Как Вы считаете, может ли жизнь потерять ценность для человека в некоторой ситуации?
2. Жизнь иногда хуже смерти.
3. В прошлом у меня была попытка уйти из жизни.
4. Меня многие любят, понимают и ценят.
5. Можно оправдать безнадежно больных, выбравших добровольную смерть.
6. Я не думаю, что сам могу оказаться в безнадежном положении.
7. Смысл жизни не всегда бывает ясен, его можно иногда потерять или не найти.
8. Как Вы считаете, оказавшись в ситуации, когда Вас предадут близкие и родные, Вы сможете жить дальше?
9. Я иногда думаю о своей добровольной смерти.
10. В любой ситуации я буду бороться за свою жизнь, чего бы мне это не стоило.
11. Всегда и везде стараюсь быть абсолютно честным человеком.
12. У меня, в принципе, нет недостатков.
13. Может быть, дальше я жить не смогу.

14. Удивительно, что некоторые люди, оказавшись в безвыходном положении, не хотят покончить с собой.
15. Чувство обреченности в итоге приводит к добровольному уходу из жизни.
16. Если потребуется, то можно будет оправдать свой уход из жизни.
17. Мне не нравится играть со смертью в одиночку.
18. Часто именно первое впечатление о человеке является определяющим.
19. Я пробовал разные способы ухода из жизни.
20. В критический момент я всегда могу справиться с собой.
21. В школе я всегда отличался (отличалась) только хорошим поведением.
22. Могу обманывать окружающих, чтобы ухудшить свое положение.
23. Вокруг меня достаточно много нечестных людей.
24. Однажды я выбирал несколько способов покончить с собой.
25. Довольно часто меня пытаются обмануть или ввести в заблуждение.
26. Я бы не хотел моментальной смерти после тяжелых переживаний.
27. Я стал бы жить дальше, если бы случилась мировая ядерная война.
28. Человек волен поступать со своей жизнью так, как ему хочется, даже если он выбирает смерть.
29. Если человек не умеет представлять себя в выгодном свете перед руководством, то он многое теряет.
30. Никому никогда не писал предсмертную записку.
31. Однажды пытался покончить с собой.
32. Никогда не бывает безвыходных ситуаций.

33. Пробовал покончить с собой таким образом, чтобы не чувствовать сильной боли.
34. Надо уметь скрывать свои мысли от других, даже если им нет до меня дела.
35. Душа человека, наверное, испытывает облегчение, если сама оставляет этот мир.
36. Могу оправдать любой свой поступок.
37. Если я что-то делаю, а мне начинают мешать, то я все равно буду делать то, что задумал.
38. Чтобы человеку избавиться от неизлечимой болезни и перестать мучиться, он, наверное, должен сам прекратить свои муки и уйти из этой жизни добровольно.
39. Бывает, сомневаюсь в психическом здоровье некоторых моих знакомых.
40. Однажды решался покончить с собой.
41. Меня беспокоит отсутствие чувства счастья.
42. Я никогда не иду на нарушении закона даже в мелочах.
43. Иногда мне хочется заснуть и не проснуться.
44. Однажды мне было стыдно из-за того, что хотелось бы уйти из жизни.
45. Даже в самой тяжелой ситуации я буду бороться за свою жизнь, чего бы мне это не стоило.

#### **Ключ шкалы лжи (L)**

| «Да» (+)                           | «Нет» (-) |
|------------------------------------|-----------|
| 11, 12, 18, 21, 23, 25, 29, 34, 39 | 42        |

Подсчитывается количество совпадений ответов с ключом. Оценочный коэффициент (L) выражается отношением количества совпадающих ответов к максимально возможному числу совпадений (10):

$$L = N/10 \pm 0,16$$

где N– количество совпадающих с ключом ответов.

Показатели, полученные по шкале лжи, могут варьировать от 0 до 1.

Показатели, близкие к 1, свидетельствуют о высоком стремлении приукрасить себя и неадекватности ответов, близкие к 0 – о низком уровне и относительно надежной (при условии  $L < 0,6 \pm 0,16$ ) достоверности результатов обследования.

#### **Ключ шкалы склонности к суицидальным реакциям (Sr)**

| «Да» (+)                                                                                | «Нет» (-)                               |
|-----------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------|
| 1, 2, 3, 5, 7, 9, 13, 14, 15, 16, 19, 22, 24, 28, 31 33, 35, 36, 37, 38, 40, 41, 43, 44 | 4, 6, 8, 10, 17, 20, 26, 27, 30, 32, 45 |

Подсчитывается количество совпадений ответов с ключом. Оценочный коэффициент (Sr) выражается отношением количества совпадающих ответов к максимально возможному числу совпадений (35):

$$Sr = N/35 \pm 0,07$$

где N– количество совпадающих с ключом ответов.

Показатели, полученные по этой методике, могут варьировать от 0 до 1.

#### **Шкала оценок склонности к суицидальным реакциям (Sr)**

| Уровень оценки Sr | Уровень проявления | Оценка в баллах |
|-------------------|--------------------|-----------------|
| 0,01 – 0,23       | Низкий             | 5               |
| 0,24 – 0,38       | Ниже среднего      | 4               |

|             |               |   |
|-------------|---------------|---|
| 0,39 – 0,59 | Средний       | 3 |
| 0,60 – 0,74 | Выше среднего | 2 |
| 0,75 – 1,00 | Высокий       | 1 |

**5 баллов** – низкий уровень склонности к суицидальным реакциям.

**4 балла** – суицидальная реакция может возникнуть только на фоне длительной психической травматизации и при реактивных состояниях психики.

**3 балла** – «потенциал» склонности к суицидальным реакциям не отличается высокой устойчивостью.

**2 балла** – группа суицидального риска с высоким уровнем проявления склонности к суицидальным реакциям (при нарушениях адаптации возможна суицидальная попытка или реализация саморазрушающего поведения).

**1 балл** – группа суицидального риска с очень высоким уровнем проявления склонности к суицидальным реакциям (ситуация внутреннего и внешнего конфликта, нуждаются в медико-психологической помощи) [49].

### 13. Тест: "Суицидальная мотивация" (Ю.Р.Вагин, 1998)

**Назначение:** тест позволяет выявить и количественно оценить семь основных мотивационных аспектов суицидального поведения:

1. Альтруистическая мотивация (смерть ради других)
2. Анемическая мотивация (потеря смысла жизни)
3. Анестетическая мотивация (невыносимость страдания)
4. Инструментальная мотивация (манипуляция другими)
5. Аутопунитическая мотивация (самонаказание)
6. Гетеропунитическая мотивация (наказание других)
7. Поствитальная мотивация (надежда на что-то лучшее после смерти).

**Возраст:** взрослые, подростки.

Тест состоит из 35 наиболее типичных утверждений, отобранных во время клинико-психологического исследования лиц с суицидальными тенденциями в период 1996-98г. Каждому из вышеприведенных мотивационных комплексов соответствует 5 высказываний.

Номера высказываний в тесте, соответствующие каждому комплексу:

- 1) альтруистическая - 1,8,15, 22,29
- 2) анемическая - 2, 9, 16, 23, 30
- 3) анестетическая - 3, 10, 17, 24, 31
- 4) инструментальная - 4.11,18,25,32
- 5) аутопунитическая - 5,12,19,26,33
- 6) гетеропунитическая - 6, 13, 20, 27, 34
- 7) поствительная - 7,14,21,28,35

С целью исследования суицидальных мотивационных комплексов подростку предлагается заполнить опросник или ответить устно на предложенные ниже высказывания, используя для этого 4 варианта ответа;

- 1) "да" - в том случае, если подросток полностью согласен с утверждением, предложенным ему.
- 2) "частично" - если высказывание не полностью соответствует переживаниям подростка.
- 3) "сомневаюсь" - если подросток не уверен, подходит ли ему высказывание или нет.
- 4) "нет" - в том случае, если подросток уверен, что данное высказывание не соответствует его переживаниям.

### **Расчет баллов:**

Каждый из вариантов ответа оценивается количественно в баллах:

"да " - 3 балла

"частично " -2 балла

"сомневаюсь" - 1 балл

"нет" -0 баллов

Общая сумма баллов по всем 5 высказываниям, относящимся к одному из мотивационных комплексов, определяет выраженность данного комплекса.

Максимальная выраженность может равняться соответственно:  $5 \times 3 = 15$

баллов. Минимальная - 0 баллов. На основании количественных показателей по каждой из 7 шкал строится график, позволяющий наглядно отобразить спектр суицидальной мотивации у данного конкретного подростка, и на этом основании судить о выраженности суицидальных тенденций.

Да

Частично

Сомневаюсь

Нет

1. Думал, что если умру, то всем будет только лучше
2. В жизни потерялся какой-то главный смысл
3. Мне казалось, что только смерть может избавить меня от страдания
4. Думал доказать что-то хотя бы своей смертью
5. Я думал, что не имею права больше жить
6. Думал умереть и пусть попробуют пожить без меня
7. Я надеялся, что после смерти меня ждет что-то лучшее
8. Я хотел умереть, потому что из-за меня слишком много проблем
9. Казалось, что все хорошее осталось позади, а впереди ничего нет
10. Думал, что лучше умереть, чем так мучиться
11. Когда тебя не понимают, то ничего больше не остается
12. Я думал, что своей смертью смогу искупить свою вину

13. Было так больно и обидно, что хотелось отомстить
14. Я думал умереть здесь, чтобы иметь возможность возродиться к новой жизни
15. Думал, что моя смерть что-то изменит к лучшему вокруг
16. Потому что жизнь утратила какой-либо интерес
17. Я уже не мог больше терпеть все это
18. По другому я не смог бы ничего доказать
19. Мне казалось, что я сам во всем виноват и должен понести наказание
20. Я хорошо понимал, что своей смертью причиню боль и даже хотел этого
21. Мне хотелось уйти туда к тем (или к тому), кого я люблю
22. Я не хотел быть обузой для окружающих
23. Во мне кончилась какая-то сила для жизни
24. Если бы мне не было так больно - я бы даже не думал о смерти
25. Мне кажется, что меня просто никто не замечает
26. Только я сам могу судить себя за все
27. Своей смертью я хотел наказать
28. Думал, что может быть там я буду более счастливым, чем здесь
29. Хотелось умереть, чтобы никому не мешать
30. Меня не устраивала та жизнь, которая ждала меня впереди
31. Мне казалось, что если жизнь приносит только боль лучше умереть
33. Мне хотелось быть самому себе и судьей и палачом

34. Было легкое удовлетворение от мысли, что своей смертью я создам проблему

35. Я думал о смерти, как о пути к новой жизни [50].

#### **14. Ю.Р. Вагин «Противосуицидальная мотивация»**

Тест позволяет выявить и количественно оценить 9 основных противосуицидальных мотивационных комплексов:

1. **Провитальная мотивация** – отражает естественный для человека страх перед смертью, тесно связанный с инстинктом самосохранения.
2. **Религиозная мотивация** – отражает сформированные представления о самоубийстве как о грехе, страх погубить свою бессмертную душу, обречь себя на вечные мучения.
3. **Этическая мотивация** – отражает внутреннюю психологическую неприемлемость самоубийства из-за нежелания делать больно родным и близким людям, причинять страдания окружающим, этический императив жить ради тех, кто рядом, невозможность умереть из-за зависящих от него людей (например, детей).
4. **Моральная мотивация** – отражает представления о самоубийстве как о слабости и трусости, "позорном бегстве", представления о том, что только безвольный человек может покончить с собой, страх осуждения со стороны окружающих, нежелание оставить после себя "плохую память".
5. **Эстетическая мотивация** – отражает восприятие самоубийства как некрасивого поступка, способность человека представить своё тело после самоубийства, невозможность воспользоваться тем или иным способом по чисто эстетическим соображениям.
6. **Нарциссическая мотивация** – отражает, исходя из определения, любовь и жалость к себе (в хорошем смысле этих слов); нежелание

умирать, не окончив все дела; представления о том, что ещё многое можно в жизни сделать и пережить.

**7. Мотивация когнитивной надежды** – отражает уверенность суицидента в том, что что-то можно сделать, поиск другого выхода, надежду найти другое решение проблемы, убеждённость, что выход всё-таки есть и, если он сам не видит его,- это не значит, что выход не знает кто-то другой.

**8. Мотивация временной инфляции** – отражает надежду, что время - самое лучшее лекарство от всех проблем; желание выждать хотя бы какое-то время перед тем, как решиться на такой шаг; убеждение, что на смену чёрной полосе всегда приходит белая; и если проблему нельзя решить - её можно просто пережить.

**9. Мотивация финальной неопределенности** – отражает неуверенность в возможности до конца убить себя, незнание надежных способов самоубийства, опасения, что может получиться так, что вместо того, чтобы умереть - на всю жизнь останешься инвалидом.

Тест состоит из 45 наиболее типичных утверждений, отобранных во время клинико – психологического исследования лиц с суицидальными и без суицидальных тенденций в период 1996 – 1998 года. По аналогии с тестом «Суицидальная мотивация» каждому из приведенных мотивационных комплексов соответствуют 5 высказываний.

Номера высказываний в тесте, соответствуют каждому комплексу:

1. Провитальная – 1, 10, 19, 28, 37
2. Религиозная – 2, 11, 20, 29, 38
3. Этическая – 3, 12, 21, 30, 39
4. Моральная – 4, 13, 22, 31, 40
5. Эстетическая – 5, 14, 23, 32, 41
6. Нарциссическая – 6, 15, 24, 33, 42

7. Когнитивной надежды – 7, 16, 25, 34, 43

8. Временной инфляции – 8, 17, 26, 35, 44

9. Финальной неопределенности – 9, 18, 27, 36, 45

С целью исследования данных мотивационных комплексов подростку предлагается заполнить опросник и ответить на предложенные ниже высказывания, используя для этого 4 варианта ответов.

Каждый вариант ответа оценивается количественно в баллах:

«Да» - 3 балла

«Частично» - 2 балла

«Сомневаюсь» - 1 балл

«Нет» - 0 баллов

Общая сумма баллов по всем 5 высказываниям, относящимся к одному из мотивационных комплексов, определяет выраженность данного комплекса.

Максимальная выраженность может равняться соответственно  $5 * 3 = 15$  баллов. Минимальная – 0 баллов.

На основании количественных показателей по каждой из 7 шкал строится график, позволяющий наглядно отобразить спектр противосуицидальной мотивации у данного конкретного подростка.

**Инструкция:** «Ответьте на утверждения, выбрав один из вариантов ответов:

**«Да»** -если полностью согласны с высказыванием,

**«Частично»** - если высказывание не полностью соответствует вашим переживаниям,

**«Сомневаюсь»** - если не уверены подходит Вам это высказывание или нет,

**«Нет»** - если высказывание не соответствует Вашим переживаниям».

| №  | Высказывания                                                      | Да | Частично | Сомневаюсь | Нет |
|----|-------------------------------------------------------------------|----|----------|------------|-----|
| 1. | От самоубийства меня сдерживает страх перед смертью               |    |          |            |     |
| 2. | Я считаю, что самоубийство – это грех                             |    |          |            |     |
| 3. | Я не могу покончить с собой из-за своих близких                   |    |          |            |     |
| 4. | Я считаю, что самоубийство – это слабость и трусость              |    |          |            |     |
| 5. | Мне неприятно представлять своё тело после самоубийства           |    |          |            |     |
| 6. | Мне ещё столько нужно сделать в жизни                             |    |          |            |     |
| 7. | Я не думаю, что самоубийство – это единственный выход из ситуации |    |          |            |     |
| 8. | Я считаю, что время – самое лучшее лекарство от всех проблем      |    |          |            |     |

|     |                                                                                   |  |  |  |  |
|-----|-----------------------------------------------------------------------------------|--|--|--|--|
| 9.  | Я не знаю способа,<br>чтобы наверняка уйти из<br>жизни                            |  |  |  |  |
| 10. | Как только подумаю, что<br>мне придется умереть,<br>меня охватывает ужас          |  |  |  |  |
| 11. | Меня сдерживают от<br>самоубийства<br>религиозные убеждения                       |  |  |  |  |
| 12. | Не хочу сделать больно<br>родным мне людям                                        |  |  |  |  |
| 13. | Я считаю, что только<br>безвольный человек<br>может покончить с собой             |  |  |  |  |
| 14. | Те способы, которые я<br>могу использовать для<br>ухода из жизни так<br>некрасивы |  |  |  |  |
| 15. | Если честно, то мне<br>жалко убивать себя                                         |  |  |  |  |
| 16. | Я надеюсь найти другое<br>решение моих проблем                                    |  |  |  |  |
| 17. | Я надеюсь, что со<br>временем мне станет                                          |  |  |  |  |

|     |                                                                                |  |  |  |  |
|-----|--------------------------------------------------------------------------------|--|--|--|--|
|     | легче                                                                          |  |  |  |  |
| 18. | Боюсь, я просто не смогу до конца убить себя                                   |  |  |  |  |
| 19. | Смерть так страшна и ужасна                                                    |  |  |  |  |
| 20. | Жизнь дана мне Богом и я должен терпеть все страдания                          |  |  |  |  |
| 21. | Своим поступком я причиню страдания окружающим                                 |  |  |  |  |
| 22. | Я думаю, что все окружающие осудили бы меня за такой поступок                  |  |  |  |  |
| 23. | Я бы не хотел, чтобы моё тело кто-либо видел после того, как я покончу с собой |  |  |  |  |
| 24. | Я считаю, что мне ещё рано умирать                                             |  |  |  |  |
| 25. | Не уверен, что всё, что можно было попытаться сделать, я уже сделал            |  |  |  |  |

|     |                                                                                          |  |  |  |  |
|-----|------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|--|--|
| 26. | Нельзя решаться сразу на такой шаг, нужно выждать хотя бы какое-то время                 |  |  |  |  |
| 27. | Может получиться так, что вместо того, чтобы умереть – на всю жизнь останешься инвалидом |  |  |  |  |
| 28. | При мысли о смерти у меня всё замирает внутри                                            |  |  |  |  |
| 29. | Если я совершу самоубийство, то погублю свою бессмертную душу                            |  |  |  |  |
| 30. | Я должен жить ради тех, кто рядом со мной                                                |  |  |  |  |
| 31. | Я не хочу, чтобы после моей смерти обо мне плохо думали                                  |  |  |  |  |
| 32. | Мне бы хотелось умереть легко и красиво, но я не знаю такого способа                     |  |  |  |  |
| 33. | Я думаю, что ещё много мог бы пережить                                                   |  |  |  |  |

|     |                                                                             |  |  |  |  |
|-----|-----------------------------------------------------------------------------|--|--|--|--|
|     | хорошего в своей жизни                                                      |  |  |  |  |
| 34. | Всегда можно найти выход из любой ситуации                                  |  |  |  |  |
| 35. | На смену черной полосе всегда рано или поздно приходит белая                |  |  |  |  |
| 36. | Не могу придумать надёжного способа покончить с собой                       |  |  |  |  |
| 37. | Если честно, то я боюсь смерти                                              |  |  |  |  |
| 38. | Совершив самоубийство, я обреку себя на вечные мучения                      |  |  |  |  |
| 39. | Я не могу умереть добровольно, потому что есть люди которые зависят от меня |  |  |  |  |
| 40. | Я думаю, что покончить с собой это просто позорное бегство                  |  |  |  |  |
| 41. | В самом самоубийстве есть что – то некрасивое                               |  |  |  |  |

|     |                                                                             |  |  |  |  |
|-----|-----------------------------------------------------------------------------|--|--|--|--|
| 42. | Обидно умирать не закончив все дела                                         |  |  |  |  |
| 43. | Может быть я просто не знаю как решить ситуацию, но это знает кто-то другой |  |  |  |  |
| 44. | Даже если проблемё можно пережить                                           |  |  |  |  |
| 45. | Нет уверенности, что удастся умереть                                        |  |  |  |  |

[51].

## 15. МЕТОДИКА:

### Шкала суицидальных интенций Пирса (Pierce Suicide Intent Scale, Pierce D.W., 1977).

Методика предназначена для диагностики суицидального риска.

Шкала разработана как дополнительный метод оценки и не заменяет клинической оценки риска экспертом.

Заполняется после суицидальной попытки.

Свидетельством серьезности покушения, истинности суицидальных намерений являются следующие факторы.

### 1. Обстоятельства попытки:

изоляция (отсутствие поблизости или в контакте с суицидентом окружающих лиц, а также малая вероятность прихода кого-либо);

время попытки (от 6 до 12 часов дня);

отсутствие алкогольного опьянения;

отсутствие суицидальных высказываний;

принятие мер, препятствующих обнаружению или вмешательству (например, запираание двери на ключ);

приготовление к смерти (смена белья и т. п.);

насильственные способы суицидной попытки (падение с высоты, под транспорт, самоповешение, огнестрельные повреждения, колото-рубленые травмы).

### 2. Субъективные сведения:

представления о высокой летальности выбранного способа;

желание умереть;

длительность пресуицида более суток;

сожаление, что остался жив после покушения.

### 3. Медицинские критерии:

высокая вероятность смертельного исхода в случае отсутствия медицинской помощи;

необходимость реанимационных мероприятий.

Завершенные попытки самоубийства чаще совершают в ситуации одиночества, потери значимого другого, половой несостоятельности, супружеской измены. Разводы и семейные ссоры чаще приводят к самоубийству мужчин, чем женщин. С другой стороны, женщины тяжелее переживают болезнь и смерть близких, одиночество и неудачную любовь. Наиболее достоверным показателем риска самоубийства являются предшествующие суицидные попытки. Каждый второй

суицидент повторяет попытку самоубийства в течение года, и каждый десятый умирает вследствие завершённой суицидной попытки.

При эндогенных депрессиях особая угроза суицида наблюдается в начале и в конце депрессивной фазы. То же относится к этапам лечения антидепрессантами, которые уменьшают заторможенность и стимулируют влечения. Высок риск суицида у больных шизофренией, алкоголизмом и у больных неизлечимыми соматическими заболеваниями. В группу повышенного риска также входят подростки из неблагополучных семей, беженцы, разведенные, женщины в климаксе и одинокие пожилые люди. Чаще, чем представители других профессий, совершают самоубийства врачи, особенно женщины; наибольший суицидальный риск приходится на психиатров.

При оценке суицидального риска учитывают следующие факторы (Р. Kielholz, W. Poldinger, C. Adams, 1981).

Собственно суицидная тематика и указания на суицид.

1. Предшествовавшие суицидные попытки.
2. Наличие суицидов в роду или близком окружении.
3. Прямые или косвенные угрозы самоубийства.
4. Заявления о конкретных планах, подготовке к выполнению суицида.
5. "Зловещее спокойствие" после суицидных угроз и ажитации.
6. Сновидения с сюжетами самоуничтожения, падений, катастроф.

Специфические симптомы и синдромы.

1. Тревожно-ажитированное поведение.
2. Затяжные нарушения сна.
3. Накапливание аффекта и агрессивных тенденций.
4. Начало и завершение депрессивных фаз, смешанные состояния.
5. Состояния биологических кризов (пубертат, беременность, климакс).

6. Выраженное чувство вины, собственной несостоятельности.
7. неизлечимые заболевания.
8. Ипохондрический бред.
9. Алкоголизм и токсикомания.

Влияние окружения.

1. Деформация семьи в детстве ("разрушенное гнездо").
2. Профессиональные и финансовые трудности.
3. Отсутствие обязанностей, жизненной цели.
4. Отсутствие или потеря межличностных связей.
5. Отсутствие или потеря устойчивых религиозных убеждений.

Обработка и интерпретация результатов.

Пункты (1 + 2 + 3 + 4 + 5 + 6) = сумма баллов подшкалы обстоятельств.

Пункты (7 + 8 + 9 + 10) = сумма баллов подшкалы самоотчета.

Пункты (11 + 12) = сумма баллов подшкалы медицинского риска.

Общая сумма баллов:

- 0-3 - низкий уровень интенций;
- 4-10 - средний уровень интенций;
- 11-25 - высокий уровень интенций.

Методика состоит из 12 пунктов оценки риска суицида.

Примерное время заполнения шкалы 5-10 минут.

ПРИМЕР ТЕСТИРОВАНИЯ:

---

## ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ДИАГНОСТИКА.

Методика: Шкала суицидальных интенций (Pierce Suicide Intent Scale).

Ф.И.О: \_\_\_\_\_

Доп. данные: \_\_\_\_\_

Диагностическая шкала:



<[-]><[=]><[+]>

Тестовые показатели:

Обстоятельства - Об = 9 75%

Самоотчет - См = 7 78%

Медицинский риск - Мр = 3 75%

-----

Интегральный показатель - СИ = 19 76%

## ИНТЕРПРЕТАЦИЯ:

Высокий уровень предрасположенности к аутоагрессивному поведению, которое может проявляться в виде фантазий, мыслей, пред-

ставлений или действий, направленных на самоповреждение или самоуничтожение и, по крайней мере, в минимальной степени мотивируемых явными или скрытыми интенциями к смерти. Психологический смысл такого поведения чаще всего заключается в снятии эмоционального напряжения, ухода от той ситуации, в которой оказывается человек. Люди, совершающие суицид, обычно страдают от сильной душевной боли и находятся в состоянии стресса, а также чувствуют невозможность справиться со своими проблемами [52].

## 16. МЕТОДИКА «КАРТА РИСКА СУИЦИДА» (модификация для подростков Л.Б. Шнейдер)

*Цель:* определить степень выраженности факторов риска суицида у подростков.

### Карта риска суицида

| Фактор риска                             | Не<br>выявлен | Слабо<br>выражен | Сильно<br>выражен |
|------------------------------------------|---------------|------------------|-------------------|
| <i>1. Биографические данные</i>          |               |                  |                   |
| 1. Ранее имела место попытка суицида     | – 0,5         | +2               | +3                |
| 2. Суицидальные попытки у родственников  | – 0,5         | +1               | +2                |
| 3. Развод или смерть одного из родителей | – 0,5         | +1               | +2                |

|                                                                                                 |       |      |    |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|------|----|
| 4. Недостаток тепла в семье                                                                     | – 0,5 | +1   | +2 |
| 5. Полная или частичная безнадзорность                                                          | – 0,5 | +0,5 | +1 |
| <b>II. Актуальная конфликтная ситуация</b>                                                      |       |      |    |
| <i>А — вид конфликта:</i>                                                                       |       |      |    |
| 1. Конфликт с взрослым человеком (педагогом, родителем)                                         | – 0,5 | +0,5 | +1 |
| 2. Конфликт со сверстниками, отвержение группой                                                 | – 0,5 | +0,5 | +1 |
| 3. Продолжительный конфликт с близкими людьми, друзьями                                         | – 0,5 | +0,5 | +1 |
| 4. Внутрилиchnостный конфликт, высокая внутренняя напряженность                                 | – 0,5 | +0,5 | +1 |
| <i>Б — поведение в конфликтной ситуации:</i>                                                    |       |      |    |
| 5. Высказывания с угрозой суицида                                                               | – 0,5 | +2   | +3 |
| <i>В — характер конфликтной ситуации:</i>                                                       |       |      |    |
| 6. Подобные конфликты имели место ранее                                                         | – 0,5 | +0,5 | +1 |
| 7. Конфликт отягощен неприятностями в других сферах жизни (учеба, здоровье, отвергнутая любовь) | — 0,5 | +0,5 | +1 |

|                                                                         |       |      |    |
|-------------------------------------------------------------------------|-------|------|----|
| 8. Непредсказуемый исход конфликтной ситуации, ожидание его последствий | – 0,5 | +0,5 | +1 |
| <i>Г — эмоциональная окраска конфликтной ситуации:</i>                  |       |      |    |
| 9. Чувство обиды, жалости к себе                                        | – 0,5 | +1   | +2 |
| 10. Чувство усталости, бессилия, апатия                                 | – 0,5 | +1   | +2 |
| 11. Чувство непреодолимости конфликтной ситуации, безысходности         | – 0,5 | +0,5 | +2 |
| <b>III. Характеристика личности</b>                                     |       |      |    |
| <i>А — волевая сфера личности:</i>                                      |       |      |    |
| 1. Самостоятельность, отсутствие зависимости в принятии решений         | – 1   | +0,5 | +1 |
| 2. Решительность                                                        | – 0,5 | +0,5 | +1 |
| 3. Настойчивость                                                        | – 0,5 | +0,5 | +1 |
| 4. Сильно выраженное желание достичь своей цели                         | – 1   | +0,5 | +1 |
| <i>Б — эмоциональная сфера личности:</i>                                |       |      |    |
| 5. Болезненное самолюбие, ранимость                                     | – 0,5 | +0,5 | +2 |
| 6. Доверчивость                                                         | – 0,5 | +0,5 | +1 |
| 7. Эмоциональная вязкость («застревание» на своих переживаниях,         | – 0,5 | +1   | +2 |

|                                                                              |       |      |      |
|------------------------------------------------------------------------------|-------|------|------|
| неумение отвлечься)                                                          |       |      |      |
| 8. Эмоциональная неустойчивость                                              | – 0,5 | +2   | +3   |
| 9. Импульсивность                                                            | – 0,5 | +0,5 | +2   |
| 10. Эмоциональная зависимость, потребность в близких эмоциональных контактах | – 0,5 | +0,5 | +2   |
| 11. Низкая способность к созданию защитных механизмов                        | – 0,5 | +0,5 | +1,5 |
| 12. Бескомпромиссность                                                       | – 0,5 | +0,5 | +1,5 |

Для определения степени выраженности факторов риска у подростков высчитывается алгебраическая сумма и полученный результат соотносится с приведенной ниже шкалой:

менее 9 баллов — риск суицида незначителен;

9–15,5 баллов — риск суицида присутствует;

более 15,5 балла — риск суицида значителен [53].

## **17. ТЕСТ «ВАШИ СУИЦИДАЛЬНЫЕ НАКЛОННОСТИ»**

**(З. Королёва)**

*Цель:* определение суицидальных наклонностей субъекта.

*Инструкция.* Перед вами некая фигура замысловатой формы. Ее сердцевина закрашена черным. Закончите рисунок, придайте фигуре завершенность. Для этого вам нужно закрасить все части фигуры таким образом, чтобы картина вам самим понравилась.



### *Интерпретация результатов*

Если на вашем рисунке ОКАЗАЛОСЬ БОЛЬШЕ ЗАКРАШЕННЫХ, ЧЕМ ПУСТЫХ МЕСТ, то это говорит о том, что в данный момент жизни вы пребываете в мрачном настроении духа. Вас что-то гнетет, вы переживаете из-за каких-то событий или беспокоитесь о чем-то важном для вас, однако это состояние временное и оно обязательно пройдет. Вы не склонны к суициду, вы любите жизнь и искренне не понимаете тех, кто готов с ней добровольно расстаться.

Если вы НИЧЕГО НЕ ЗАКРАСИЛИ В ЗАДАННОЙ ФИГУРЕ, только ОБВЕЛИ ЕЕ, то это говорит о вашей железной воле и крепких нервах. Вы никогда не позволите себе поддаться слабости и подумать о самоубийстве, вы считаете это преступлением по отношению к самому себе, близким людям и окружающему вас миру. Как бы ни была трудна жизнь, вы будете жить, вы готовы бороться со всеми жизненными невзгодами, преодолевать любые трудности и препятствия.

Если вы ЗАКРАСИЛИ НЕ БОЛЬШЕ ТРЕХ МАЛЕНЬКИХ ЧАСТЕЙ ФИГУРЫ, то это значит, что при определенных обстоятельствах вы могли бы задуматься о самоубийстве, и если бы все обернулось против вас, то, возможно, даже предприняли бы такую попытку. Но, на ваше счастье, вы

оптимист по натуре и поэтому обстоятельства крайне редко кажутся вам совсем ужасными, вы всегда видите свет в конце тоннеля.

Если вы ЗАКРАСИЛИ ВСЮ ЛЕВУЮ СТОРОНУ ФИГУРЫ, то это говорит о вашей душевной ранимости и чрезмерной чувствительности, вы остро воспринимаете несправедливость жизни и страдаете от этого. Вы склонны к суициду, и иной раз единственное, что вас останавливает перед решительным шагом, — это ваша любовь к вашим близким людям. Вы не хотите причинять им боль и поэтому подавляете в себе суицидальные наклонности.

Если вы ЗАКРАСИЛИ ВСЮ ПРАВУЮ СТОРОНУ ФИГУРЫ, то это говорит о том, что вы зачастую используете свои суицидальные наклонности с выгодой для себя: вы шантажируете своих близких своим возможным самоубийством, заставляете их выполнять ваши требования. Вы несправедливы, с вами очень тяжело жить.

Если вы ПРОДОЛЖИЛИ ЗАКРАШИВАНИЕ ЗАДАННОЙ ЧАСТИ ФИГУРЫ, то это говорит о том, что подсознательно вы подумываете о смерти, ваше мортидо развито столь же сильно, как и либидо. Однако внешне ваши суицидальные наклонности не проявляются, они вырвутся наружу только при удобном случае [54].

## **18. ТЕСТ «Ваши мысли о смерти»**



Перед вами фигура, несущая в себе символическое значение смерти. Эта картина явно не закончена, в ней не хватает каких-то важных деталей. Дорисуйте недостающие фрагменты, завершите картину смерти.

#### **Ключ к тесту «Ваши мысли о смерти»**

- Если вы НЕ СТАЛИ ПРОРИСОВЫВАТЬ ДЕТАЛИ ФИГУРЫ, то это говорит о том, что вы не любите размышлять о смерти, для вас это пока отвлеченная тема, философская. Вы гоните от себя черные мысли, предпочитая держать в голове радости жизни, а не горести смерти.
- Если вы ТЩАТЕЛЬНО ПРОРИСОВАЛИ ВСЕ ДЕТАЛИ ДАННОЙ ФИГУРЫ, превратив ее в СТАРУХУ С КОСОЙ, или ЖЕНЩИНУ В БЕЛОМ САВАНЕ, или в другого подходящего персонажа, то это говорит о том, что вы не боитесь смерти, вы понимаете, что так устроена жизнь и все живые существа когда-нибудь умрут. Разумеется, подобные мысли вас не радуют, однако печалиться по этому поводу вы тоже не желаете. У вас здоровое отношение к вопросу смерти.
- Если вы ПОЛНОСТЬЮ ЗАКРАСИЛИ СИЛУЭТ И ПРИРИСОВАЛИ К НЕМУ КАКИЕ-ТО ДЕТАЛИ (КОСУ ЗА СПИНОЙ ИЛИ ПРОФИЛЬ), то это выдает ваше болезненное отношение к смерти. Вы часто размышляете на эту тему и нервничаете. Возможно, у вас были в жизни тяжелые утраты, которые не прошли для вас бесследно, вы боитесь смерти и ненавидите ее.

•Если вы ПРИЧУДЛИВО РАСКРАСИЛИ СИЛУЭТ (УЗОРЫ, ПОЛОСКИ), то это значит, что вы одержимы мыслью о смерти, она представляется вам желанной и загадочной, таинственной и влекущей. Вы все время задаетесь вопросом — существует ли загробная жизнь? Ваш ищущий ум не остановился пока ни на одной из вер, вы находитесь в постоянном поиске, анализируете все сведения, хотите приподнять завесу над этой тайной. Пока вы заняты теоретическими изысканиями, все нормально, для вас нет никакой опасности. Только не переходите к практическим опытам.

•ЧЕМ ПОДРОБНЕЕ И ЧЕТЧЕ НАРИСОВАННЫЙ ВАМИ ФОН, тем больше времени вы проводите в размышлениях о смерти. Если вы ФОН НАРИСОВАЛИ ЯРЧЕ, ЧЕМ ОСНОВНУЮ ФИГУРУ, то это значит, что вы настроены пессимистично, возможно, размышляете о своей горькой участи и несправедливости жизни.

•Если вы РАЗДЕЛИЛИ ЗАДАННУЮ ФИГУРУ НА НЕСКОЛЬКО ФИГУР ПОМЕНЬШЕ, передав их во ВЗАИМОДЕЙСТВИИ (ЛУНА НАД ГОЛОВОЙ ЧЕЛОВЕКА, СТОЯЩЕГО НАД СВЕЖЕВЫРЫТОЙ МОГИЛОЙ, и все в том же духе), то это выдает в вас творческого человека. Вы даже к вопросу смерти подходите с оригинальных позиций, вам нравится разговаривать на эту тему, выслушивать разные точки зрения. Вы еще не составили окончательного мнения на этот счет. Вы не боитесь смерти, но уважаете ее. Для того чтобы акцентировать внимание на факторах, способствующих совершению попыток самоубийства, и количественно оценить степень риска суицида предлагается использовать приведенную ниже «Карту риска суицида» [55].

## **19. "Незаконченные предложения"**

**тест Сакса-Леви**

Метод незаконченных предложений применяется в экспериментально-психологической практике давно. Существует множество вариантов.

Мы предлагаем вариант этого метода, разработанный Л. Саксом и В. Леви. Он включает 60 незаконченных предложений, которые могут быть разделены на 15 групп, характеризующих в той или иной степени систему отношений обследуемого к семье, к представителям своего или противоположного пола, к сексуальным отношениям, к вышестоящим по служебному положению и подчиненным. Некоторые группы предложений имеют отношение к испытываемым человеком страхам и опасениям, к имеющемуся у него чувству осознания собственной вины, свидетельствуют о его отношении к прошлому и будущему, затрагивают взаимоотношения с родителями и друзьями, собственные жизненные цели.

Тестирование (без обработки) занимает от 20 мин до нескольких часов (в зависимости от личности испытуемого\_

**Инструкция** "На бланке теста необходимо закончить предложения одним или несколькими словами".

### **Бланк теста**

1. Думаю, что мой отец редко
2. Если все против меня, то
3. Я всегда хотел
4. Если бы я занимал руководящий пост
5. Будущее кажется мне
6. Мое начальство
7. Знаю, что глупо, но боюсь
8. Думаю, что настоящий друг
9. Когда я был ребенком
10. Идеалом женщины (мужчины) для меня является
11. Когда я вижу женщину рядом с мужчиной
12. По сравнению с большинством других семей моя семья
13. Лучше всего мне работается с

- 14.Моя мать и я
- 15.Сделал бы все, чтобы забыть
- 16.Если бы мой отец только захотел
- 17.Думаю, что я достаточно способен, чтобы
- 18.Я мог бы быть очень счастливым, если бы
- 19.Если кто-нибудь работает под моим руководством
- 20.Надеюсь на
- 21.В школе мои учителя
- 22.Большинство моих товарищей не знают, что я боюсь
- 23.Не люблю людей, которые
- 24.Когда-то
- 25.Считаю, что большинство юношей (девушек)
- 26.Супружеская жизнь кажется мне
- 27.Моя семья обращается со мной, как с
- 28.Люди, с которыми я работаю
- 29.Моя мать
- 30.Моей самой большой ошибкой было
- 31.Я хотел бы, чтобы мой отец
- 32.Моя наибольшая слабость заключается в том
- 33.Моим скрытым желанием в жизни
- 34.Мои подчиненные
- 35.Наступит тот день, когда
- 36.Когда ко мне приближается мой начальник
- 37.Хотелось бы мне перестать бояться
- 38.Больше всех люблю тех людей, которые
- 39.Если бы я снова стал молодым
- 40.Считаю, что большинство женщин (мужчин)
- 41.Если бы у меня была нормальная половая жизнь
- 42.Большинство известных мне семей
- 43.Люблю работать с людьми, которые

44. Считаю, что большинство матерей
45. Когда я был молодым, то чувствовал вину, если
46. Думаю, что мой отец
47. Когда мне не везет, я
48. Больше всего в жизни я хотел бы
49. Когда я даю другим поручение
50. Когда буду старым
51. Люди, превосходство которых над собой я признаю
52. Мои опасения не раз заставляли меня
53. Когда меня нет, мои друзья
54. Моим самым живым воспоминанием детства является
55. Мне очень не нравится, когда женщины (мужчины)
56. Моя половая жизнь
57. Когда я был ребенком, моя семья
58. Люди, которые работают со мной
59. Я люблю свою мать, но
60. Самое худшее, что мне случилось совершить, это

### **Обработка и интерпретация результатов**

Для каждой группы предложений выводится характеристика, определяющая данную систему отношений как положительную, отрицательную или безразличную.

Примеры предложений и варианты ответов с оценкой:

*Большинство известных мне семей:*

- 1) несчастливые, недружелюбные -2
- 2) нервные, не очень дружелюбные -1
- 3) все одинаковы 0

*Будущее кажется мне:*

- 1) мрачным, плохим, странным -2
- 2) туманным, неприглядным -1

Такая количественная оценка облегчает выявление у обследуемого дисгармоничной системы отношений. Но более важно, конечно, качественное изучение дополнительных предложений.

| №  | Группы предложений                      | № заданий |    |    |    |
|----|-----------------------------------------|-----------|----|----|----|
| 1  | Отношение к отцу                        | 1         | 16 | 31 | 46 |
| 2  | Отношение к себе                        | 2         | 17 | 32 | 47 |
| 3  | Нереализованные возможности             | 3         | 18 | 33 | 48 |
| 4  | Отношение к подчиненным                 | 4         | 19 | 34 | 49 |
| 5  | Отношение к будущему                    | 5         | 20 | 35 | 50 |
| 6  | Отношение к вышестоящим лицам           | 6         | 21 | 36 | 51 |
| 7  | Страхи и опасения                       | 7         | 22 | 37 | 52 |
| 8  | Отношение к друзьям                     | 8         | 23 | 38 | 53 |
| 9  | Отношение к своему прошлому             | 9         | 24 | 39 | 54 |
| 10 | Отношение к лицам противоположного пола | 10        | 25 | 40 | 55 |
| 11 | Сексуальные отношения                   | 11        | 26 | 41 | 56 |
| 12 | Отношения к семье                       | 12        | 27 | 42 | 57 |
| 13 | Отношение к сотрудникам                 | 13        | 28 | 43 | 58 |
| 14 | Отношение к матери                      | 14        | 29 | 44 | 59 |
| 15 | Чувство вины                            | 15        | 30 | 45 | 60 |

Исследованию методом "незаконченные предложения" должно предшествовать установление контакта с обследуемым для получения искренних, естественных ответов. Но даже если тестируемый рассматривает исследование как нежелательную процедуру и, стремясь скрыть мир своих глубоких переживаний, дает формальные, условные ответы, опытный психолог может извлечь массу информации, отражающей систему личностных отношений [56].

## **Созависимое поведение**

1. Насколько вы склонны к созависимости?[57].

<http://www.psychologies.ru/tests/test/527/>

### **2. Тест "Насколько Вы созависимы"**

Мы проходим, начиная с рождения, несколько этапов становления наших психологических территорий и границ в отношениях с другими людьми. Очень важно осознавать насколько Вы созависимы в вашей повседневной жизни, есть ли трудности в построении близких и доверительных отношений. Предлагаю Вам оценить степень созависимости в вашей жизни, ответив на вопросы теста.

Пожалуйста, ответьте на все вопросы правдиво. Обычно первый ответ, который пришел вам в голову, является самым правдивым и самым точным.

Проверка своих личных качеств

Типичные характеристики созависимых людей

Поставьте цифры от 1 до 4 напротив каждого вопроса:

1 — никогда

2 — иногда

3 — часто

4 — почти всегда

1. Я принимаю на себя ответственность за чувства или поведение других.
2. Мне трудно определить, что я чувствую в данный момент.
3. Мне тяжело выражать мои чувства
4. Я беспокоюсь о том, как другие будут реагировать на мои чувства или поведение.
5. Я преуменьшаю проблемы и испытываю неуверенность в оценке чувств и поведении людей, с которыми общаюсь.
6. Мне трудно создавать или поддерживать тесные отношения.

7. Я боюсь быть отвержения со стороны других.
  8. Я сужу себя строго, стараясь добиваться во всем совершенства.
  9. Мне трудно принимать решения.
  10. Я скорее реагирую на действия других, чем действую самостоятельно.
  11. Желания и потребности других людей для меня важнее моих собственных.
  12. Мнение других людей для меня важнее, чем мое собственное.
  13. Мое ощущение собственной ценности приходит ко мне извне, от оценок других людей и моих действий, подтверждающих мою ценность.
  14. Мне трудно сознаться в своей уязвимости и попросить о помощи.
  15. Я стараюсь контролировать других.
  16. Я сохраняю верность по отношению другим, даже когда такая верность не оправдана.
  17. Я оцениваю ситуации с позиции «все или ничего».
  18. Я хорошо переношу непоследовательность и противоречивые высказывания других.
  19. Моя жизнь хаотична и изобилует эмоциональными срывами.
  20. Я стремлюсь к таким отношениям, в которых я буду уверен, что во мне нуждаются, и стремлюсь сохранить их такими.
- Подсчет очков: чтобы получить общий результат, сложите цифры.
- Чтобы интерпретировать свой уровень созависимости, воспользуйтесь следующей шкалой:
- 60—80 — очень высокая степень созависимых моделей.
  - 40—59 — высокая степень созависимых моделей.
  - 30—39 — средняя степень созависимых и/или контрзависимых моделей.
  - 20—29 — очень мало созависимых и/или высокая степень

контрзависимых моделей [58].

### 3. Шкала созависимости Б. и Дж. Уайнхолд

Поставьте цифры от 1 до 4 в скобки перед каждым вопросом:

1 — никогда

2 — иногда

3 — часто

4 — почти всегда

( ) Я склонен (склонна) брать на себя ответственность за чувства и/или поведение других людей.

( ) Я затрудняюсь идентифицировать свои чувства, такие как счастье, злость, смущение, уныние или возбуждение.

( ) Мне тяжело выражать свои чувства.

( ) Я испытываю страх или беспокойство при мысли о том, как другие отреагируют на мои чувства или поведение.

( ) Я свожу к минимуму проблемы и отрицаю или изменяю правду о чувствах или поведении людей, с которыми общаюсь.

( ) Мне трудно устанавливать или поддерживать тесные взаимоотношения.

( ) Я боюсь быть отвергнутым (отвергнутой).

( ) Я стараюсь добиваться во всем совершенства и сужу себя строго.

( ) Мне трудно принимать решения.

( ) Я склонен (склонна) полагаться на мнения других, а не действовать по своему усмотрению.

( ) Я склонен (склонна) ставить желания и потребности других людей на первый план.

( ) Я склонен (склонна) ценить мнение других людей выше своего собственного.

*( ) Мое ощущение собственного достоинства идет извне, в зависимости от мнения или действий других людей, которые, как мне кажется, больше в этом разбираются.*

*( ) Я нахожу, что тяжело быть уязвимым (уязвимой) и просить о помощи.*

*( ) Я всегда подвергаюсь контролю или стремлюсь контролировать, и наоборот, всегда слежу за тем, чтобы никогда не оказаться ответственным (ответственной).*

*( ) Я слишком лоялен (лояльна) к другим, даже в том случае, когда эта лояльность не оправдывается.*

*( ) У меня привычка рассматривать ситуации по принципу “все или ничего”.*

*( ) Я очень толерантен (толерантна) к непоследовательности и смешанным поручениям.*

*( ) В моей жизни происходят эмоциональные кризисы и хаос.*

*( ) Я стараюсь искать взаимоотношения там, где чувствую себя “нужным” (“нужной”), и пытаюсь затем сохранять их.*

Подсчет очков: чтобы получить общий результат, сложите цифры. Чтобы интерпретировать свой уровень зависимости, воспользуйтесь следующей шкалой:

**60—80 — очень высокая степень зависимых моделей.**

**40—59 — высокая степень зависимых моделей.**

**30—39 — средняя степень зависимых и/или контрзависимых моделей.**

**20—29 — очень мало зависимых и/или высокая степень контрзависимых моделей [59].**

#### **4. Тест на созависимость (Фишер, Спанн, адаптация Москаленко В.Д.)**

Прочитайте вышеприведенные утверждения и поставьте перед каждым пунктом то число, которое отражает ваше восприятие данного утверждения:

1. Совершенно не согласна.

2. Умеренно не согласна.

3. Слегка не согласна.
4. Слегка согласна.
5. Умеренно согласна.
6. Полностью согласна.
1. *Мне трудно принимать решения.*
2. *Мне трудно сказать "нет".*
3. *Мне трудно принимать комплименты как что-то заслуженное.*
4. *Иногда я почти скучаю, если нет проблем, на которых следует сосредоточиться.*
5. *Я обычно не делаю для других то, что они сами могут для себя сделать.*
6. *Если я делаю для себя что-то приятное, то испытываю чувство вины.*
7. *Я не тревожусь слишком много.*
8. *Я говорю себе, что все у меня будет лучше, когда окружающие меня близкие изменятся, перестанут делать то, что сейчас делают.*
9. *Похоже, что в моих взаимоотношениях я всегда все делаю для других, а они редко что-нибудь делают для меня.*
10. *Иногда я фокусируюсь на другом человеке до такой степени, что предаю забвению другие взаимоотношения и то, за что мне следовало бы отвечать.*
11. *Похоже, что я часто оказываюсь вовлеченной во взаимоотношения, которые мне причиняют боль.*
12. *Свои истинные чувства я скрываю от окружающих.*
13. *Когда меня кто-то обидит, я долго ношу это в себе, а потом однажды могу взорваться.*
14. *Чтобы избежать конфликтов, я могу заходить как угодно далеко.*
15. *У меня часто возникает страх или чувство грядущей беды.*
16. *Я часто потребности других ставлю выше своих собственных.*

Для получения суммы баллов переверните значения баллов для пунктов 5 и 7 и затем суммируйте.

Суммы баллов:

**16-32 – норма,**

**33-60 – умеренно выраженная созависимость,**

**61-96 – резко выраженная созависимость [60].**

#### **5. Шкала общей оценки созависимости (С.А.Кулаков)**

«Член семьи» — это любой член семьи, потребляющий ПАВ; «другие люди» — близкие и другие окружающие люди. Варианты ответа: 0 — нет, 1 — иногда, 2 — да.

- 1. Направляете ли вы свою энергию на решение проблем других людей?*
- 2. Теряете ли вы сон из-за проблем и поведения других людей?*
- 3. Чувствуете ли вы ответственность за других людей — за их чувства, мысли, действия, выбор, желания, потребности, благополучие, судьбу?*
- 4. Чувствуете ли вы злость, когда ваша помощь оказывается неэффективной?*
- 5. Пытаетесь ли вы доставлять удовольствие другим, вместо того чтобы получать удовольствие от жизни?*
- 6. Даете ли вы другим советы, когда они не просят вас об этом?*
- 7. Считаете ли вы себя жертвой, не оцененной людьми, которым помогали?*
- 8. Чувствуете ли вы вину, если тратите деньги на себя?*
- 9. Боитесь ли вы отвержения близких людей?*
- 10. Часто ли вы испытываете чувство вины?*
- 11. Боитесь ли вы позволить себе быть естественным?*
- 12. Боитесь ли вы позволить другим людям быть теми, кто они есть?*
- 13. Беспокоитесь ли вы о том, нравитесь ли вы другим, любят ли вас другие люди?*
- 14. Даете ли вы событиям течь естественным путем?*
- 15. Сносите ли вы оскорбления, чтобы удержать рядом людей, которых любите?*
- 16. Можно ли сказать, что вы не умеете говорить «нет»?*
- 17. Избегаете ли вы говорить о себе, о своих проблемах, чувствах и мыслях?*

18. Поддерживаете ли вы такие отношения, в которых люди причиняют вам страдания?
19. Бойтесь ли вы вызвать чувство гнева у других людей?
20. Стараетесь ли вы подавлять свои чувства?
21. Испытываете ли вы трудности в сексе, не решаясь попросить партнера сделать то, что вам приятно?
22. Испытываете ли вы финансовые затруднения из-за того, что член семьи употребляет ПАВ?
23. Приходится ли вам лгать, чтобы покрывать наркотизацию близкого человека?
24. Есть ли у вас ощущение, что ПАВ значат для члена вашей семьи больше, чем вы?
25. Думаете ли вы, что наркотизация члена вашей семьи связана с тем, что он дружит с определенной компанией?
26. Высказываете ли вы угрозы, например, такого содержания: «Если ты не бросишь наркотики, я выгоню тебя из дома!» или другие угрозы?
27. Бойтесь ли вы огорчить члена семьи из страха, что это спровоцирует срыв?
28. Не кажется ли вам, что из-за наркотизации члена семьи вы не можете уехать куда-то надолго, оставив его дома одного?
29. Не приходилось ли вам думать о вызове милиции из-за агрессивного поведения члена семьи в состоянии наркотического опьянения?
30. Приходилось ли вам искать спрятанные наркотики?
31. Есть ли у вас такое чувство, что если бы член семьи вас любил, то он прекратил бы употреблять наркотики, чтобы доставить вам удовольствие?
32. Испытываете ли вы иногда чувство вины за то, что контролируете жизнь наркотизирующегося члена семьи?
33. Думаете ли вы, что если бы член семьи прекратил бы употреблять наркотики, то другие ваши проблемы были бы решены?

34. Угрожали ли вы когда-нибудь нанести себе повреждения, с тем чтобы добиться от наркомана таких слов, как «прости меня», «я люблю тебя»?
35. Относились ли вы когда-нибудь к детям, сослуживцам, родителям несправедливо только потому, что злились на кого-то, кто употребляет наркотики?
36. Есть ли у вас такое чувство, что никто на свете не понимает ваших трудностей?
37. Приобрели ли вы какую-нибудь эмоциональную или физическую болезнь в связи с проживанием с человеком, зависимым от ПАВ?
38. Пробовали ли вы разорвать взаимоотношения с людьми, которые вас неоднократно обижали?
39. Избегали ли вы контакта со специалистами, сообщавшими вам о необходимости собственного изменения?
40. Прочее (дописать свою ситуацию).

**Высоким считается показатель свыше 12 баллов [61].**

### **Экстремизм, терроризм**

#### **1. ЭКСПРЕСС - ОПРОСНИК «ИНДЕКС ТОЛЕРАНТНОСТИ»**

(Г.У. Солдатова, О.А. Кравцова, О.Е. Хухлаев, Л.А. Шайгерова)

#### **1. Толерантность - это:**

- а) редкое заболевание глаз
- б) смирение и непротивление злу
- в) уважительное отношение к людям другой национальности, взглядов, вероисповедания и др.
- г) процесс разрушения национальных культур и замещение их однородной «попсой»
- д) затрудняюсь ответить

**2. Как вы считаете, националист - это тот, кто:**

- а) нарушает правила дорожного движения за границей
- б) считает представителей своей национальности лучше всех других национальностей
- в) досконально знает свою национальную культуру
- г) пишет книги о достоинствах и недостатках представителей своей национальности
- д) затрудняюсь ответить

**3. К Вам когда-нибудь относились хуже, чем к другим людям по какому-либо признаку?**

- а) никогда
- б) да, по национальному признаку
- в) да, по имущественному признаку
- г) да, по другим признакам
- д) затрудняюсь ответить

**4. Вы когда-нибудь проявляли нетерпимость к представителям какого-либо меньшинства?**

- а) никогда
- б) да, по национальному признаку
- в) да, по имущественному признаку
- г) да, по другим признакам
- д) затрудняюсь ответить

**5. По вашему мнению, существует ли в вашем районе нетерпимое отношение к людям другой национальности и вероисповедания?**

- а) да, и это большая проблема
- б) да, но встречается редко и не является проблемой
- в) нет, у нас ко всем относятся одинаково хорошо

- г) нет, у нас ко всем относятся одинаково плохо
- д) я не хочу об этом думать
- е) не знаю

**6. Вы сталкивались со случаями унижения достоинства человека из-за его национальности или вероисповедания?**

- а) да, наблюдал лично
- б) да, испытал на себе
- в) да, слышал от знакомых
- г) да, читал в газете
- д) да, видел по телевизору
- е) нет, не сталкивался
- ж) никогда не обращал внимания

**7. Встречали ли Вы следующие проявления нетерпимости: (можно выбрать любое количество (ответов))**

- а) да, встречал
- б) распространение фашистской символики  
в виде листовок, плакатов
- в) фашистская литература
- г) митинги, сборы и др. публичные выступления
- ж) нет, не встречал
- е) прямое выступления националистов, фашистов

**8. Как Вы обычно относитесь к тому, что в Вашем доме / городе живут люди другой национальности или религии:**

- а) это плохо
- б) это хорошо
- в) мне все равно
- г) не знаю

**9. Считаете ли Вы себя толерантной личностью:**

- а) да
- б) нет

в) не знаю [18].

## **2. ТЕСТ НА ВЫЯВЛЕНИЕ УРОВНЯ ТОЛЕРАНТНОЙ УСТАНОВКИ**

**1.** Вам поручили выполнить работу с человеком, к которому Вы испытываете неприязнь. Какими будут Ваши действия:

- 1) отказываетесь от поручения либо пытаетесь убедить дать вам в помощники другого;
- 2) стараетесь выполнить работу самостоятельно;
  1. волевым усилием стараетесь скрыть свою неприязнь и подчиняетесь распоряжению;
  2. стараетесь наладить контакт, но ограничиваете общение рамками делового партнерства;
  3. стремитесь ближе узнать партнера, перевести отношения с делового на личностный уровень.

**2.** Вы узнали, что Вашим попутчиком в купе поезда оказался представитель другой расы. Какой будет Ваша реакция:

1. требуете предоставить Вам место в другом купе;
2. занимаете место и делаете вид, что не замечаете попутчика;
3. ограничиваетесь в общении формальным приветствием;
1. проявляете готовность к общению, но ожидаете инициативы со стороны попутчика;
2. без навязчивости, интересуетесь происхождением попутчика, местом жительства, целью пребывания в стране, предлагаете помощь.

**3.** В Вашем коллективе появился новый человек, оказавшийся инвалидом и способный передвигаться лишь в инвалидной коляске. Ваша первая реакция:

1. выражаете мнение, что «инвалиды должны сидеть дома»;
2. высказываетесь о том, что Вам «до этого нет дела», и игнорируете этого человека;

3. считаете, что все имеют право на активную жизнь в любом коллективе;
  4. представляете себя в его положении и приходите к выводу о том, что главное — желание учиться, работать и умственные способности и человеческие качества;
  5. намереваетесь познакомиться с новым человеком и предложить помощь.
4. Вы узнали, что Ваш (Ваша) друг (подруга) намеревается заключить брак с представителем другой национальности.

Ваше мнение:

1. считаете, что Ваш друг (подруга) делает ошибку, потому что отрицательно относитесь к смешанным бракам;
  2. отказываетесь что-либо высказать по этому поводу;
  3. считаете, что это осложнит семейную жизнь;
  4. считаете, что национальность для брака не имеет значения;
  5. выражаете мнение о том, что смешанные браки дают самое полноценное потомство.
5. Ваш одноклассник стал членом одной из действующих в городе религиозных сект. Время от времени он приносит на занятия брошюры и буклеты своей секты. Ваше отношение:
1. требуете прекратить подобную агитацию;
  2. прекращаете отношения с ним;
  1. считаете, что нетрадиционные религии в Вашем регионе не имеют перспективы;
  2. пытаетесь проанализировать, что заставило его пойти на такой шаг;
  3. проявляете интерес к предъявляемому материалу, задаете вопросы, оставаясь при этом при своем мнении.
6. Близкий для Вас человек вступил в ряды политической партии, известной своей крайне правой политической программой. Ваша реакция:

1. испытываете негодование, собираетесь порвать все связи;
2. признаетесь в том, что это не Ваше дело;
- 3) полагаете, что Ваш друг совершил ошибку, которую необходимо исправить с Вашей помощью;
- 4) пытаетесь осознать причину подобного выбора;
- 5) намереваетесь в ближайшее время поговорить со своим другом о том, доволен ли он своим выбором.

7. В Вашем классе оказалась группа подростков, употребляющих наркотики. Как Вы намерены себя вести:

1. требовать изолировать подростков от других детей для того, чтобы оградить их от плохого влияния;
2. игнорировать подростков, полагая, что им ничем нельзя помочь;
- 3) относиться к ним также как и к другим детям;
  1. организовать ряд воспитательных мероприятий, посвященных проблеме наркотиков;
  2. ознакомиться с каждым из подростков, их родителями, условиями жизни, предложить свою помощь

8. Вы узнали, что один из приятелей Вашего нового знакомого имеет судимость. Ваша позиция:

1. стремитесь порвать все отношения, опасаясь за себя;
2. считаете, что Ваш друг неразборчив в знакомствах;
1. признаете, что Вы не вправе диктовать окружающим свое мнение;
2. намерены предпринять все, чтобы это не отразилось на Ваших отношениях;
- 5) стараетесь узнать, чем Вы можете помочь.

9. Вы случайно встретились с человеком, с которым у Вас в прошлом был серьезный конфликт, окончившийся разрывом отношений. Первое, что Вы делаете:

1. отпускаете язвительную реплику;
2. делаете вид, что не замечаете;

3. киваете в знак приветствия;
4. обмениваетесь традиционными формальными приветствиями;
5. начинаете общаться, делая вид, что прошлое Вас не интересует [17].

### **3. МЕТОДИКА ИЗУЧЕНИЯ ТОЛЕРАНТНОСТИ ДЕТЕЙ**

**(По материалам ЮНЕСКО. Автор Доминик Де Сент Марс)**

Материал методики представляет собой три серии. Каждая серия теста имеет отношение к одной из сфер жизни ребенка:

- Первая серия - «Толерантность в кругу друзей»;
- Вторая серия - «Толерантность и окружающий мир»;
- Третья серия - «Толерантность у себя дома».

В каждой серии восемь незаконченных предложений. Под каждой картинкой расположены два варианта ответов, которыми можно закончить предложение. Детям предлагается из двух вариантов ответа выбрать тот, который ему кажется наиболее подходящим. В тесте толерантный ответ обозначен кружочком, нетолерантный - точкой, ответы расположены в случайном порядке.

Для определения уровня толерантности подсчитываете, сколько каждый испытуемый выбрал кружков. Чем больше кружков, тем более он толерантен. Следует подсчитать общий уровень толерантности испытуемого и уровень толерантности в каждой из сфер.

Этим тестом следует воспользоваться до начала обучения по нашей программе «Формирование толерантности в межличностных и межнациональных отношениях» и по окончании обучения. Результаты сравниваются, делаются выводы.

#### **Серия 1.**

*Наташа плохо одета...*

- Это не имеет значения.

- Ты вместе со своими друзьями будешь ее дразнить.

*Твой знакомый мальчик - другой национальности, он соблюдает традиции своего народа...*

- Ты скажешь ему, что это смешно.
- Ты попросишь его рассказать тебе об этом.

*Кожа Джона не такого цвета, как твоя...*

- Ты попытаешься поближе с ним познакомиться.
- Ты скажешь, что тебе не нравятся люди такого цвета, как он.

*Старичок впереди тебя идет очень медленно...*

- Ты толкнешь его, чтобы скорее пройти.
- Ты придержишь дверь, чтобы он прошел.

*Ты мальчик, тебя посадили за одну парту с девочкой...*

- Ты скажешь, что все девчонки глупые.
- Ты поболтаешь с ней.

*Ты девочка, тебя посадили за одну парту с мальчиком...*

- Ты скажешь, что все мальчишки глупые.
- Ты поболтаешь с ним.

*Ты видишь, что кого-то бьют...*

- Ты защитишь его
- Ты сделаешь вид, будто ничего не видел

*Тебя знакомят с ребенком, который передвигается только в инвалидной коляске...*

- Ты поговоришь с ним, как с любым другим человеком,
- Ты сделаешь вид, что не заметил его.

## **Серия 2.**

*Вся история человечества сопровождается войнами...*

- Мы должны попытаться понять, почему начинаются войны.
- Мы ничего не можем сделать

*Тебя знакомят с детьми, которые пострадали от войн и конфликтов...*

- Ты посочувствуешь им.
- Тебя это не волнует.

*Учитель рассказывает о доброте и понимании между людьми...*

- Тебе это не интересно.
- Ты хочешь узнать об этом больше.

*Ты с кем-то не согласен...*

- Ты все-таки стараешься выслушать ее или его
- Ты не дашь ему или ей шанса высказаться

*Как лучше побороть зло...*

- Применяя силу
- Объединиться с другими и сказать злу «НЕТ»

*На уроке ты уже ответил...*

- Ты снова тянешь руку.
- Ты дашь возможность ответить другим.

*Друг предал тебя...*

- Ты попытаешься обсудить с ним это.
- Ты стараешься отомстить ему.

*У тебя появился друг по переписке из другой страны...*

- Тебе хочется, чтобы он поделился с тобой своими мыслями.
- Тебе это не интересно

### **Серия 3.**

*Младший брат (сестра) сломал твою игрушку...*

- Ты простишь его, он сделал это случайно
- Ты отшлепаешь его

*В семье кто сильнее, тот и командует...*

- Ты не будешь поступать так же.
- Ты будешь так же поступать при решении проблем.

*Младшим всегда достается больше подарков и внимания...*

- Ты говоришь себе, что ты никому не нужен.
- Ты расскажешь кому-нибудь, почему ты чувствуешь себя несчастным.

*Ты поссорился со своей сестрой (братом)...*

- Ты постараться объяснить ей свою точку зрения,
- Ты надуешься и уйдешь.

*Кто-нибудь поступает с тобой грубо...*

- Ты ответишь тем же.
- Ты постараться изменить его отношение к тебе.

*Ты не доволен собой...*

- Ты скажешь «у каждого есть недостатки»
- Ты всеми недоволен

*Ты слышишь, что о ком-то говорят плохо...*

- Ты разузнаешь, правда ли это.
- Ты немедленно кому-нибудь расскажешь об этом.

*Ты не хочешь идти на прогулку с семьей...*

- Ты закаташь сцену.
- Ты предложишь что-нибудь поинтереснее [17].

#### **4. ДИАГНОСТИКА УРОВНЯ СФОРМИРОВАННОСТИ ТОЛЕРАНТНОСТИ У ШКОЛЬНИКОВ(Степанов П.В. к.п.н., центр теории воспитания ИТО и ПРАО, г. Москва)**

Определить эффективность деятельности, в том числе и воспитательной, можно по ее результату. В данном случае, по тем изменениям, которые происходят в личности ребенка. Узнать об изменениях в личности подростка, в характере его отношений к иным культурам, к людям, непохожим на него самого, помогут различные способы. Это может быть наблюдение за поведением, эмоциональным состоянием подростков во время ролевых игр, проблемных дискуссий, групповой рефлексии или анализ письменных работ школьников - сочинений, продуктов совместной игровой деятельности детей, анкетирование, позволяющее увидеть количественные показатели изменений.

Лучше всего, если опросник будет предложен школьникам дважды, причем второй раз - спустя год, два или три. В этом случае можно получить представление о динамике отношений подростков к представителям иных культур.

Суть опросника такова: школьников просят ответить на вопрос, насколько они согласны или не согласны с содержащимися в опроснике утверждениями. Каждое из таких утверждений представляет собой, в явной или скрытой форме, выражение толерантной или не толерантной позиции человека по отношению к людям других культур.

Стремясь сделать результаты диагностики более достоверными мы при составлении данного опросника опирались на материалы таких опросников (схожих по процедуре проведения), как опросник Г. Айзенка - Г. Вильсогна и опросник, разработанный в Институте социологии РАН под руководством В.С. Магуна. Формулировки содержащихся в них тезисов, которые предлагаются респонденту для оценивания, были специально отобраны авторами для диагностики толерантности и прошли необходимую апробацию.

***При отборе материалов для анкеты мы руководствовались следующими принципами:***

1. Формулировки содержащихся в опроснике утверждений должны быть понятными для детей и восприниматься ими однозначно.
2. Содержащиеся в опроснике утверждения должны побуждать подростка демонстрировать свое отношение к различным проявлениям инаковости - внешнему виду, образу жизни, поведению, ценностям, мнениям; к людям, представляющим иные расовые, этнические, конфессиональные, имущественные группы.
3. Утверждения анкеты должны дублировать друг друга, что позволит сделать результаты анкетирования более объективными.
4. Текст опросника должен быть составлен таким образом, чтобы избежать возможного конформного поведения подростков, попыток «угадать» ответ,

«правильно» отнестись к тому или иному тезису. Для этого необходимо предоставить школьникам возможность анонимного заполнения анкеты. Кроме того, важно так формулировать тезисы опросника, чтобы тот или иной ответ не выглядел в глазах подростка заведомо общественно одобряемым. Характер представленных в опроснике мнений относительно тех или иных проблем поликультурного общества, а также предоставляемая данным опросником возможность выявить, насколько подростки разделяют эти мнения, позволяют сделать вывод об уровне сформированности толерантности (или нетолерантности) у школьников. Условно мы выделили четыре таких уровня: высокий и невысокий уровни толерантности, а также высокий и невысокий уровни интолерантности.

**Высокий уровень интолерантности** выражается в сознательном отказе признавать, принимать и понимать представителей иных культур. Это проявляется в склонности человека характеризовать культурные отличия как отклонения от некоей нормы, как девиантность, в нежелании признавать равные права на существование тех, кто имеет иной физический облик или разделяет иные ценности. Это проявляется в ярко выраженном отрицательном отношении к таким отличиям, демонстративной враждебности и презрении к таким людям, в желании «очистить» от них пространство собственного бытия. Это проявляется в нежелании даже попытаться взглянуть на те или иные жизненные ситуации с точки зрения другой культуры. Это вполне осознанная, отрефлексированная позиция. Школьники, занимающие такую экстремистскую позицию, как правило, выделяются своим поведением, определенного рода публичными высказываниями, а иногда даже и внешним видом.

**Невысокий уровень интолерантности** характеризуется тем, что человек на словах признает права других на культурные отличия, декларирует принцип равенства людей независимо от их расовой, национальной, религиозной принадлежности, но при этом испытывает личное неприятие отдельных социокультурных групп. Такой диссонанс между декларируемыми

гуманистическими принципами и реальным проявлением нетерпимости человек пытается оправдать ссылками на общественное мнение («все так считают»), аморальное поведение, якобы свойственное представителям этих групп («все они такие»), личный неудачный опыт взаимодействия с ними («я встречал таких людей и уверен, что...»). Эта позиция основана на культуроцентризме, ксенофобии, презумпции вины другого. Отрицая такие наиболее вопиющие проявления интолерантности, как фашизм, геноцид, апартеид, человек при этом может легко навешивать на людей других культур ярлыки «недостойных уважения», «опасных». Такого рода интолерантность проявляется не только в неприятии других культур, но и в непонимании их, рассмотрении их сквозь призму только собственных культурных установок. К сожалению, часто эти проявления нетолерантного отношения к людям в школе не замечают.

**Невысокий уровень толерантности** определяется признанием и принятием культурного плюрализма, уважением к самым разнообразным социокультурным группам, но при этом склонностью человека разделять, (зачастую неосознанно) некоторые культурные предрассудки, использовать стереотипы в отношении представителей тех или иных культур. Он не может самостоятельно увидеть многие, особенно скрытые, проявления культурной дискриминации в повседневной жизни. Ему трудно представить, с какими проблемами могут сталкиваться культурные меньшинства, мигранты или беженцы. Это объясняется непониманием другого, неумением увидеть его изнутри, взглянуть на мир с его точки зрения.

**Высокий уровень толерантности** характеризуется следующими признаками. *Это признание* иных культур, признание права людей на иной образ жизни, свободное выражение своих взглядов и ценностей. *Это принятие* иных культур, положительное отношение к культурным отличиям, повышенная восприимчивость к любым проявлениям культурной дискриминации, способность находить в иной культуре нечто полезное и ценное для себя самого. *Это понимание* других культур, умение избегать в

их оценке культурных предрассудков и стереотипов, стремление рассматривать иные культуры сквозь призму ценностей и приоритетов самих этих культур, способность предполагать альтернативные взгляды на проблемы, возникающие в поликультурном обществе.

### **Обратимся теперь к тексту диагностического опросника.**

Вам будет предложен ряд высказываний: пожалуйста прочитайте их и определите, насколько Вы согласны или не согласны с ними. Оценить степень Вашего согласия или несогласия можно следующим образом:

- ++ сильное согласие (конечно, да);
- + слабое согласие (скорее да, чем нет);
- 0 ни да, ни нет;
- слабое несогласие (скорее нет, чем да);
- - сильное несогласие (конечно, нет)

Постарайтесь быть искренними. Свои оценки Вы можете записывать напротив порядкового номера утверждения анкеты. Спасибо!

### **Опросный лист**

1. Группа - в которой существует много разных мнений, не сможет долго существовать.
2. Цивилизованные страны как, например, Россия, не должны помогать народам Африки: пусть сами решают свои проблемы.
3. Хорошо, что меньшинство может свободно критиковать решения большинства.
4. Дети из более богатых семей не должны иметь права учиться в особых школах, даже за свои собственные деньги.
5. Было бы правильнее содержать приезжих из отсталых южных стран в специально отведенных районах и обучать в отдельных школах, чтобы ограничить их контакты с остальными людьми.
6. Вид молодого человека с бородой и длинными волосами неприятен для всех.

7. Маленькие народы, проживающие в нашей стране, должны иметь право без ведома российских властей устанавливать у себя некоторые особые законы, связанные с их обычаями и традициями.
8. Всех бомжей и попрошайек необходимо вылавливать и силой принуждать к работе.
9. Люди не созданы равными: некоторые из них лучше, чем остальные.
10. Несправедливо ставить людей с темным цветом кожи руководителями над белыми людьми.
11. Внешний вид представителей небелой расы является хотя бы в чем-то, но отклонением от нормы.
12. Истоки современного терроризма следует искать в исламской культуре.
13. Улучшать районы проживания бедноты - это бесполезная трата государственных денег.
14. Евреи - такие же полезные для общества граждане, как и представители любой другой национальности.
15. Даже самые странные люди с самыми необычными увлечениями и интересами должны иметь право защищать себя и свои взгляды.
16. Хотя темнокожие люди и отстают от белых в экономическом развитии, я уверен(а), что между двумя расами не существует никаких различий в умственных способностях.
17. Человека, который любит другую страну и помогает ей больше, чем своей, необходимо наказывать.
18. Мы не должны ограничивать въезд в наш город представителей других народов.
19. Это несправедливо, что выходцы из азиатских или африканских стран даже если станут гражданами России, не могут получить хорошую работу или занять высокую государственную должность наравне с другими.
20. Все чеченцы по своей натуре одинаковы.

21. Если учесть все «за» и «против», то надо признать, что между представителями различных рас существуют различия в способностях и талантах.
22. Когда я вижу неопрятных, неряшливых людей, меня это не должно касаться - это их личное дело.
23. Есть нации и народы, которые не заслужили, чтобы к ним хорошо относились.
24. Мне трудно представить, что моим другом станет человек другой веры.
25. То, что люди в нашей стране придерживаются разных и даже иногда противоположных взглядов, - благо для России.
26. Меня раздражают писатели, которые используют чужие и незнакомые слова.
27. Человека надо оценивать только по его моральным и деловым качествам, а не по его национальности.
- 28.. Истинной религией может быть только одна религия.
29. Человек, совершивший преступление, не может серьезно измениться к лучшему.
30. То, что Россия - многонациональная страна, обогащает ее культуру.
31. Человек, который со мной не согласен, обычно вызывает у меня раздражение.
32. Я четко знаю, что хорошо, а что плохо для всех нас, и считаю, что и другие также должны это понять.
33. Мужа (жену) лучше выбирать среди людей своей национальности.
34. Мне хотелось бы немного пожить в чужой стране.
35. Все те, кто просит милостыню, как правило, лживы и ленивы.
36. Человек другой культуры, с другими обычаями, привычками пугает или настораживает окружающих.
37. Все виды ущемления прав по национальному признаку должны быть объявлены незаконными и подвергаться суровому наказанию.

38. Очень важно защищать права тех, кто в меньшинстве и имеет непохожие на других взгляды и поведение.
39. Нашей стране необходимо больше терпимых людей - таких, кто ради мира и согласия в обществе готов пойти на уступки.
40. Любой межнациональный конфликт можно разрешить путем переговоров и взаимных уступок.
41. Люди другой расы или национальности, может, и являются нормальными людьми, но в друзья я предпочел бы их не брать.
42. Большинство преступлений в нашем городе совершают приезжие.
43. Стране станет легче, если мы избавимся от психически больных людей.
44. Идти на уступки - это значит проявлять слабость.
45. Власти должны запретить доступ в нашу страну беженцам из экономически отсталых государств, так как их приток увеличивает уровень преступности.

### **Обработка и интерпретация результатов**

За оценку каждого утверждения респондент получает определенным балл.

Если он оценивает какое-либо утверждение знаком:

«+ +», то получает 2 балла.

«+», то 1 балл.

«0», то 0 баллов.

«-», то 1 балл.

«- -», то 2 балла.

Результаты получаются путем сложения баллов с учетом знака.

При этом в ответах на вопросы: 3, 7, 14, 15, 16, 18, 19, 22, 25, 27, 30., 34, 37, 38, 39, 40 35. 36, 41, 42. 43. 44, 45 знак меняется на противоположный. знак не меняется; а в ответах на вопросы: 1, 2, 4, 5, 6, 8. 9, 10, 11, 12, 13, 17, 20, 21, 23, 24, 26, 28, 29, 31, 32, 33,

Подсчитав баллы, можно подвести некоторые итоги:

от 90 до 45 - отражают высокий уровень развития интолерантности;

от 45 до 0 - невысокий уровень интолерантности;

от 0 до 45 - невысокий уровень толерантности;  
от 45 до 90 - высокий уровень толерантности [17].

## **5. АНКЕТА ИЗУЧЕНИЯ УРОВНЯ ТОЛЕРАНТНОСТИ МЕЖНАЦИОНАЛЬНЫХ ОТНОШЕНИЙ**

1. Напишите, пожалуйста, все, что знаете о толерантности: что это такое, в каких ситуациях она проявляется, зачем она нужна?
2. Укажите вашу этническую принадлежность (национальность) и пол.
3. Что в наибольшей степени сближает Вас с людьми вашей национальности?

(выберите не больше 4-х вариантов):

- Язык;
- Культура/обычай;
- Родная земля;
- Черты характера;
- Религия;
- Историческое прошлое;
- Общая государственность;
- Внешний облик.

4. Как вы оцениваете межнациональные отношения в вашем учебном заведении?

- Спокойные;
- Внешне спокойные, но напряжение существует;
- Напряженные.

При оценивании уровня межнациональных отношений в учебном заведении, результаты подсчитываются следующим образом:

**Высокий уровень** – спокойные.

**Средний уровень** - внешне спокойные, но напряжение существует;

**Низкий уровень** - напряженные отношения [17].

## 6. АНКЕТА НА ВЫЯЛЕНИЕ НРАВСТВЕННЫХ И ЖИЗНЕННЫХ ПОЗИЦИЙ

В какой степени каждое из перечисленных ниже качеств присуще вам?

| № | Критерии нравственной воспитанности                               | Присущее в большей степени | Присуще в некоторой степени | Не присуще |
|---|-------------------------------------------------------------------|----------------------------|-----------------------------|------------|
| 1 | Уважение к другим людям                                           |                            |                             |            |
| 2 | Терпимость к представителям другой национальности                 |                            |                             |            |
| 3 | Агрессивность по отношению к представителям другой национальности |                            |                             |            |
| 4 | Справедливое отношение ко всем людям                              |                            |                             |            |
| 5 | Сострадание                                                       |                            |                             |            |
| 6 | Конфликтность                                                     |                            |                             |            |
| 7 | Ответственность                                                   |                            |                             |            |
| 8 | Свобода в принятии решений                                        |                            |                             |            |
| 9 | Честность                                                         |                            |                             |            |
| 1 | Самоуважение                                                      |                            |                             |            |

|   |                                |  |  |  |
|---|--------------------------------|--|--|--|
| 0 |                                |  |  |  |
| 1 | Гражданская                    |  |  |  |
| 1 | сознательность                 |  |  |  |
| 1 | Участие в                      |  |  |  |
| 2 | общественно-<br>полезном труде |  |  |  |

Каждый пункт анкеты содержит три варианта ответов. Необходимо выбрать тот вариант, который наиболее точно отражает вашу позицию.

Затем посмотреть, какие качества в большей степени вам присущи, а какие – в меньшей [17].

## 7. АНКЕТА для выявления уровня толерантности личности

---

(Ф.И.О.) (возраст или класс)

Просьба ответить на поставленные вопросы двумя способами:

- где необходимо выбрать вариант ответа - обвести нужный ответ (ответы) или отметить его (их) галочкой или плюсом:

Где необходимо расставить приоритеты (проранжировать) – поставить нужные цифры в скобках.

**1.** Что вы понимаете под общечеловеческими ценностями: 1) абсолютные ценности; 2) принятые всеми индивидами, образующими сообщество; 3) свойственные всем человеческим общностям; 4) ценности, без которых невозможно устойчивое существование любой общности; 5) «вечные» ценности, существующие на протяжении веков; 6) гуманные, утверждающие человечность в отношениях между индивидами.

**2.** Проранжируйте ценности, которые вы считаете общечеловеческими:

1) [ ] способность к диалогу и компромиссу; 2) [ ] запрет на убийство;

- 3) ☐ любовь к ближнему; 4) ☐ свобода выбора; 5) ☐ почитание родителей;  
6) ☐ запрет на кражу; 7) ☐ запрет на лжесвидетельство.

**3. Проранжируйте приемлемые для Вас ценности:** 1) ☐ патриотизм;  
2) ☐ запрет на ненависть в общении; 3) ☐ запрет на насилие как способ разрешения споров; 4) ☐ запрет на людоедство; 5) ☐ бережное отношение к природе; 6) ☐ постоянный рост производства и потребления;  
7) ☐ терпимость

**4. Проранжируйте, по каким личностным качествам Вы склонны оценивать окружающих Вас людей:**

1. ☐ интеллектуальные способности;
2. ☐ честность и порядочность;
3. ☐ бескорыстие, альтруизм;
4. ☐ коллективизм, солидарность;
5. ☐ свобода выбора и чувство ответственности;
6. ☐ доброжелательность, терпимость к другим;
7. ☐ справедливость;
8. ☐ стремление быть впереди;
9. ☐ свободолобие;
1. ☐ патриотизм;
2. ☐ инициативность.

**5. Считаете ли Вы себя общительным человеком:**

1. да;
2. нет;
3. не знаю.

**6. Считаете ли Вы, что дружеские, неформальные отношения препятствуют выполнению профессиональных обязанностей:**

1. да;
2. нет;
3. не знаю.

**7. Какой вид общения является преобладающим в Вашей жизни?**

1. деловое общение, нацеленное на выполнение функциональных обязанностей;
2. межличностное общение, не обусловленное стремлением к достижению прагматичной цели.

**8. Что, по Вашему мнению, является наиболее важным в деловом общении?**

- 1) руководство другими;
- 2) диалог, нахождение общих точек зрения и вариантов понимания ситуации.

**9. Чем, по Вашему мнению, чаще всего является конфликт:**

1. средством к достижению цели;
2. средством донести до других свое мнение;
3. одним из способов самоутвердиться.

**10. Есть ли у Вас близкий друг (подруга)? Попытайтесь проанализировать, на чем основана Ваша дружба?**

1. на общности взглядов, позиций;
2. на признании высоких моральных качеств друг друга;
- 3) на стремлении самоутвердиться посредством общения друг с другом.

**11. Вы узнали о том, что Вам предстоит наладить контакт с совершенно незнакомым человеком, о котором Вы никогда не слышали. Как Вы изначально настроены по отношению к нему:**

1. настороженно;
2. доброжелательно;
3. с подозрением;
4. безразлично;
5. с любопытством.

**12. Как Вы себя ведете в общении с другим человеком:**

1. пытаетесь подстроиться под темперамент, характер, мнение другого;
2. пытаетесь подстроить собеседника под свой характер, свои взгляды и ритм жизни;

3. оставляете и за собой, и за другим право оставаться самим собой.

**13. Считаете ли Вы, что умеете сходитья с людьми?**

1. да;
2. нет;
3. не знаю.

**14. Что такое толерантность? Дайте определение...**

**15. Чем, по Вашему мнению, в большей степени является толерантность:**

1. ценностью;
2. личностной характеристикой;
3. принципом жизнедеятельности;
4. психологической установкой.

**16. Что означает толерантность как принцип жизнедеятельности:**

- 1) сознательное подавление в себе чувство неприятия другого;
  1. умение вести равноправный диалог и готовность к нему;
  2. готовность пойти на компромисс;
1. проявление уважения к любому человеку вне зависимости от своего отношения к нему;
2. признание за тем, кто не нравится, права быть таким, какой он есть.

**17. Как Вы считаете, что является противоположностью толерантности:**

- 1) авторитарное отношение к другим;
- 2) насилие;
- 3) подозрительность, недоверчивость по отношению к другим;
  1. отказ от признания права быть другим;
  2. дискриминация по отношению к другим;
  3. склонность идти на конфликт;
  4. неуважение к другим;
  5. неспособность вникнуть в позицию другого.

**18. Испытываете ли Вы недостаток толерантности в отношениях с окружающими:**

1. да;

2. нет;
3. не знаю.

**19. Толерантны ли Вы? Выберите один из ответов.**

1. да;
2. нет;
3. не знаю.

**20. Какой вид толерантности Вы считаете наиболее важным в Вашей жизни:**

1. социально-классовая;
2. профессиональная;
3. национально-этническая;
4. конфессиональная;
5. расовая;
6. половая;
7. возрастная;
8. психическая, эмоциональная (межличностная);
9. духовная.

**21. Как Вы оцениваете межличностные отношения в Вашем коллективе:**

1. дружественные;
2. не совсем дружественные;
3. недружественные.

**22. Бывают ли в Вашем коллективе конфликты:**

1. да, часто;
2. иногда бывают;
3. конфликтов не бывает совсем или очень редко.

**23. Если конфликты бывают в Вашем коллективе, то какие вопросы оказываются в их центре:**

1. социальные;
2. политические;
3. национально-этнические;

1. религиозные;
2. межличностные (нравственно-психологические).

**24. Как разрешаются конфликты в Вашем коллективе:**

1. путем компромиссов, договоренности, примирения;
2. разрывом отношений;
3. охлаждением отношений и психологическим отчуждением;
4. как-то иначе (напишите)...

**25. Какое отношение к толерантности преобладает в Вашем коллективе:**

1. толерантность чрезвычайно важна для общения, является значимым моральным качеством;
2. толерантность полезна для обеспечения интересов индивида;
3. отрицательное отношение к толерантности;

в коллективе преобладает мнение, что против враждебности по отношению к другому надо бороться

**26. Как Вы считаете, какие отношения преобладают в нашем обществе:**

1) между социальными группами, социальными слоями:

- а) скорее отношения дружелюбия, взаимопонимания;
- б) скорее отношения враждебности, недоверия, недружелюбия;
- в) не знаю;

2) между разными национальными группами:

- а) скорее отношения дружелюбия, взаимопонимания;
- б) скорее отношения враждебности, недоверия, недружелюбия;
- в) не знаю;

3) между верующими различных конфессий:

- а) скорее отношения дружелюбия, взаимопонимания;
- б) скорее отношения враждебности, недоверия, недружелюбия;
- в) не знаю.

**27. Как влияет на Ваши отношения в коллективе:**

1) Ваша социальная принадлежность:

- а) скорее положительно;
- б) скорее отрицательно;
- в) мало влияет или не влияет вообще;

2) Ваша национальная принадлежность:

- а) скорее положительно;
- б) скорее отрицательно;
- в) мало влияет или не влияет вообще;

3) Ваша религиозная принадлежность (верующий — атеист):

- а) скорее положительно;
- б) скорее отрицательно;
- в) мало влияет или не влияет вообще.

**28. Как Вы считаете, можно ли быть толерантным:**

1) к другой социальной группе в имущественном отношении:

- а) да;
- б) нет;
- в) не знаю;

2) к другой национальной группе:

- а) да;
- б) нет;
- в) не знаю;

3) к другой конфессиональной группе:

- а) да;
- б) нет;
- в) не знаю.

**29. Как Вы считаете, что является причиной интолерантности в отношениях индивидов, относящихся к разным группам:**

- а) между ними существует идейная пропасть;
- б) у них разный образ жизни;
- в) между ними существует психологическая несовместимость [17].

## **8. ОПРОСНИК ДЛЯ ВЫЯВЛЕНИЯ ВЫРАЖЕННОСТИ САМОКОНТРОЛЯ В ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ СФЕРЕ, ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

**(Г.С. Никифоров, В.К. Васильев, С.В. Фирсова)**

1. Меня считают вспыльчивым, невыдержанным человеком:

- а) да (0)
- б) не уверен (1)
- в) нет (2).

2. Я уступаю место в городском транспорте пожилым людям и пассажирам с маленькими детьми:

- а) в любом случае (2)
- б) иногда (1)
- в) только если на этом настаивают (0).

3. Я склонен следить за проявлением своих чувств:

- а) всегда (2)
- б) иногда (1)
- в) редко (0).

4. Если в полученном задании что-то остается для меня непонятным, я:

- а) всегда уточняю все неясности до выполнения задания (2)
- б) поступаю так иногда (1)
- в) уточняю неясности уже по ходу дела (0)

5. Я проверяю свои действия во время работы:

- а) постоянно (2)
- б) от случая к случаю (1)
- в) редко (0)

6. Прежде чем выдвигать какой-либо аргумент, я предпочитаю подождать, пока не буду убежден, что прав:

- а) всегда (2)

б) обычно (1)

в) только если целесообразно (0)

7. Считаю, что каждая конкретная ситуация требует определенного стиля в одежде:

а) согласен (2)

б) отчасти (1)

в) не согласен (0)

8. Обычно я высказываю свое мнение после старших по возрасту и положению:

а) да (2)

б) не всегда (1)

в) нет (0)

9. Мне нравится работа, требующая добросовестности, точных навыков:

а) да (2)

б) нечто среднее (1)

в) нет (0)

10. Если я краснею, я всегда чувствую это:

а) да (2)

б) иногда (1)

в) нет (0)

11. В процессе работы я стараюсь проверить правильность ее выполнения:

а) всегда (2)

б) от случая к случаю (1)

в) только когда уверен, что допустил ошибки (0)

12. Если у меня возникают сомнения в том, правильно ли я понял смысл прочитанного служебного текста, то я:

а) еще раз перечитываю неясное место в тексте (2)

б) поступаю так иногда (1)

в) не предаю этому значения, перехожу к очередному этапу работы (0)

13. По окончании работы привожу свое рабочее место в порядок, готовлю его к следующему рабочему дню:

а) обычно (2)

б) иногда (1)

в) редко (0)

14. Я довольно требовательный человек и всегда настаиваю на том, чтобы все делалось по возможности правильно:

а) да (2)

б) нечто среднее (1)

в) нет (0)

15. В своих поступках я всегда стараюсь тщательно придерживаться принятых в обществе правил поведения:

а) да (2)

б) не уверен (1)

в) нет (0)

16. Я не бываю груб даже с теми людьми, которые мне очень неприятны:

а) верно (2)

б) не всегда (1)

в) неверно (0)

17. Если при чтении инструкции я встречаю какие-либо неясности, то я:

а) не обращаю на них внимания, продолжаю читать дальше (0)

б) поступаю так иногда (1)

в) пытаюсь в них разобраться (2)

18. Часто я слишком быстро начинаю сердиться на людей:

а) да (0)

б) иногда (1)

в) нет (2)

19. В общественных местах я стараюсь не говорить громко:

а) всегда следую этому правилу (2)

б) иногда следую этому правилу (1)

в) редко следую этому правилу (0)

20. Ошибки в выполненной работе следует исправлять:

а) только в тех случаях, если кто-то на них укажет (0)

б) нечто среднее (1)

в) не дожидаясь, когда другие укажут на них (2)

21. Когда я сильно переживаю по какому-то поводу, то перестаю следить за своими действиями:

а) почти всегда (0)

б) иногда (1)

в) редко (2)

22. Когда я планирую свою деятельность, то предусматриваю время на проверку выполненной работы:

а) всегда (2)

б) иногда (1)

в) редко (0)

23. При выполнении задания я удовлетворяюсь только тогда, когда должное внимание уделено всем мелочам:

а) правильно (2)

б) не уверен (1)

в) неправильно (0)

24. Выступая перед аудиторией, я стараюсь следить за своим голосом и жестами:

а) всегда (2)

б) иногда (1)

в) редко (0)

25. Не приступаю к работе, пока не буду убежден, что все необходимое для этого уже лежит на моем обычном месте:

а) обычно (2)

б) иногда (1)

в) редко (0)

26. Уходя из дома, я не имею привычки проверять, выключил ли я свет, газ, утюг, утюг и воду:

а) согласен (0)

б) не уверен (1)

в) не согласен (2)

27. В общении я:

а) свободно проявляю свои чувства (0)

б) нечто среднее (1)

в) не выражаю своих чувств (2)

28. Если я невольно нарушил правила поведения, находясь в обществе, то я скоро забываю об этом:

а) да (0)

б) нечто среднее (1)

в) нет (2)

29. Иногда мне говорят о том, что в моем голосе и манерах излишне проявляется возбуждение:

а) да (0)

б) не уверен (1)

в) нет (2)

30. Я поддерживаю порядок в своей комнате, все вещи всегда лежат на своих местах:

а) да (2)

б) нечто среднее (1)

в) нет (0)

31. Я – человек пунктуальный и обычно никуда не опаздываю:

а) верно (2)

б) не всегда (1)

в) неверно (0)

32. Под влиянием момента я редко говорю вещи о которых потом очень сожалею:

а) правильно (2)

б) не уверен (1)

в) неправильно (0)

33. Мне говорят, что когда я слишком увлеченно что-то рассказываю, моя речь становится несколько сбивчивой:

а) верно (0)

б) отчасти (1)

в) неверно (2)

34. Я ем с таким удовольствием, что при этом не всегда аккуратен, как другие:

а) правильно (0)

б) не уверен (1)

в) неправильно (2)

35. Когда я расстроен, я слежу за тем, чтобы скрыть свои чувства:

а) правильно (2)

б) нечто среднее (1)

в) неправильно (0)

36. При разговоре я предпочитаю:

а) высказывать мысли так, как они приходят мне в голову (0)

б) нечто среднее (1)

в) сначала сформулировать мысль получше (2).

О выраженности склонности к самоконтролю в эмоциональной сфере свидетельствуют ответы по пунктам: 1,3,10,18,24,27,29,32,33,35.

О выраженности склонности к самоконтролю в деятельности: 4,4,9,11,12,13,14,17,20,22,23,25. При этом 4,12,25 направлены на выявление степени выраженности предварительного контроля, а 5, 11, 23 – текущего, т.е. самоконтроля, включенного уже в процесс Д.

О выраженности склонности к социальному самоконтролю: 2, 6, 7, 8, 15,

16, 19, 26, 28, 30, 31, 34, 36.

Степень выраженности склонности к самоконтролю (по видам и общей) определяется набранной суммой баллов (в соответствии с набранными по каждому ответу – от 0 до 2) [17].

## **9. ТЕСТ «КОНФЛИКТНАЯ ЛИ ВЫ ЛИЧНОСТЬ?»**

Чтобы узнать это, воспользуйтесь тестом, выбрав по одному ответу на каждый вопрос.

1. В общественном транспорте начался спор на повышенных тонах. Ваша реакция?

- а) не принимаю участия;
- б) кратко высказываюсь в защиту стороны, которую считаю правой;
- в) активно вмешиваюсь, чем «вызываю огонь на себя».

2. Выступаете ли вы на собраниях с критикой руководства?

- а) нет;
- б) только если имею для этого веские основания;
- в) критикую по любому поводу не только начальство, но и тех, кто его защищает.

3 Часто ли спорите с друзьями?

- а) только если это люди необидчивые;
- б) лишь по принципиальным вопросам;
- в) споры — моя стихия.

4. Очереди, к сожалению, прочно вошли в нашу жизнь. Как вы реагируете, если кто-то влезет без очереди?

- а) возмущаюсь в душе, но молчу: себе дороже;
- б) делаю замечание;
- в) прохожу вперед и начинаю наблюдать за порядком.

5. Дома на обед подали недосоленное блюдо. Ваша реакция?

- а) не буду поднимать бучу из-за пустяков;

- б) молча возьму солонку;
- в) не удержусь от едких замечаний, и, быть может, демонстративно откажусь от еды.

6. Если на улице, в транспорте вам наступили на ногу...

- а) с возмущением посмотрю на обидчика;
- б) сухо сделаю замечание;
- в) выскажусь, не стесняясь в выражениях!

7. Если кто-то из близких купил вещь, которая вам не понравилась...

- а) промолчу;
- б) ограничусь коротким тактичным комментарием;
- в) устрою скандал.

8. Не повезло в лотерее. Как вы к этому отнесетесь?

- а) постараюсь казаться равнодушным, но в душе дам себе слово никогда больше не участвовать в ней;
- б) не скрою досаду, но отнесусь к происшедшему с юмором, пообещав взять реванш;
- в) проигрыш надолго испортит настроение.

Теперь подсчитайте набранные очки, исходя из того, что каждое а — 4 балла, б — 2, в — 0 баллов.

**От 22 до 32 баллов.** Вы тактичны и *миролюбивы*, ловко уходи от споров и конфликтов, избегаете критических ситуаций на работе и дома. Изречение «Платон мне друг, но истина дороже!» никогда не было вашим девизом. Может быть, поэтому вас иногда называют приспособленцем. Наберитесь смелости, если обстоятельств требуют высказываться принципиально, невзирая на лица.

**От 12 до 20 баллов.** Вы слывете человеком *конфликтным*. Но на самом деле конфликтуете лишь тогда, когда нет иного выхода и другие средства исчерпаны. Вы твердо отстаиваете свое мнение, не думая о том, как это отразится на вашем служебном положении или приятельских отношениях.

При этом не выходите за рамки корректности, не унижаетесь до оскорблений. Все это вызывает к вам уважение.

**До 10 баллов.** Характер — **вздорный**. Споры и конфликты это воздух, без которого вы не можете жить. Любите критиковать других, но если слышите замечания в свой адрес, может «съесть живьем». Ваша критика — ради критики, а не дл пользы дела. Очень трудно приходится тем, кто рядом с вами на работе и дома. Ваши несдержанность и грубость отталкивают людей. Словом, постарайтесь перебороть свой вздорны характер [17].

## 10. ТЕСТ «УМЕЕТЕ ЛИ ВЫ ВЛАДЕТЬ СОБОЙ?»

(В.В Бойко.)

**Раздражает ли вас:**

- 1) смятая страница газеты, которую вы хотите прочитать?
- 2) женщина в летах, одетая как молоденькая девушка?
- 3) чрезмерная близость собеседника (допустим в трамвае вчас «пик»)?
- 4) курящая на улице женщина?
- 5) когда какой-то человек кашляет в вашу сторону?
- 6) когда кто-то грызет ногти?
- 7) когда кто-то смеется невпопад?
- 8) когда кто-то пытается учить вас, что и как нужно делать?
- 9) когда в кинотеатре сидящий перед вами все время вертится и комментирует сюжет?
- 10) когда вам пытаются пересказать сюжет интересного романа, который вы собираетесь прочесть?
- 11) когда вам дарят ненужные предметы?
- 12) громкий разговор в общественном транспорте?
- 13) слишком сильный запах духов?
- 14) человек, который жестикулирует во время разговора?

15) коллега, который часто употребляет непонятные слова?

За каждый ответ «**очень**» запишите 4 балла;

«**не особенно**» - по 1 баллу;

«**ни в коем случае**» - 0 баллов.

**Более 50 баллов.** Вас не отнесешь к числу спокойных и уравновешенных людей. Вас раздражает все, даже вещи незначительные. Вы вспыльчивы, легко выходите из себя. А это расшатывает нервную систему, от чего страдают и окружающие вас люди.

**От 12 до 49 баллов.** Вас можно отнести к самой распространенной категории людей. Вас раздражают вещи только самые неприятные, но из обыденных невзгод вы не делаете драму. К неприятностям вы умеете «поворачиваться спиной», достаточно легко забываете о них.

**11 баллов и менее.** Вы весьма уравновешенный человек, реально смотрите на жизнь. Или этот тест недостаточно исчерпывающий, и ваши наиболее уязвимые стороны в нем не проявились? Судите сами. По крайней мере, с полной уверенностью о вас можно сказать: вы не тот человек, которого легко вывести из равновесия [17]..

## **11. ТЕСТ «УВЕРЕНЫ ЛИ ВЫ В СЕБЕ?»**

Отвечайте на вопросы «да» (+) или «нет» (-).

1. Могут ли несколько последовавших одна за другой неудач заставить вас усомниться в своих способностях?
2. Испытываете ли вы чувство страха, оказавшись в толпе?
3. Следуете ли вы моде?
4. Часто ли смотрите в зеркало?
5. Сутолитесь ли вы?
6. Считаете ли вы, что люди злословят в ваш адрес?

7. Волнуетесь ли вы, когда вам приходится бывать в учреждениях, улаживая какие-либо неприятные вопросы?
8. Возникает ли у вас временами такое ощущение, будто вами кто-то следит?
9. Легко ли вы решаетесь провести свои каникулы в ново для вас месте?
1. Чувствуете ли вы себя свободно, оказавшись в незнакомой компании?
2. Снятся ли вам кошмары?
3. Предпочитаете ли вы самостоятельно решать свои проблемы, не обсуждая их с близкими вам людьми?
4. Откладываете ли вы деньги на «черный день»?
5. Уверены ли вы в том, что ваши друзья любят вас?
15. Находите ли вы, что каждый день можно узнавать нечто новое ?
  1. Установив, что купленная вещь вам не подходит, вернетесь ли вы в магазин, чтобы заменить ее?
  2. Терзаетесь ли вы сомнениями насчет того, удастся ли вам осуществить намеченные цели?
  3. Часто ли окружающие обращаются к вам за советом?

За каждое совпадение вашего ответа с результатом запишите себе 2 балла: 1-; 2-; 3-; 4-; 5-; 6-; 7-; 8-т; 9-; 10+; 11-; 12+; 13+; 14+; 15+; 16-; 17-; 18+. Теперь суммируйте баллы.

26-36 баллов. Вам никогда не случалось сомневаться в себе или в своих способностях. Окружающие обращаются к вам за советами. Кое-кто считает, что вы тщеславны и ведете себя надменно.

16-24 балла. Вы уверены в себе, хотя иногда проявляете нерешительность. Этот тест предоставляет вам возможность дать себе более точную оценку.

6-14 баллов. Можно утверждать, что вы не уверены в себе и вам не удастся скрывать это от окружающих. Вы необщительны и стараетесь не попадать в такое положение, которое вынудило бы вас самостоятельно принять важное решение.

0-4 балла. Такая сумма баллов в этом тесте встречается, к счастью, весьма редко. И если вы искренне ответили на все вопросы, то вам следует побеседовать с психотерапевтом, который поможет вам обрести уверенность в себе [17].

### **PAC**

Тесты на выявление аутистических черт, когнитивные особенности и сопутствующие расстройства.

Тесты делают самодиагностику более объективной, хотя и не заменяют официального диагноза. Если скрининговые тесты выявили у Вас повышенный уровень аутичности и Вы испытываете трудности в повседневной жизни, рекомендуется обратиться к специалисту.

**Aspie Quiz** — тест на выявление аутических черт у взрослых людей, состоит из 150 вопросов, имеет подробную расшифровку и детализацию по группам черт [62].

**Тест RAADS-R** — шкала для выявления расстройств аутистического спектра у взрослых с интеллектом не ниже нормы. RAADS-R не даёт ложного положительного результата при следующих расстройствах: социофобия, шизофрения, клиническая депрессия, биполярное аффективное расстройство типа I и II, обсессивно-компульсивное расстройство, дистимическое расстройство, генерализованное тревожное расстройство, посттравматическое стрессовое расстройство, психотическое расстройство БДУ, нервная анорексия, полинаркомания.

От тестов AQ и Aspie Quiz её отличает учёт поведения и особенностей восприятия не только в настоящий момент, но и в возрасте до 16 лет, а также более полный набор контрольных групп.

Авторы шкалы RAADS-R упоминают, что она не предназначена для использования в качестве он-лайн теста без наблюдения специалиста (возможен как завышенный, так и заниженный результат). Поэтому если Вы

обеспокоены результатами тестирования, рекомендуется сохранить их и обратиться к психологу или психотерапевту [62].

**Тест "Расширенный фенотип аутизма"** (The Broad Autism Phenotype Test ).

Термин "расширенный фенотип аутизма" относим к широкому кругу лиц, у которых проблемы с личностью, языком и социально-поведенческими характеристиками на уровне, который считается выше среднего, но ниже, чем диагностируется аутизм. Предположительно, родители, являющиеся частью расширенного фенотипа аутизма, чаще, чем другие родители, имеют нескольких детей с аутизмом [62].

**Торонтская шкала алекситимии** — определяет когнитивно-аффективные особенности идентификации и описания собственных чувств; проведение различий между чувствами и телесными ощущениями; снижение способности к символизации [62].

**TAS20** — алекситимия (греч. а – отрицание, lexis – слово, thyme – чувство) — неспособность человека называть эмоции, переживаемые им самим или другими людьми, т.е. переводить их в вербальный план. Алекситимия встречается у значительной части (до 85 %) людей, страдающих аутистическими расстройствами. В тесте имеются три подшкалы: трудности идентификации чувств (ТИЧ), трудности с описанием чувств другим людям (ТОЧ), внешне-ориентированный тип мышления (ВОМ). Чем выше балл, тем более выражены признаки алекситимии по подшкале [62].

**Тест AQ** — тест индекса аутистического спектра Саймона Барон-Козна — шкала определения признаков аутизма у взрослых или коэффициент аутизма [62].

**Тест EQ** — шкала оценки уровня эмпатии или коэффициент эмпатичности на русском языке [62].

**Тест SQ** — шкала оценки уровня систематизации на русском языке [62].

**Тест SPQ** (Schizotypal Personality Questionnaire) — тест на шизотипические черты (т.е. признаки, присущие шизотипическому расстройству, также известному в СНГ как вялотекущая шизофрения). У 55% набравших 41 балл

и более было диагностировано шизотипическое расстройство. Хотя часть вопросов в тесте может показаться общей с симптомами синдрома Аспергера, речь идёт о совершенно ином диагнозе [62].

**Шкала оценки детского аутизма** — опросник на степень детского аутизма PDD [62].

**ASSQ** — скрининговый тест ASSQ предназначен для предварительного выявления аутичных черт у детей в возрасте 6–16 лет. Может быть использован как родителями, которые подозревают РАС у ребенка, так и просто взрослыми людьми для самодиагностики (в этом случае заполняется либо самим человеком, либо его родителями по воспоминаниям о детстве) [62].

**Тест "Reading the Mind in the Eyes"** — согласно авторской задумке данный тест способен обнаруживать снижение в понимании т.н. модели психического у взрослых испытуемых с нормальным интеллектом. Он должен выявлять, насколько испытуемый может поставить себя на место другого человека и "настроиться" на его психическое состояние. Данная методика включает в себя 36 изображений пар глаз непосредственно для тестирования... На фотографиях представлена область вокруг глаз разных актеров (мужчины и женщины представлены в равном количестве), они изображают различные эмоции. Испытуемый должен дать ответ о внутреннем состоянии другого человека ориентируясь на ограниченное количество информации — только на область вокруг глаз и взгляд [62].

**Ссылка:** <http://www.aspergers.ru/tests>

### **Список литературы**

1. Брызгунов И.П., Касатикова Е.В. Непоседливый ребенок. – М., 2001

2. Бобченко Т.Г., Пронина Е.В. Организация производственной практики в дошкольном образовательном учреждении. – Владимир, 2008.
3. Вестник психосоциальной и коррекционно-реабилитационной работы, 2001.- №3.- с. 32-39.
4. Венгер А.П. Психологические рисуночные тесты. – М., 2003.
5. Глозман Ж.М., Потанина А.Ю., Соболева А.Е. Нейропсихологическая диагностика в дошкольном возрасте. – СПб., 2008.
6. Егоров А. Ю., Игумнов С. А. Расстройства поведения у подростков: клиничко – психологические аспекты. – СПб.: Речь, 2005. – 436 с.
7. Заваденко Н.Н. Гиперактивность и дефицит внимания в детском возрасте. – М., 2005.
8. «Интернет - зависимое поведение. Критерии и методы диагностики»: Учебное пособие. -М. МГМСУ, 2011. – 32с.
9. Никольская И.М., Добряков И.В. Выявление насилия в отношении детей. Руководство для специалистов, работающих в системе защиты детей (психологи, социальные работники, социальные педагоги, медицинские работники детских учреждений и др.). – Бишкек: «Блиц», 2014. – 40 с.
10. Никольская И.М. Метод серийных рисунков и рассказов в психологической диагностике и консультировании детей и подростков. Учебное пособие для врачей и психологов. – СПб.: Издательство СПбМАПО, 2009. – 52 с.
11. Определение характеристик социальной адаптации / А. К. Осницкий // Психология и школа. - 2004. - N 1. - С. 43-56
12. Практическая психодиагностика. Методики и тесты. Учебное пособие / под ред. Д. Я. Райгородского. – Самара: Бахрах-М, 2001. - 672 с. (с. 169-171)
13. Проблемы насилия над детьми и пути их преодоления / Под ред. Е.Н. Волковой. – СПб.: Питер, 2008. – 240 с.

14. Психодиагностика детей в дошкольных учреждениях (методики, тесты, опросники). Сост. Е.В. Доценко. – Волгоград, 2007.
15. Райгородский Д.Я. Практическая психодиагностика. Методики и тесты. Учебное пособие / Под ред. Д.Я. Райгородского. – Самара: Бахрах-М, 2001. — 672 с.
16. Сиротюк А.Л. Синдром дефицита внимания с гиперактивностью. – М., 2008
17. Стародубова И.Д. Сборник диагностических методик по исследованию развития толерантности. – НнАПК КМНС - филиал КГБОУ СПО «ХПК», 2013- 47с.
18. Солдатова Г. У., Кравцова О. А., Хулаев О. Е. и др. Психодиагностика толерантности // Психологи о мигрантах и миграции в России: инф. – анализ бюллетень. – М., 2002. – № 4. – С. 59–65.
19. Шарапановская Е.В. Воспитание и обучение детей с ММД и ПШОП. – М., 2005.
20. Широкова Г.А. Практикум для детского психолога. - Ростов-на-Дону, 2006.
21. Юрьева Л.Н., Больбот Т.Ю. Компьютерная зависимость: формирование, диагностика, лечение и профилактика. Монография. Днепропетровск "Пороги", 2006.

#### **Интернет-ресурсы**

22. <https://infourok.ru/metodika-diagnostiki-predstavleniy-rebenka-o-nasilii-klassi-732540.html>
23. <https://vsetesti.ru/336/>
24. <http://refnew.ru/rukovodstvo-dlya-specialistov-rabotayushih-v-sisteme-zashiti-d.html?page=15>
25. <https://psycabi.net/testy/293-16-faktornyj-lichnostnyj-oprosnik-r-b-kettella-metodika-mnogofaktornyj-oprosnik-kettella-test-kettela-187-voprosov-test-ketela-16-pf>
26. <https://ru.wikipedia.org/wiki/MMPI>

27. <https://vsetesti.ru/365/>
28. <https://psycabi.net/testy/273-metodika-dagnostiki-stepeni-gotovnosti-k-risku-shubert-test-sklonnosti-k-risku-shuberta>
29. <https://vsetesti.ru/307/>
30. <http://www.gurutestov.ru/test/42/>
31. <https://psycabi.net/testy/320-metodika-rokicha-tsennostnye-orientatsii-test-milona-rokicha-issledovanie-tsennostnykh-orientatsij-m-rokicha-oprosnik-tsennosti-po-rokichu>
32. <https://vsetesti.ru/175/>
33. [http://urdoma-school.ucoz.ru/New/2015-2016/metodichka\\_k\\_testu\\_leus\\_eh.v..doc](http://urdoma-school.ucoz.ru/New/2015-2016/metodichka_k_testu_leus_eh.v..doc)
34. <https://naukovedenie.ru/PDF/64pvn412.pdf>
35. [https://psychojournal.ru/tests\\_online/141-test-kimberli-yang-na-internet-zavisimost.html](https://psychojournal.ru/tests_online/141-test-kimberli-yang-na-internet-zavisimost.html)
36. <https://nsportal.ru/detskiy-sad/zdorovyy-obraz-zhizni/2017/10/09/test-na-detskuyu-internet-zavisimost-s-a-kulakov-2004>
37. [http://urdoma-school.ucoz.ru/New/2015-2016/metodichka\\_k\\_testu\\_leus\\_eh.v..doc](http://urdoma-school.ucoz.ru/New/2015-2016/metodichka_k_testu_leus_eh.v..doc)
38. <https://vsetesti.ru/1105/>
39. <https://www.psyoffice.ru/3-0-praktikum-00330.htm>
40. <https://vsetesti.ru/1100/>
41. <https://bbf.ru/tests/55/>
42. [parma-shkola.ucoz.ru/457775.doc](http://parma-shkola.ucoz.ru/457775.doc)
43. <https://psycabi.net/testy/607-test-na-odinochestvo-metodika-sub-ektivnogo-oshchushcheniya-odinochestva-d-rassela-i-m-fergyusona>
44. [http://azps.ru/tests/tests2\\_stolin.html](http://azps.ru/tests/tests2_stolin.html)
45. <https://studfiles.net/preview/400986/page:20/>
46. <http://www.gurutestov.ru/test/173/>
47. <http://testoteka.narod.ru/lichn/1/09.html>

48. <http://novogradokedu.by/index.php/2017-09-09-07-04-08/2017-10-16-14-48-20/1516-2017-10-16-14-52-37>
49. <http://psy-clinic.info/index.php/testy/212-metodika-vyyavleniya-sklonnosti-k-suitsidalnym-reaktsiyam-sr-45>
50. <http://psmetodiki.ru/index.php/vzroslye/lichnost/27-sui>
51. [https://studopedia.su/19\\_100703\\_test-protivosuitsidalnaya-motivatsiya-yu-r-vagin.html](https://studopedia.su/19_100703_test-protivosuitsidalnaya-motivatsiya-yu-r-vagin.html)
52. <https://sites.google.com/site/test300m/psis>
53. <https://sites.google.com/site/test300m/krs>
54. [http://school2em.ucoz.ru/Psycholog/Suizid/test\\_vashi\\_suicidalnye\\_naklonnosti.pdf](http://school2em.ucoz.ru/Psycholog/Suizid/test_vashi_suicidalnye_naklonnosti.pdf)
55. <https://studfiles.net/preview/399173/page:19/>
56. <https://psycabi.net/testy/329-test-saksa-levi-metodika-nezakonchennye-predlozheniya-metod-ssct>
57. <http://www.psychologies.ru/tests/test/527/>
58. <https://www.b17.ru/blog/33672/>
59. <https://www.b17.ru/blog/51176/>
60. <https://www.b17.ru/blog/51176/>
61. <https://www.b17.ru/blog/51176/>
62. <http://www.aspergers.ru/tests>