**Приложение 1**

к рекомендациям по итогам областного совещания специалистов системы образования Пензенской области «Суицидальное поведение подростков: анализ причин и мер профилактики»

**Индивидуальная социально-психологическая карта ребенка**

(Пункты анкеты могут быть использованы при устном собеседовании, интервью по телефону).

**Сообщите, пожалуйста, некоторые сведения о Вашей семье:**

1. **С кем Вы проживаете совместно:**
   1. мать;
   2. отец;
   3. брат, сестра;
   4. дедушка;
   5. бабушка;
   6. другие родственники;
   7. другое: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_
2. **Ваши жилищные условия:**
   1. отдельная квартира;
   2. проживание совместно с родителями мужа (жены);
   3. комната (ы) в коммунальной квартире;
   4. собственный дом;
   5. комната в общежитии;
   6. снимаем жильё;
   7. другое: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_
3. **Общий доход семьи:**
   1. низкий;
   2. средний;
   3. выше среднего;
   4. высокий;
   5. другое: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_
4. **Атмосфера в семье:**
   1. теплая, душевная;
   2. в основном доброжелательная;
   3. бывает всякое;
   4. дискомфортная;
   5. конфликтная;
   6. ваш ответ: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_
5. **Тип семейных отношений:**
   1. отношения равных, все проблемы решаются совместно;
   2. есть четкое распределение сфер влияния, каждый знает свои обязанности;
   3. в семье есть глава, основные вопросы решает он(а);
   4. выражена борьба за власть;
   5. ваш ответ: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_
6. **Есть ли в семье проблемы здоровья:**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Проблемы** | **Муж** | **Жена** | **Ребёнок** |
| **1** | Ослабленное здоровье, часто болеет |  |  |  |
| **2** | Проблемы веса |  |  |  |
| **3** | Плохой сон |  |  |  |
| **4** | Плохой аппетит |  |  |  |
| **5** | Повышенная утомляемость |  |  |  |
| **6** | Повышенная утомляемость |  |  |  |
| **7** | Хронические болезни, врачебный учёт |  |  |  |
| **8** | Нервные проблемы, учёт невропатолога |  |  |  |
| **9** | Психическая неуравновешенность, душевные расстройства |  |  |  |

1. **Часты ли в семье конфликты:**
   1. очень часты;
   2. часты;
   3. иногда;
   4. редки;
   5. практически не бывает;
   6. ваш ответ: ­­­­­­­­­\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_
2. **Каковы темы конфликтов в Вашей семье (можно отметить несколько вариантов):**
   1. бытовые обязанности, ведение хозяйства;
   2. финансовые вопросы;
   3. взаимоотношения друг с другом, понимание;
   4. досуг;
   5. вредные привычки;
   6. неприемлемое, грубое поведение;
   7. воспитание детей;
   8. отношения с родителями, родственниками;
   9. интимные отношения;
   10. что –либо ещё: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_
3. **Есть ли у членов семьи указанные ниже проблемы:**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Проблемы** | **Мать** | **Отец** | **Ребёнок** |
| **1** | Неуправляемый |  |  |  |
| **2** | Властный, притесняет других |  |  |  |
| **3** | Боится старших по рангу |  |  |  |
| **4** | Агрессивен |  |  |  |
| **5** | Изолирован в семье |  |  |  |
| **6** | Изолирован в своём коллективе |  |  |  |
| **7** | Вялый, пассивный |  |  |  |
| **8** | Нервный, впечатлительный |  |  |  |
| **9** | Заносчивый. самолюбивый |  |  |  |

1. **Кто присматривает за детьми, занимается ими:**
   1. в основном мать;
   2. в основном отец;
   3. оба родителя;
   4. бабушка или дедушка;
   5. соседи;
   6. случайные люди;
   7. никто;
   8. ваш ответ: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_
2. **Кто осуществляет контроль за учёбой ребёнка:**
   1. его нет;
   2. родители;
   3. бабушка;
   4. брат, сестра;
   5. учитель в школе;
   6. кто-либо другой: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_
3. **Воспитательные цели в семье (что хотят видеть и воспитывать в ребёнке):**
   1. прилежание, дисциплина;
   2. хорошая учёба;
   3. контакт, дружба с ровесниками;
   4. здоровье;
   5. хороший характер;
   6. приспособленность к жизни;
   7. активность, пробивные способности;
   8. будущий успех;
   9. одарённость, способности;
   10. цели не ставятся;
   11. что-либо ещё: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_
4. **Наказания детей в семье:**
   1. не применяются;
   2. оплеухи, подзатыльники;
   3. окрик, ругань;
   4. профилактические беседы;
   5. лишение игр, лакомств;
   6. лишение общения, холодность;
   7. другое: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_
5. **Возникали ли у ребёнка следующие проблемы:**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Тематика проблем** | **Частота** |
| 1 | Неудачная влюблённость, желание познакомиться |  |
| 2 | Отвержение ровесниками в классе |  |
| 3 | Плохое, подавленное настроение |  |
| 4 | Одиночество, нет друзей |  |
| 5 | Изнасилование или сексуальные домогательства |  |
| 6 | Физическое насилие, избиение |  |
| 7 | Частые ссоры с друзьями своего пола |  |
| 8 | Частые ссоры с друзьями противоположного пола |  |
| 9 | Погиб, умер друг |  |
| 10 | Погиб (исчез) друг – домашнее животное (кошка, собака) |  |
| 11 | Наркомании |  |
| 12 | Алкоголь, курение |  |
| 13 | «Несчастная любовь», не взаимность |  |
| 14 | Участие в молодёжных группировках |  |
| 15 | Неверность в дружбе, измены |  |

**Приложение 2**

к рекомендациям по итогам областного совещания специалистов системы образования Пензенской области «Суицидальное поведение подростков: анализ причин и мер профилактики»

**Прогностическая таблица**

**риска суицида у детей и подростков (А.Н. Волкова)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Проблема** | **Балл** |
| 1 | Утрата обоих родителей | 5 |
| 2 | Утрата одного из родителей или развод в семье | 4 |
| 3 | Тяжёлая психологическая атмосфера в семье | 4 |
| 4 | Изоляция в детском коллективе | 4 |
| 5 | Несправедливые методы воспитания, подавление | 4 |
| 6 | Тяжёлые соматические болезни, инвалидность | 3 |
| 7 | Отсутствие опоры на любящего взрослого | 3 |
| 8 | Неудачи в учёбе, низкие школьные успехи | 3 |
| 9 | Акцентуации личности | 3 |
| 10 | Употребление алкоголя и наркотиков | 2 |
| 11 | Нарушение контроля, импульсивность | 2 |
| 12 | Низкая самооценка | 1 |
| 13 | Тяжело протекающий пубертат | 1 |
| 14 | Пассивность, робость, несамостоятельность | 1 |

Дети, набравшие более 25 баллов, могут быть учтены в группе риска суицида.

**Приложение 3**

к рекомендациям по итогам областного совещания специалистов системы образования Пензенской области «Суицидальное поведение подростков: анализ причин и мер профилактики»

**Взрослый вариант опросника**

**Инструкция:** «В этом опроснике содержатся группы утверждений. Внимательно прочитайте каждую группу утверждений. Затем определите в каждой группе одно утверждение, которое лучше всего соответствует тому, как Вы себя чувствовали НА ЭТОЙ НЕДЕЛЕ И СЕГОДНЯ. Поставьте галочку около выбранного утверждения. Если несколько утверждений из одной группы кажутся Вам одинаково хорошо подходящими, то поставьте галочки около каждого из них. Прежде, чем сделать свой выбор, убедитесь, что Вы прочли Все утверждения в каждой группе»

* + 0 Я не чувствую себя расстроенным, печальным.
  + 1 Я расстроен.
  + 2 Я все время расстроен и не могу от этого отключиться.
  + 3 Я настолько расстроен и несчастлив, что не могу это выдержать.
  + 0 Я не тревожусь о своем будущем.
  + 1 Я чувствую, что озадачен будушим.
  + 2 Я чувствую, что меня ничего не ждет в будущем.
  + 3 Мое будущее безнадежно, и ничто не может измениться к лучшему.
  + 0 Я не чувствую себя неудачником.
  + 1 Я чувствую, что терпел больше неудач, чем другие люди.
  + 2 Когда я оглядываюсь на свою жизнь, я вижу в ней много неудач.
  + 3 Я чувствую, что как личность я - полный неудачник.
  + 0 Я получаю столько же удовлетворения от жизни, как раньше.
  + 1 Я не получаю столько же удовлетворения от жизни, как раньше.
  + 2 Я больше не получаю удовлетворения ни от чего.
  + 3 Я полностью не удовлетворен жизнью. и мне все надоело.
  + 0 Я не чувствую себя в чем-нибудь виноватым.
  + 1 Достаточно часто я чувствую себя виноватым.
  + 2 Большую часть времени я чувствую себя виноватым.
  + 3 Я постоянно испытываю чувство вины.
  + 0 Я не чувствую, что могу быть наказанным за что-либо.
  + 1 Я чувствую, что могу быть наказан.
  + 2 Я ожидаю, что могу быть наказан.
  + 3 Я чувствую себя уже наказанным.
  + 0 Я не разочаровался в себе.
  + 1 Я разочаровался в себе.
  + 2 Я себе противен.
  + 3 Я себя ненавижу.
  + 0 Я знаю, что я не хуже других.
  + 1 Я критикую себя за ошибки и слабости.
  + 2 Я все время обвиняю себя за свои поступки.
  + 3 Я виню себя во всем плохом, что происходит.
  + 0 Я никогда не думал покончить с собой.
  + 1 Ко мне приходят мысли покончить с собой, но я не буду их осуществлять.
  + 2 Я хотел бы покончить с собой.
  + 3 Я бы убил себя, если бы представился случай.
  + 0 Я плачу не больше, чем обычно.
  + 1 Сейчас я плачу чаще, чем раньше.
  + 2 Теперь я все время плачу.
  + 3 Раньше я мог плакать, а сейчас не могу, даже если мне хочется.
  + 0 Сейчас я раздражителен не более, чем обычно.
  + 1 Я более легко раздражаюсь, чем раньше.
  + 2 Теперь я постоянно чувствую, что раздражен.
  + 3 Я стал равнодушен к вещам, которые меня раньше раздражали.
  + 0 Я не утратил интереса к другим людям.
  + 1 Я меньше интересуюсь другими людьми, чем раньше.
  + 2 Я почти потерял интерес к другим людям.
  + 3 Я полностью утратил интерес к другим людям.
  + 0 Я откладываю принятие решения иногда, как и раньше.
  + 1 Я чаще, чем раньше, откладываю принятие решения.
  + 2 Мне труднее принимать решения, чем раньше.
  + 3 Я больше не могу принимать решения.
  + 0 Я не чувствую, что выгляжу хуже, чем обычно.
  + 1 Меня тревожит, что я выгляжу старым и непривлекательным.
  + 2 Я знаю, что в моей внешности произошли существенные изменения, делающие меня непривлекательным.
  + 3 Я знаю, что выгляжу безобразно.
  + 0 Я могу работать так же хорошо, как и раньше.
  + 1 Мне необходимо сделать дополнительное усилие, чтобы начать делать что-нибудь.
  + 2 Я с трудом заставляю себя делать что-либо.
  + 3 Я совсем не могу выполнять никакую работу.
  + 0 Я сплю так же хорошо, как и раньше.
  + 1 Сейчас я сплю хуже, чем раньше.
  + 2 Я просыпаюсь на 1-2 часа раньше, и мне трудно заснуть опять.
  + 3 Я просыпаюсь на несколько часов раньше обычного и больше не могу заснуть.
  + 0 Я устаю не больше, чем обычно.
  + 1 Теперь я устаю быстрее, чем раньше.
  + 2 Я устаю почти от всего, что я делаю.
  + 3 Я не могу ничего делать из-за усталости.
  + 0 Мой аппетит не хуже, чем обычно.
  + 1 Мой аппетит стал хуже, чем раньше.
  + 2 Мой аппетит теперь значительно хуже.
  + 3 У меня вообще нет аппетита.
  + 0 В последнее время я не похудел или потеря веса была незначительной.
  + 1 За последнее время я потерял более 2 кг.
  + 2 Я потерял более 5 кг.
  + 3 Я потерял более 7 кr.

Я намеренно стараюсь похудеть и ем меньше (отметить крестиком).

ДА\_\_\_\_\_\_\_\_\_ НЕТ\_\_\_\_\_\_\_\_\_

* + 0 Я беспокоюсь о своем здоровье не больше, чем обычно.
  + 1 Меня тревожат проблемы моего физического здоровья, такие, как боли, расстройство желудка, запоры и т.д.
  + 2 Я очень обеспокоен своим физическим состоянием, и мне трудно думать о чем-либо другом.
  + 3 Я настолько обеспокоен своим физическим состоянием, что больше ни о чем не могу думать.
  + 0 В последнее время я не замечал изменения своего интереса к сексу.
  + 1 Меня меньше занимают проблемы секса, чем раньше.
  + 2 Сейчас я значительно меньше интересуюсь сексуальными проблемами, чем раньше.
  + 3 Я полностью утратил сексуальный интерес.

**Общий балл**

* 0-9 – отсутствие депрессивных симптомов
* 10-15 – легкая депрессия (субдепрессия)
* 16-19 – умеренная депрессия
* 20-29 – выраженная депрессия (средней тяжести)
* 30-63 – тяжелая депрессия

**Субшкалы**

* Пункты 1-13 – когнитивно-аффективная субшкала (C-A)
* Пункты 14-21 – субшкала соматических проявлений депрессии (S-P)

**Отдельные симптомы**

Также возможно оценить отдельно выраженность 21 симптома депрессии:

1. Настроение
2. Пессимизм
3. Чувство несостоятельности
4. Неудовлетворенность
5. Чувство вины
6. Ощущение, что буду наказан
7. Отвращение к самому себе
8. Идеи самообвинения
9. Суицидальные мысли
10. Слезливость
11. Раздражительность
12. Нарушение социальных связей
13. Нерешительность
14. Образ тела
15. Утрата работоспособности
16. Нарушение сна
17. Утомляемость
18. Утрата аппетита
19. Потеря веса
20. Охваченность телесными ощущениями
21. Утрата либидо

**Подростковый вариант опросника**

**Инструкция:** «В этом опроснике содержатся группы утверждений. Внимательно прочитайте каждую группу утверждений. Затем определите в каждой группе одно утверждение, которое лучше всего соответствует тому, как Вы себя чувствовали НА ЭТОЙ НЕДЕЛЕ И СЕГОДНЯ. Поставьте галочку около выбранного утверждения. Если несколько утверждений из одной группы кажутся Вам одинаково хорошо подходящими, то поставьте галочки около каждого из них. Прежде, чем сделать свой выбор, убедитесь, что Вы прочли Все утверждения в каждой группе»

* + 0 Мне не грустно.
  + 1 Мне грустно или тоскливо.
  + 2 Мне все время тоскливо или грустно и я ничего не могу с собой поделать
  + 3 Мне так грустно или печально, что я не могу этого вынести.
  + 0 Я смотрю в будущее без особого разочарования.
  + 1 Я испытываю разочарование в будущем.
  + 2 Я чувствую, что мне нечего ждать впереди.
  + 3 Я чувствую, что будущее безнадежно и поворота к лучшему быть не может.
  + 0 Я не чувствую себя неудачником.
  + 1 Я чувствую, что неудачи случались у меня чаще, чем у других людей.
  + 2 Когда оглядываюсь на свою жизнь, я вижу лишь цепь неудач.
  + 3 Я чувствую, что потерпел неудачу как личность (родители).
  + 0 У меня не потерян интерес к другим людям.
  + 1 Я меньше, чем бывало, интересуюсь другими людьми.
  + 2 У меня потерян почти весь интерес к другим людям и почти нет никаких чувств к ним.
  + 3 У меня потерян всякий интерес к другим людям и они меня совершенно не заботят.
  + 0 Я принимаю решения примерно так же легко, как всегда.
  + 1 Я пытаюсь отсрочить принятые решения.
  + 2 Принятие решений представляет для меня огромную трудность.
  + 3 Я больше совсем не могу принимать решения.
  + 0 Я не чувствую, что выгляжу сколько-нибудь хуже, чем обычно.
  + 1 Меня беспокоит то, что я выгляжу непривлекательно.
  + 2 Я чувствую, что в моем внешнем виде происходят постоянные изменения, делающие меня непривлекательным.
  + 3 Я чувствую, что выгляжу гадко и отталкивающе.
  + 0 Я не испытываю никакой особенной неудовлетворенности.
  + 1 Ничто не радует меня так, как раньше.
  + 2 Ничто больше не дает мне удовлетворения.
  + 3 Меня не удовлетворяет всё.
  + 0 Я не чувствую никакой особенной вины.
  + 1 Большую часть времени я чувствую себя скверным и ничтожным.
  + 2 У меня довольно сильное чувство вины.
  + 3 Я чувствую себя очень скверным и никчемным.
  + 0 Я могу работать примерно так же хорошо, как и раньше.
  + 1 Мне нужно делать дополнительные усилия, чтобы что-то сделать.
  + 3 Я не могу выполнять никакую работу.
  + 0 Я не испытываю разочарования в себе.
  + 1 Я разочарован в себе.
  + 2 У меня отвращение к себе.
  + 3 Я ненавижу себя.
  + 0 У меня нет никаких мыслей о самоповреждении.
  + 1 Я чувствую, что мне было бы лучше умереть.
  + 2 У меня есть определенные планы совершения самоубийства.
  + 3 Я покончу с собой при первой возможности.
  + 0 Я устаю ничуть не больше, чем обычно.
  + 1 Я устаю быстрее, чем раньше.
  + 2 Я устаю от любого занятия.
  + 3 Я устал чем бы то ни было заниматься.
  + 0 Мой аппетит не хуже, чем обычно.
  + 1 Мой аппетит не так хорош, как бывало.
  + 2 Мой аппетит теперь гораздо хуже.
  + 3 У меня совсем нет аппетита.
* До 9 баллов удовлетворительное эмоциональное состояние - 4 балла,
* От 10 до 19 баллов легкая депрессия - 3 балла
* От 19 до 22 баллов умеренная депрессия - 2 балла
* Более 23 баллов тяжелая депрессия - 1 балл

Уровень депрессии в 19 баллов считается клиническим нарушением; уровень выше 24 баллов указывает на необходимость терапии - возможно с применением антидепрессантов. Целью лечения должно быть достижение уровня депрессии ниже 10 баллов.