**Опросник детской депрессии Ковач** (Children's Depression Inventory, **CDI**)

**Шкала М. Ковач (шкала депрессии)**

Данный опросник, разработанный Maria Kovacs (1992) и адаптированный сотрудниками лаборатории клинической психологии и психиатрии Московского НИИ психиатрии С.В. Воликовой, А.Б. Холмогоровой (2013), позволяет определить количественные показатели спектра депрессивных симптомов – сниженного настроения, гедонистической способности, вегетативных функций, самооценки, межличностного поведения. Охватывает основные характеристики депрессии и учитывает психологические особенности данной возрастной группы. Надежно различает детей и подростков с психиатрическим диагнозом «большая депрессия» от других психопатологических состояний и здоровых учащихся школы. Чувствительна к динамике депрессивных расстройств с течением времени, дает показатель глубины депрессии. Опросник CDI предназначен для самостоятельного заполнения подростками и детьми, его использование не требует медицинской квалификации, т.к. выявляет функциональное состояние депрессии у здоровых людей в рамках нормального психического функционирования.

Опросник представляет собой самооценочную шкалу для детей и подростков от 7 до 17 лет. Состоит из 27 триад высказываний. Испытуемому предлагается выбрать одно высказывание в каждой группе, в зависимости от того, как он чувствует себя в последнее время.

**Предъявление**

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

При обработке данных по каждому пункту в зависимости от пометки, сделанной испытуемым, выставляется балл от 0 до 2.

**Ключ:**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № вопроса | Выбор | Балл |
| 1,3,4,6,9,12,14,17,19,20,22,23,26,27 | 1 | 0 |
| 2 | 1 |
| 3 | 2 |
| 2,5,7,8,10,11,13,15,16,18,21,24,25 | 1 | 2 |
| 2 | 1 |
| 3 | 0 |

Подсчет общего показателя: эта сумма баллов выбранных ребенком вариантов ответов по всем пунктам теста. По каждой шкале теста также подсчитывается балл.

**Интерпретация общей шкалы депрессивности:**

0-10 – состояние без депрессии;

11-16 – легкое снижение настроения;

17-19 – субдепрессия, или маскированная депрессия;

20 – критическое число, рассматривается в качестве показателя для углубленного изучения ребенка или подростка на предмет идентификации депрессивного заболевания.

**Шкала А** (негативное настроение п. п. 1, 6, 8, 10, 11, 13) – общее снижение настроения негативная оценка собственной эффективности в целом, постоянное ожидание неприятностей, склонность к плаксивости, повышенный уровень тревожности. Максимальная сумма баллов: 6.

**Шкала В** (межличностные проблемы п. п. 5, 12, 26, 27) – идентификация себя с ролью плохого, агрессивное поведение, высокий негативизм непослушание. Максимальная сумма баллов: 4.

**Шкала С** (неэффективность п. п. 3, 15, 23, 24) – высокий уровень убеждения неэффективности в школе. Максимальная сумма баллов: 4.

**Шкала D** (ангедония п. п. 4, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 22) – высокий уровень истощаемости, наличие чувства одиночества. Максимальная сумма баллов: 8.

**Шкала Е** (негативная самооценка п. п. 2, 7, 9, 14, 25) – негативная оценка собственной неэффективности наличие суицидальных мыслей. Максимальная сумма баллов: 5.

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

**Примечание! В онлайн версии теста баллы по шкалам подсчитываются точно также, как и описано здесь в инструкции. Онлайн тест считает сумму баллов общей шкалы «Уровень депрессии», а также сумму баллов по каждой из шкал.**

**ШКАЛА М. КОВАЧ**

**Инструкция:** «Прочитайте внимательно каждую группу приведенных ниже утверждений и поставьте рядом галочку с высказыванием, в зависимости от того, как вы себя чувствуете в последнее время. Над вопросами долго не задумывайтесь, поскольку правильных или неправильных ответов нет».

# ТЕКСТ ОПРОСНИКА:

1. 1) У меня редко бывает грустное настроение.

 2) У меня часто бывает грустное настроение.

 3) У меня все время грустное настроение.

2. 1) У меня никогда ничего не получится.

 2) Я не уверен, что у меня все получится.

 3) У меня все получится.

3. 1) В основном я все делаю правильно.

 2) Я многое делаю не так.

 3) Я все делаю неправильно.

4. 1) Многое для меня является забавным.

 2) Некоторые вещи меня забавляют.

 3) Ничто меня не забавляет.

5. 1) Я все время себя плохо чувствую.

 2) Я часто себя плохо чувствую.

 3) Я редко себя плохо чувствую.

6. 1) Я думаю о неприятностях, происходящих со мной время от

 2) Я беспокоюсь, что со мной могут произойти неприятности.

 3) Я уверен, что со мной произойдет что-то ужасное.

7. 1) Я себя ненавижу.

 2) Я себе не нравлюсь.

 3) Я доволен собой.

8. 1) Все плохое происходит по моей вине.

 2)Многие плохие вещи происходят из-за меня.

 3) Во всем плохом, что происходит со мной, нет моей вины.

9. 1) Я не думаю о самоубийстве.

 2) Я думаю о самоубийстве, но никогда его не совершу.

 3) Я хочу покончить с собой.

10.1) Желание заплакать я испытываю каждый день.

 2) Желание плакать появляется у меня довольно часто.

 3) Желание заплакать я испытываю редко.

11. 1) Меня все время что-то беспокоит.

 2) Меня часто что-то беспокоит.

 3) Меня редко что-то беспокоит.

12. 1) Я люблю находиться среди людей.

 2) Я не люблю часто бывать с людьми.

 3) Я вообще не хочу быть с людьми.

13. 1) Я не могу изменить свое мнение о чем-либо.

 2) Мне сложно изменить свое мнение, о чем-либо.

 3) Я легко изменяю свое мнение

14. 1) Я выгляжу хорошо.

 2) В моей внешности есть недостатки.

 3)Я выгляжу безобразно.

15. 1)Я должен постоянно заставлять себя делать домашнее задание.

 2) Я часто должен заставлять себя делать домашнее задание.

 3) У меня нет проблем с подготовкой домашнего задания.

16. 1) Я плохо сплю каждую ночь.

 2) Я часто плохо сплю.

 3) У меня нормальный сон.

17. 1)Я редко чувствую себя усталым.

 2) Я часто чувствую себя усталым.

 3) Я все время чувствую себя усталым.

18. 1) У меня часто нет аппетита.

 2) Иногда у меня нет аппетита.

 3) Я всегда ем с удовольствием.

19. 1) Меня не беспокоят ни боль, ни недомогание.

 2) Меня часто беспокоят боль или недомогание.

 3) Я все время испытываю боль или недомогание.

20. 1) Я не чувствую себя одиноким.

 2) Я часто чувствую себя одиноким.

 3) Я все время чувствую себя одиноким.

21. 1) В школе ничто не доставляет мне радости.

 2) В школе мне бывает приятно только время от времени.

 3) Мне часто радостно в школе.

22. 1) У меня много друзей.

 2) У меня есть друзья, но я бы хотел, чтобы их было больше.

 3) У меня совсем нет друзей.

23. 1) С учебой у меня все хорошо.

 2) Моя успеваемость ухудшилась по сравнению с прошлым.

 3) Я плохо успеваю по предметам, которые раньше мне давались

 легко.

24. 1) Я никогда не стану таким же благополучным человеком, как

 другие.

 2) Я могу стать таким же благополучным человеком, как другие.

 3) Я такой же благополучный, как и остальные люди.

25. 1)Меня никто не любит.

 2) Я не уверен, что меня хоть кто-нибудь любит.

 3) Я уверен, что меня кто-то любит.

26. 1) Я часто делаю то, что мне говорят.

 2) В большинстве случаев я не делаю того, что мне говорят.

 3) Я никогда не делаю то, что мне говорят.

27. 1) Я хорошо лажу с людьми.

 2) Я часто ссорюсь.

 3) Я постоянно ввязываюсь в ссоры.