«Шкала депрессии для детей» (CES-DC– аббревиатура Center for Epidemiological Studies – Depression Child, то есть «Центр эпидемиологических исследований ).

*Обращение к ребенку: «Я читал книгу о том, что чувствуют дети, и мне стало любопытно, как ты себя чувствуешь последнее время. Иногда детям сложно найти подходящие слова, чтобы рассказать, что они чувствуют. В таком случае может помочь этот тест. Посмотри, после каждого предложения есть четыре варианта ответов. Прочти первую фразу и выбери тот вариант, который лучше подходит к тому, что ты испытывал и делал на прошлой неделе.*

*Отметь выбранный ответ и переходи к следующему пункту.*

*Запомни, здесь нет правильных и неправильных ответов, есть только более или менее подходящие для тебя».*

На прошлой неделе:

1. Меня беспокоило то, что обычно не беспокоит.

*Ни разу              Редко             Часто              Всегда*

2. Я не хотел есть, был не голоден.

*Ни разу              Редко             Часто              Всегда*

3. Мне не было весело, даже когда моя семья и друзья пытались развеселить меня.

*Ни разу              Редко             Часто              Всегда*

4. Я чувствовал, что я хуже, чем другие дети.

*Ни разу              Редко             Часто              Всегда*

5. Я замечал, что отвлекаюсь, когда делаю что-то.

*Ни разу              Редко             Часто              Всегда*

6. Я чувствовал себя очень грустным.

*Ни разу              Редко             Часто              Всегда*

7. Я чувствовал, что у меня нет сил, чтобы сделать что-то.

*Ни разу              Редко             Часто              Всегда*

8. Я чувствовал, что должно случиться что-то плохое.

*Ни разу              Редко             Часто              Всегда*

9. Я замечал, что не могу сделать то, что у раньше у меня хорошо получалось.

*Ни разу              Редко             Часто              Всегда*

10. Мне было страшно.

*Ни разу              Редко             Часто              Всегда*

11. Я спал хуже, чем обычно.

*Ни разу              Редко             Часто              Всегда*

12. Я чувствовал себя несчастным.

*Ни разу              Редко             Часто              Всегда*

13. Я был более спокойным, чем обычно.

*Ни разу              Редко             Часто              Всегда*

14. Я чувствовал себя одиноким, как будто у меня совсем нет друзей.

*Ни разу              Редко             Часто              Всегда*

15. Мне казалось, что знакомые ребята не дружелюбны ко мне, не хотят быть со мной.

*Ни разу              Редко             Часто              Всегда*

16. Я плохо провел время.

*Ни разу              Редко             Часто              Всегда*

17.Мне хотелось плакать.

*Ни разу              Редко             Часто              Всегда*

18. Мне было грустно.

*Ни разу              Редко             Часто              Всегда*

19. Я чувствовал, что не нравлюсь людям.

*Ни разу              Редко             Часто              Всегда*

20. Мне было трудно начать что-нибудь делать.

*Ни разу              Редко             Часто              Всегда*

Тест обрабатывается очень просто.

Ответам:

 «Ни разу» присваивается 0 баллов,

«Редко» - 1 балл,

«Часто» – 2 балла,

«Всегда» – 3 балла.

Сложите числа, соответствующие выбранным ответам.

Если ребенок отметил два ответа на один вопрос, учитывайте больший из них.

Полученные результаты означают следующее: если ребенок набрал от 0 до 9 баллов, он, скорее всего, не испытывает депрессии.

Если он набрал от 10 до 15 – возможно, у него легкое депрессивное состояние.

Если больше 15 баллов – возможно, имеет место депрессия; от 16 до 24 баллов – умеренная депрессия,

И если свыше 24 баллов – он может находиться в тяжелой депрессии.

Бланк для ребенка раположен ниже

*Тест*

*Задача:* Посмотри, после каждого предложения есть четыре варианта ответов. Прочти первую фразу и выбери тот вариант, который лучше подходит к тому, что ты испытывал и делал на прошлой неделе.

Отметь выбранный ответ любым знаком и переходи к следующему пункту.

***Запомни, здесь нет правильных и неправильных ответов, есть только более или менее подходящие для тебя».***

На прошлой неделе:

1. Меня беспокоило то, что обычно не беспокоит.

*Ни разу              Редко             Часто              Всегда*

2. Я не хотел есть, был не голоден.

*Ни разу              Редко             Часто              Всегда*

3. Мне не было весело, даже когда моя семья и друзья пытались развеселить меня.

*Ни разу              Редко             Часто              Всегда*

4. Я чувствовал, что я хуже, чем другие дети.

*Ни разу              Редко             Часто              Всегда*

5. Я замечал, что отвлекаюсь, когда делаю что-то.

*Ни разу              Редко             Часто              Всегда*

6. Я чувствовал себя очень грустным.

*Ни разу              Редко             Часто              Всегда*

7. Я чувствовал, что у меня нет сил, чтобы сделать что-то.

*Ни разу              Редко             Часто              Всегда*

8. Я чувствовал, что должно случиться что-то плохое.

*Ни разу              Редко             Часто              Всегда*

9. Я замечал, что не могу сделать то, что у раньше у меня хорошо получалось.

*Ни разу              Редко             Часто              Всегда*

10. Мне было страшно.

*Ни разу              Редко             Часто              Всегда*

11. Я спал хуже, чем обычно.

*Ни разу              Редко             Часто              Всегда*

12. Я чувствовал себя несчастным.

*Ни разу              Редко             Часто              Всегда*

13. Я был более спокойным, чем обычно.

*Ни разу              Редко             Часто              Всегда*

14. Я чувствовал себя одиноким, как будто у меня совсем нет друзей.

*Ни разу              Редко             Часто              Всегда*

15. Мне казалось, что знакомые ребята не дружелюбны ко мне, не хотят быть со мной.

*Ни разу              Редко             Часто              Всегда*

16. Я плохо провел время.

*Ни разу              Редко             Часто              Всегда*

17.Мне хотелось плакать.

*Ни разу              Редко             Часто              Всегда*

18. Мне было грустно.

*Ни разу              Редко             Часто              Всегда*

19. Я чувствовал, что не нравлюсь людям.

*Ни разу              Редко             Часто              Всегда*

20. Мне было трудно начать что-нибудь делать.

*Ни разу              Редко             Часто              Всегда*