Администрация городского округа Сухой Лог
Управление образования Администрации городского округа Сухой Лог
(Управление образования)

ПРИКАЗ

27 апреля 2020 г. № 151

г. Сухой Лог

О внесении дополнений и изменений в приказ от 05 декабря 2017 года № 621 «О мерах по предупреждению случаев совершения суицидов (попыток суицидов) среди обучающихся и преодолению их последствий в муниципальных образовательных учреждениях городского округа Сухой Лог»

В связи с активизацией мероприятий, направленных на предупреждение случаев совершения суицидов (попыток суицидов) и преодолению их последствий, в соответствии с письмом Министерства образования и молодежной политики от 17.03.2020 года № 02-01-82/2966 «О результатах работы выездной комиссии», в целях принятия дополнительных мер по предотвращению случаев суицида среди обучающихся муниципальных образовательных учреждений городского округа Сухой Лог и выработки неотложных мер по их преодолению

ПРИКАЗЫВАЮ:

1. Внести в приказ Управления образования от 05 декабря 2017 года № 621 «О мерах по предупреждению случаев совершения суицидов (попыток суицидов) среди обучающихся и преодолению их последствий в муниципальных образовательных учреждениях городского округа Сухой Лог» изменения и дополнения:

1) Дополнить пункт 2 подпунктами следующего содержания:

«п. 2.12. использовать результаты педагогического включенного наблюдения при проведении анализа отклоняющегося поведения обучающихся»;

п. 2.13. самостоятельно проводить мероприятия, направленные на оценку психологической безопасности образовательной среды, путем проведения анкетирования обучающихся, их родителей (законных представителей), педагогов с использованием интерактивных технологий опроса (гугл-форма);

п. 2.14. предоставлять актуальную информацию о проведенных мероприятиях, направленных на оценку психологической безопасности образовательной среды, путем проведения анкетирования обучающихся, их

родителей (законных представителей), педагогов с использованием интерактивных технологий опроса, по запросу Управления образования.».

2) Изложить Приложение № 6 в новой редакции:

«Приложение № 6
к приказу от 05 декабря 2017 года
№ 621

**Комплексе психодиагностических методик
для выявления группы риска обучающихся
муниципальных общеобразовательных учреждений**

Методика диагностики самооценки психических состояний (по Г. Айзенку)

Предлагаем Вам описание различных психических состояний. Если это состояние очень подходит Вам, то за ответ ставится 2 балла; если подходит, но не очень, то 1 балл; если совсем не подходит - то 0 баллов.

№	Психические состояния	Подходит	Подходит, но не очень	Не подходит
		2	1	0
1.	Не чувствую в себе уверенности.			
2.	Часто из-за пустяков краснею.			
3.	Мой сон беспокоен.			
4.	Легко впадаю в уныние.			
5.	Беспокоюсь о только воображаемых еще неприятностях.			
6.	Меня пугают трудности.			
7.	Люблю копаться в своих недостатках.			
8.	Меня легко убедить.			
9.	Я мнительный.			
10.	С трудом переношу время ожидания.			
11.	Нередко мне кажутся безвыходными положения, из которых можно найти выход.			
12.	Неприятности меня сильно расстраивают, я падаю духом.			
13.	При больших неприятностях я склонен без достаточных оснований винить себя.			
14.	Несчастья и неудачи ничему меня не учат.			
15.	Я часто отказываюсь от борьбы, считая ее бесплодной.			
16.	Я нередко чувствую себя беззащитным.			
17.	Иногда у меня бывает состояние отчаяния.			
18.	Чувствую растерянность перед трудностями.			
19.	В трудные минуты жизни иногда веду себя по-детски, хочу чтобы меня пожалели.			
20.	Считаю недостатки своего характера неисправимыми.			
21.	Оставляю за собой последнее слово.			
22.	Нередко в разговоре перебиваю собеседника.			

23.	Меня легко рассердить.			
24.	Люблю делать замечания другим.			
25.	Хочу быть авторитетом для окружающих.			
26.	Не довольствуюсь малым, хочу наибольшего.			
27.	Когда разгневаюсь, плохо себя сдерживаю.			
28.	Предпочитаю лучше руководить, чем подчинять.			
29.	У меня резкая, грубоватая жестикуляция.			
30.	Я мстителен.			
31.	Мне трудно менять привычки.			
32.	Нелегко переключаю внимание.			
33.	Очень настороженно отношусь ко всему новому.			
34.	Меня трудно переубедить.			
35.	Нередко у меня не выходят из головы мысли, от которых следовало бы освободиться.			
36.	Нелегко сближаюсь с людьми.			
37.	Меня расстраивают даже незначительные нарушения плана.			
38.	Нередко я проявляю упрямство.			
39.	Неохотно иду на риск.			
40.	Резко переживаю отклонения от принятого мною режима.			

Подсчитайте сумму баллов за каждую из 4-х групп вопросов:

I.	1 — 10 вопросы	тревожность
II.	11 — 20 вопросы	фрустрация
III.	21 — 30 вопросы	агрессивность
IV.	31 — 40 вопросы	ригидность

I. Тревожность

0 — 7 баллов	не тревожные
8 — 14 баллов	тревожность средняя, допустимого уровня
15 — 20 баллов	очень тревожные

II. Фрустрация

0 — 7 баллов	вы имеете высокую самооценку, устойчивы к неудачам и не боитесь трудностей
8 — 14 баллов	средний уровень, фрустрация имеет место
15 — 20 баллов	у Вас низкая самооценка, Вы избегаете трудностей, боитесь неудач

III. Агрессивность

0 - 7 баллов	вы спокойны, выдержаны
8-14 баллов	средний уровень
15 — 20 баллов	вы агрессивны, невыдержанны. Есть трудности в работе с людьми

IV. Ригидность

0 — 7 баллов	ригидности нет, легкая переключаемость
8 — 14 баллов	средний уровень
15 — 20 баллов	сильно выраженная ригидность, вам противопоказаны смена места работы, изменения в семье

Шкала безнадежности Бека

На каждый из нижеперечисленных вопросов, вы можете ответить «ВЕРНО» или «НЕВЕРНО».

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

Подсчет баллов:

В зависимости от выбранного вами ответа, вы получаете 1 или 0 баллов. Здесь указаны варианты ответов, которые оцениваются в 1 балл. Соответственно, выбирая противоположный вариант, вы не набираете ни одного.

1. Неверно – 1 балл
2. Верно – 1 балл
3. Неверно – 1 балл
4. Верно – 1 балл
5. Неверно – 1 балл
6. Верно – 1 балл
7. Верно – 1 балл
8. Неверно – 1 балл
9. Верно – 1 балл

10.Неверно – 1 балл
11.Верно – 1 балл
12.Верно – 1 балл
13.Неверно – 1 балл
14.Верно – 1 балл
15.Неверно – 1 балл
16.Верно – 1 балл
17.Верно – 1 балл
18.Верно – 1 балл
19.Неверно – 1 балл
20.Верно – 1 балл

Интерпретация результатов
0–3 балла – безнадежность не выявлена;
4–8 баллов – безнадежность лёгкая;
9–14 баллов – безнадежность умеренная;
15–20 баллов – безнадежность тяжёлая.

Методика диагностики уровня субъективного ощущения одиночества Д. Рассела и М. Фергюсона

ИНСТРУКЦИЯ
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».

ТЕКСТ ОПРОСНИКА
Утверждения
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 себя
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

Обработка результатов и интерпретация:
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.

Тест жизнестойкости/Скрининговая версия Осина - Рассказовой

Утверждение	Нет	Скорее нет	Скорее да	Да
1. Иногда мне кажется, что никому нет до меня дела.				
2. Мои мечты редко сбываются.				
3. Порой мне кажется, что все мои усилия тщетны.				
4. Иногда я чувствую себя лишним даже в кругу друзей.				
5. Я часто сожалею о том, что уже сделано.				
6. Возникающие проблемы часто кажутся мне неразрешимыми.				
7. Мне кажется, я не живу полной жизнью, а только играю роль.				
8. Иногда меня пугают мысли о будущем.				
9. Бывает, на меня наваливается столько проблем, что просто руки опускаются.				
10. Мне кажется, жизнь проходит мимо меня.				
11. Мне кажется, если бы в прошлом у меня было меньше разочарований и невзгод, мне было бы сейчас легче жить на свете.				
12. Я всегда уверен, что смогу воплотить в жизнь то, что задумал.				

Для подсчета баллов ответам на прямые пункты присваиваются баллы от 0 до 3 («нет» - 0 баллов, «скорее нет, чем да» - 1 балл, «скорее да, чем нет» - 2 балла, «да» - 3 балла), ответам на обратные пункты присваиваются баллы от 3 до 0 («нет» - 3 балла, «да» - 0 баллов). Затем суммируется общий балл жизнестойкости и показатели для каждой из 3 субшкал (вовлеченности, контроля и принятия риска). Полученный результат может быть сравнён с нормативным.

Подсчёт сырых баллов

Шкала	Прямые утверждения	Обратные утверждения

Вовлечённость		1, 4, 7, 10
Контроль	12	3, 6, 9
Принятие риска		2, 5, 8, 11

Нормативные значения

Нормы	Жизнестойкость
Среднее значение	11-16
Низкие значения	10 и ниже
Высокие значения	17 и выше

ОПРОСНИК САН (Самочувствие, активность, настроение)

Этот бланковый тест предназначен для оперативной оценки самочувствия, активности и настроения (по первым буквам этих функциональных состояний и назван опросник).

Сущность оценивания заключается в том, что испытуемых просят соотнести свое состояние с рядом признаков по многоступенчатой шкале. Шкала эта состоит из индексов **(3 2 1 0 1 2 3)** и расположена между тридцатью парами слов противоположного значения, отражающих подвижность, скорость и темп протекания функций (активность), силу, здоровье, утомление (самочувствие), а также характеристики эмоционального состояния (настроение). Испытуемый должен выбрать и отметить цифру, наиболее точно отражающую его состояние в момент обследования.

Типовая карта методики САН

Фамилия, инициалы_____

Пол _____ Возраст _____

Дата _____ Время _____

Инструкция: Вам предлагается описать свое состояние, которое вы испытаете в настоящий момент, с помощью таблицы, состоящей из 30 полярных признаков.

Вы должны в каждой паре выбрать ту характеристику, которая наиболее точно описывает ваше состояние, и отметить цифру, которая соответствует степени (силе) выраженности данной характеристики.

1. Самочувствие хорошее	3	2	1	0	1	2	3	Самочувствие плохое
2. Чувствую себя сильным	3	2	1	0	1	2	3	Чувствую себя слабым
3. Пассивный	3	2	1	0	1	2	3	Активный
4. Малоподвижный	3	2	1	0	1	2	3	Подвижный
5. Веселый	3	2	1	0	1	2	3	Грустный
6. Хорошее настроение	3	2	1	0	1	2	3	Плохое настроение
7. Работоспособный	3	2	1	0	1	2	3	Разбитый
8. Полный сил	3	2	1	0	1	2	3	Обессиленный
9. Медлительный	3	2	1	0	1	2	3	Быстрый
10. Бездеятельный	3	2	1	0	1	2	3	Деятельный
11. Счастливый	3	2	1	0	1	2	3	Несчастный
12. Жизнерадостный	3	2	1	0	1	2	3	Мрачный
13. Напряженный	3	2	1	0	1	2	3	Расслабленный
14. Здоровый	3	2	1	0	1	2	3	Больной
15. Безучастный	3	2	1	0	1	2	3	Увлеченный

16. Равнодушный	3	2	1	0	1	2	3	Взволнованный
17. Восторженный	3	2	1	0	1	2	3	Унылый
18. Радостный	3	2	1	0	1	2	3	Печальный
19. Отдохнувший	3	2	1	0	1	2	3	Усталый
20. Свежий	3	2	1	0	1	2	3	Изнуренный
21. Сонливый	3	2	1	0	1	2	3	Возбужденный
22. Желание отдохнуть	3	2	1	0	1	2	3	Желание работать
23. Спокойный	3	2	1	0	1	2	3	Озабоченный
24. Оптимистичный	3	2	1	0	1	2	3	Пессимистичный
25. Выносливый	3	2	1	0	1	2	3	Утомляемый
26. Бодрый	3	2	1	0	1	2	3	Вялый
27. Соображать трудно	3	2	1	0	1	2	3	Соображать легко
28. Рассеянный	3	2	1	0	1	2	3	Внимательный
29. Полный надежд	3	2	1	0	1	2	3	Разочарованный
30. Довольный	3	2	1	0	1	2	3	Недовольный

Обработка и интерпретация результатов.

При обработке эти цифры перекодируются следующим образом:

- **индекс 3**, соответствующий неудовлетворительному самочувствию, низкой активности и плохому настроению, принимается за **1 балл**;
- следующий за ним **индекс 2** - за **2**;
- **индекс 1** - за **3 балла** и так **до индекса 3** с противоположной стороны шкалы, который соответственно принимается за **7 баллов** (учтите, что полюса шкалы постоянно меняются).

Итак, положительные состояния всегда получают высокие баллы, а отрицательные низкие. По этим "приведенным" баллам и рассчитывается среднее арифметическое как в целом, так и отдельно по ***активности, самочувствию и настроению.*** Например, средние оценки для выборки из студентов Москвы равны: *самочувствие - 5,4; активность - 5,0; настроение -5,1.*

Следует упомянуть, что при анализе функционального состояния важны не только значения отдельных его показателей, но и их соотношение. Дело в том, что у отдохнувшего человека оценки активности, настроения и самочувствия обычно примерно равны. А по мере нарастания усталости соотношение между ними изменяется за счет относительного снижения самочувствия и активности по сравнению с настроением.

Код опросника:

Вопросы на самочувствие - 1, 2, 7, 8, 13, 14, 19, 20, 25, 26.

Вопросы на активность - 3, 4, 9, 10, 15, 16, 21, 22, 27, 28.

Вопросы на настроение - 5, 6, 11, 12, 17, 18, 23, 24, 29, 30.».

3) Дополнить приказ Приложением № 9:

«Приложение № 9
к приказу от 05 декабря 2017 года
№ 621

Тест личностных акцентуаций Дворщенко В.П.

Тест личностных акцентуаций Дворщенко В.П. (модифицированный вариант методики ПДО А.Е. Личко) может быть использован для диагностики:

- акцентуаций характера личности,
- степени конформности,
- склонности к делинквентности и депрессии,
- степени риска наркотизации (начала злоупотребления психоактивными и дурманящими веществами,
- риска социальной дезадаптации,
- возможности формирования расстройства личности,
- истинности или демонстративность суицидных попыток.

Целевая аудитория: обучающиеся от 14 до 20 лет (обучающиеся 8-11 классов (старше 13 лет), а также студенты 1-3 курса колледжа, студенты 1-2 курса университета) при отсутствии противопоказаний.

Условия проведения: Психодиагностическое обследование может проводиться как в индивидуальной, так и в групповой форме в максимально комфортном помещении.

При групповом обследовании, с целью обеспечения самостоятельности выполнения теста, исключения влияния испытуемых друг на друга, опросник не выдается. Утверждения зачитываются вслух специалистом, проводящим обследование.

Ограничений по времени нет.

Показания:

- психолого-педагогическое сопровождение (психологическая коррекция, воспитательная работа педагогов) несовершеннолетних, попавших в группу риска по результатам социально-психологического тестирования;
- выявление обучающихся, имеющих риск развития суицидального, делинквентного (деструктивного) поведения;
- выявление и психологическая поддержка несовершеннолетних, оказавшихся в трудной жизненной ситуации;
- профилактика делинквентного поведения, личностных и других расстройств.

Противопоказания:

- возраст ниже 14 лет;
- образование ниже неполного среднего (8 класса);
- умственная отсталость (IQ < 70);
- психопатология подросткового возраста: аутизм, шизофрения, пограничные расстройства;
- отсутствие положительной мотивации на обследование и доверительных отношений между обследуемым и испытуемым;
- недостаточная степень владения русским языком и осведомленность в культуре России: традиции, обычаи, ценности.

Внимательно прочитайте каждое из утверждений и ответьте, в какой степени это характерно для Вас (ДА) или не характерно (НЕТ), пользуясь шкалой соотношения значений (НЕТ/ДА):

ШКАЛА ОТВЕТОВ		МЕСТО ЗАПИСИ ОТВЕТА В БЛАНКЕ
СЕМАНТИЧЕСКАЯ	ЦИФРОВАЯ	
ДА, это всецело про меня	3	Справа от номера ячейки
ДА, похоже, но не совсем	2	
Скорее ДА, чем НЕТ	1	
Примерно одинаково: ДА ~ НЕТ	0	Номер обвести кружком
Скорее НЕТ, чем ДА	-1	Слева от номера ячейки
НЕТ, не похоже, но что-то есть	-2	
НЕТ, это совсем не про меня	-3	

Ответы в виде цифры без знака аккуратно впишите в соответствующие номерам утверждений ячейки регистрационного листа, как указано в правой колонке таблицы

Отвечайте искренне, долго не задумываясь. Ваши ответы останутся в тайне.

1. У меня почти всегда плохое самочувствие.
2. В одни дни я встаю веселым и жизнерадостным, в другие — безо всякой причины с утра угнетен и уныл.
3. Я не пью спиртного, так как это противоречит моим принципам.
4. Очень люблю мать и боюсь, что с ней что-нибудь случится.
5. В одиночестве я чувствую себя спокойнее.
6. Неудачи меня пугают, и я, прежде всего, виню самого себя.
7. Не выношу, когда меня опекают и за меня все решают.
8. В детстве я больше любил беседовать со взрослыми, чем играть со сверстниками.
9. Мое самочувствие вполне удовлетворительное.
10. Нередко бывало, что, проснувшись, я не мог сразу сообразить, где я и что со мной.
11. В половом отношении я быстро возбуждаюсь, но быстро успокаиваюсь и охладеваю.
12. Я ценю такого друга, который умеет меня выслушать, приободрить, вселить уверенность, успокоить.
13. Одиночество я переношу легко, если только оно не связано с неприятностями.
14. Временами я люблю приключения и часто рискую, но временами приключения и риск становятся мне не по душе.
15. Я не решаюсь прервать даже вовсе никчемные для меня наставления или избавиться от ненужного для меня покровительства.
16. Школьные занятия меня очень сильно утомляли/утомляют.

17. Малейшие неприятности сильно огорчают меня.

18. Нередко я стесняюсь есть при посторонних.

19. Считаю, что половым проблемам не следует придавать большого значения.

20. Люблю иметь много друзей и тепло отношусь к ним.

21. Я уверен, что в будущем докажу всем свою правоту.

22. Я люблю быть первым там, где меня любят; бороться за первенство я не люблю.

23. Ужасно не люблю всякие правила, которые меня стесняют.

24. Я слишком мнителен, без конца тревожусь и беспокоюсь обо всем.

25. Я сплю мало, но встаю бодрым; сны вижу редко.

26. Периодами я выпиваю очень охотно, периодами меня к спиртному не тянет.

27. Деньги меня совершенно не интересуют.

28. Мне приходилось терпеть от окружающих много обид и обманов, и это всегда настораживает меня.

29. Меня привлекает лишь то новое, что соответствует моим принципам и интересам.

30. В одни периоды критику и возражения переношу легко, в другие — очень болезненно.

31. Очень любил/люблю сочинять всякие сказки и фантастические истории.

32. Я чрезмерно чувствителен и обидчив.

33. Я просыпаюсь с неприятной мыслью, что надо идти на работу или на учебу.

34. Я избегаю пить спиртное из-за плохого самочувствия и сильной головной боли впоследствии.

35. Я люблю родителей, но не переношу, когда мною распоряжаются и командуют.

36. Я считаю, что никто не должен отрываться от коллектива.

37. При неудачах мне хочется убежать куда-нибудь подальше и не возвращаться.

38. Я охотно слушаю те наставления, которые касаются моего здоровья.

39. В детстве я любил играть один или смотреть издали, как играют другие дети.

40. Я легко переношу боль и физические страдания.

41. Утром я встаю бодрым и энергичным.

42. Малейшая неприятность подавляет у меня половое влечение.

43. Для меня важен не один друг, а дружный хороший коллектив.

44. Я не боюсь одиночества.

45. Я люблю мечтать о приключениях, но не ищу их в жизни.

46. Я люблю, когда обо мне заботятся, но не люблю, чтобы мною командовали.

47. Периодами любил/люблю школу, периодами она мне начинала/начинает надоедать.

48. Мое настроение улучшается, когда меня оставляют одного.

49. Я люблю лакомства и деликатесы.

50. Я нахожу ненормальности в своем половом влечении и стараюсь бороться с ними.

51. Жизнь научила меня не быть слишком откровенным даже с друзьями.

52. Мои планы на будущее я люблю разрабатывать в малейших деталях и во всех деталях стараюсь их осуществить.

53. Я всегда стремлюсь учить людей правилам и порядку.

54. Я часто боюсь, что меня по ошибке примут за нарушителя законов.

55. Временами я доволен собой, временами ругаю себя за нерешительность и вялость.

56. Я плохо сплю ночью и чувствую сонливость днем.

57. Мое желание выпить зависит от настроения.

58. Нехватка денег меня раздражает.

59. От окружающих я стараюсь держаться подальше.

60. Новое приятно, если только обещает для меня что-то хорошее.

61. От критиков мне хочется убежать подальше.

62. Я стараюсь соблюдать правила и законы, но это не всегда мне удается.

63. Я страдаю от того, что меня не понимают.

64. Мне трудно проснуться в назначенный час.

65. Спиртным я стараюсь заглушить приступ плохого настроения, тоски и/или тревоги.

66. Мои родители не дали мне того, что необходимо в жизни.

67. Я стесняюсь незнакомых людей и боюсь заговорить первым.

68. Если в моих неудачах кто-то виноват, я не оставляю его безнаказанным.

69. Я слушаю наставления только тех, кто имеет на это право.

70. С детства я стремился/стремлюсь к аккуратности и порядку.

71. У меня почти всегда что-нибудь болит.

72. Периодами я утром чувствую себя бодрым, периодами — разбитым.

73. Половое влечение меня мало беспокоит.

74. Я считаю себя виноватым перед родителями.

75. В одиночестве я скучаю по людям, а среди людей быстро устаю и ищу одиночества.

76. Мне не до приключений, а рискую я только, если к этому принуждают обстоятельства.

77. Я внимательно слушаю наставления и не противлюсь, когда меня опекают.

78. В младших классах любил школу, потом она стала меня тяготить.

79. Мое плохое настроение зависит от плохого самочувствия.

80. Я ем очень мало, иногда долго ничего не ем.

81. Наибольшее удовольствие мне доставляет флирт и ухаживание.

82. У меня нет никакого желания иметь друга.

83. Я утешаю себя тем, что в будущем исполнятся все мои желания.

84. Я могу идти впереди других в рассуждениях, но не в действиях.

85. Всегда считаю, что для интересного и заманчивого дела всякие правила и законы можно обойти.

86. Мне не хватает холодной рассудительности.

87. Перед тем, как уснуть, я люблю помечтать.

88. Я плохо переношу голод — быстро слабею.

89. Люблю одеваться так, чтобы было к лицу.

90. Я легко ссорюсь, но быстро мирюсь.

91. Я боюсь перемен в жизни: новая обстановка меня пугает.

92. Не люблю, когда меня критикуют и когда мне возражают, — сержусь и не всегда могу сдержать свой гнев.

93. Часто упрекаю себя за то, что нарушаю правила и не строго соблюдаю законы.

94. Другие находят у меня крупные недостатки, я считаю, что они преувеличивают.

95. Я могу свободно регулировать свой сон.

96. К спиртному я испытываю отвращение.

97. Люблю и привязан к родителям, но бывает, сильно обижаюсь и даже сержусь на них.

98. Я охотно и легко завожу новые знакомства.

99. Если случается неудача, то я всегда ищу, что же я сделал неправильно.

100. Я убедился, что критикуют обычно только для того, чтобы тебе напакостить или самим выдвинуться.

101. В детстве я был таким же как сейчас: меня легко было огорчить, но легко успокоить и развеселить.

102. Мое самочувствие часто меняется — иногда по нескольку раз в день.

103. Проснувшись, я нередко еще долго переживаю то, что видел во сне.

104. Я выпиваю со всеми, чтобы не нарушать компанию.

105. Мои родные меня не понимают и кажутся мне чужими.

106. В одиночестве я размышляю или беседую с воображаемым собеседником.

107. Я много раз взвешиваю все «за» и «против» и все никак не решаюсь рискнуть.

108. Совершенно не переношу наставлений, если они даются начальственным тоном.

109. Сильно переживал/переживаю замечания и отметки, которые меня не удовлетворяли.

110. Мое настроение легко меняется от незначительных причин.

111. Периодами у меня бывает волчий аппетит, периодами есть ничего не хочется.

112. Я считаю, что половое влечение нельзя сдерживать, иначе оно мешает плодотворной работе.

113. Моя застенчивость мешает мне подружиться с тем, с кем мне хотелось бы.

114. Мое отношение к будущему часто и быстро меняется:
то строю радужные планы, то будущее кажется мне мрачным.

115. Бывает, что риск и азарт меня совершенно опьяняют.

116. Когда правила и законы мне мешают, это вызывает у меня раздражение.

117. Старался/стараюсь аккуратно выполнять все задания.

118. Сон у меня богат яркими сновидениями.

119. Я стараюсь придерживаться диеты, которую сам разработал.

120. Никогда не следую общей моде, а ношу то, что мне самому понравилось.

121. Легко схожусь с людьми в любой обстановке.

122. Не люблю всяких новшеств, предпочитаю раз установленный порядок.

123. Я не слушаю критики и возражений и всегда думаю и делаю по-своему.

124. Всегда слежу за тем, чтобы все соблюдали правила.

125. Я слишком раздражителен.

126. Если меня что-то расстроит, я долго не могу уснуть.

127. Спиртное не вызывает у меня веселого настроения.

128. Очень боюсь остаться без родителей.

129. Незнакомые люди меня раздражают, к знакомым я уже как-то привык.

130. Неудачи приводят меня в отчаяние.

131. Я стараюсь правильно реагировать на критику.

132. В детстве я был обидчивым и чувствительным.

133. Недели хорошего самочувствия чередуются у меня с неделями, когда я чувствую себя плохо.

134. Часто мне не хочется просыпаться.

135. Выпив немного, я особенно ярко воспринимаю окружающий мир.

136. Родители меня слишком сильно притесняли/притесняют и во всем навязывали/навязывают свою волю.

137. Периодами мне лучше среди людей, периодами предпочитаю одиночество.

138. Люблю всякие приключения, даже опасные, охотно иду на риск.

139. Я стараюсь слушать полезные наставления, но это не всегда у меня получается.

140. Любил/люблю вместо школьных занятий отправиться с товарищами погулять или сходить в кино.

141. Как правило, настроение у меня очень хорошее.

142. Неподходящая обстановка, грязь и разговоры о неаппетитных вещах никогда не мешали мне есть.

143. Моя застенчивость мне очень сильно мешает в половом отношении.

144. Я чувствую себя таким больным, что мне не до друзей.

145. Я убежден, что в будущем исполнятся мои желания и планы.

146. Приключения и риск меня привлекают, если в них мне достается первая роль.

147. Я допускаю опеку над собой в повседневной жизни, но не над моим душевным миром.

148. Посещал школу регулярно и всегда активно участвовал в общественной работе.

149. Я хорошо сплю, а сновидениям значения не придаю.

150. Еда меня интересует прежде всего как средство поддержать здоровье.

151. Люблю одежду модную и необычную, которая невольно привлекает взоры.

152. Стараюсь жить так, чтобы окружающие не могли сказать обо мне ничего плохого.

153. Новое меня привлекает, но часто быстро утомляет и надоедает.

154. Я не люблю командовать другими — ответственность меня пугает.

155. Правила и законы я всегда соблюдаю.

156. Я не вижу у себя больших недостатков.

157. У меня плохой и беспокойный сон и часто бывают мучительно-тоскливые сновидения.

158. Я боюсь пить спиртное, потому что, опьянев, могу вызвать насмешки и презрение.

159. Если у меня взяли в долг, я стесняюсь об этом напомнить.

160. Бывает, что незнакомый человек мне сразу внушает доверие и симпатию.

161. Периоды, когда я активно борюсь с неудачами, чередуются у меня с периодами, когда у меня от малейших неудач опускаются руки.

162. Я не слышал еще справедливой критики в свой адрес или справедливых возражений моим доводам.

163. В детстве я был веселым и отчаянным.

164. Я всегда себя чувствую бодрым и полным сил.

165. Я легко просыпаюсь, когда мне нужно.

166. Спиртные напитки меня пугают.

167. Упрекаю себя за то, что недостаточно сильно люблю (любил) родителей.

168. Я не переношу одиночества и всегда стремлюсь быть среди людей.

169. Я считаю, что при неудачах нельзя отчаиваться.

170. Я не нуждаюсь в наставлениях.

171. В детстве я был капризным и раздражительным.

172. У меня встречаются приступы плохого самочувствия с раздражительностью и чувством тоски.

173. Я просыпаюсь с мыслью, что сегодня надо будет сделать.

174. У меня сильное половое влечение, которое мне трудно сдерживать.

175. Мне не раз приходилось убеждаться, что дружат из выгоды.

176. Я стараюсь жить так, чтобы будущее было хорошим.

177. Приключения я люблю только веселые и те, что хорошо кончаются.

178. Наставления вызывают у меня желание делать все наоборот.

179. Стеснялся/стесняюсь ходить в школу: боялся/боюсь насмешек и грубости.

180. Периоды очень хорошего настроения сменяются у меня периодами плохого настроения.

181. У меня хороший аппетит, но я не обжора.

182. Люблю костюмы яркие и броские.

183. Окружающие мне завидуют и потому ненавидят меня.

184. Я сам люблю придумывать новое, все переиначивать и делать по-своему, не так, как все.

185. Я не умею командовать другими.

186. Всякие правила и распорядок вызывают у меня желание нарочно их нарушать.

187. Считаю, что я ничем не отличаюсь от большинства людей.

188. Сон у меня очень крепкий, но иногда бывают жуткие, кошмарные сновидения.

189. Люблю выпить в веселой и хорошей компании.

190. Не люблю заранее рассчитывать все расходы, легко беру в долг, даже если знаю, что к сроку отдать мне будет трудно.

191. Я отношусь настороженно к незнакомым людям и невольно опасаюсь зла.

192. Свои неудачи я переживаю сам и ни у кого не ищу сочувствия и помощи.

193. Возражения и критика меня очень огорчают, если они резкие и грубые по форме, даже если они касаются мелочей.

194. Я был как все дети и ничем не отличался от своих сверстников.

195. Я люблю сытно поесть.».

2. Контроль исполнения приказа оставляю за собой.

Начальник **Ю.С. Берсенева**

Список рассылки: Берсенева Ю.С., Макарова Н.Е., Кочкин И.Н., Суслова Ю.В., руководители ОУ (по списку)

Ю.В. Суслова,
8(34373)4-46-86