**Рекомендовано для родителей несовершеннолетних детей**

**Методика диагностики склонности к различным зависимостям (автор Лозовая Г.В)**

Диагностика склонности к зависимому поведению и выявление детей группы риска – это начальный этап профилактики и коррекции зависимости. Полученные результаты подскажут педагогам и психологам направления деятельности и помогут впоследствии оценить эффективность работы, проведенной с несовершеннолетними.

**Описание:**

Тест опросника содержит 70 вопросов, направленных на изучение склонности индивида к 13 видам зависимостей.

Результаты диагностики являются ориентировочными и показывают общую склонность к той или иной зависимости, не являясь основанием для постановки того или иного диагноза.

**Инструкция:**

Методика представляет собой анкету с вариантами ответов:

* Нет -1 балл;
* Скорее нет – 2 балла;
* Ни да, ни нет -3 балла;
* Скорее да – 4 балла;
* Да – 5 баллов.

**Тестовое задание:**

1. Время от времени мне очень хочется выпить, чтобы расслабиться.

2. В свое свободное время я чаще всего смотрю телевизор.

3. Я считаю, что одиночество – это самое страшное в жизни.

4. Я – человек азартный и люблю азартные игры.

5. Секс – это самое большое удовольствие в жизни.

6. Я довольно часто ем не от голода, а для получения удовольствия.

7. Я соблюдаю религиозные результаты.

8. Я все время думаю о работе, о том, как сделать ее лучше.

9. Я довольно часто принимаю лекарства.

10. Я провожу очень много времени за компьютером.

11. Не представляю свою жизнь без сигарет.

12. Я активно интересуюсь проблемами здоровья.

13. Я пробовал наркотические вещества.

14. Мне тяжело бороться со своими привычками.

15. Иногда я не помню произошедшего во время опьянения.

16. Я могу долго щелкать пультом в поисках чего нить интересного по телевизору.

17. Главное чтобы любимый человек всегда был рядом.

18. Время от времени я посещаю игровые автоматы.

19. Я не думаю о сексе только когда я сплю.

20. Я постоянно думаю о еде, представляю себе разные вкусности.

21. Я довольно активный член религиозной общины.

22. Я не умею отдыхать, чувствую себя плохо во время выходных.

23. Лекарства – самый простой способ улучшить самочувствие.

24. Компьютер – это реальная возможность жить полной жизнью.

25. Сигареты всегда со мной.

26. На поддержание здоровья не жалею ни сил, ни денег, ни времени.

27. Попробовать наркотик – это получить интересный жизненный урок.

28. Я считаю, что каждый человек от чего то зависим.

29. Бывает что я чуть чуть перебираю когда выпиваю.

30. Телевизор включен большее время моего пребывания дома.

31. Когда я не вместе с любимым человеком, я постоянно думаю о нем.

32. Игра дает самые острые ощущения в жизни.

33. Я готов идти на « случайные связи», ведь воздержание от секса для меня крайне тяжело.

34. Если кушанье очень вкусное то я не удержусь от добавки.

35. Считаю что религия – единственное что может спасти мир.

36. Близкие часто жалуются, что я постоянно работаю.

37. В моем доме много медицинских и подобных препаратов.

38. Иногда, сидя у компьютера я забываю поесть или о каких то делах.

39. Сигарета это самый простой способ расслабиться.

40. Я читаю медицинские журналы и газеты, смотрю передачи о здоровье.

41. Наркотик дает самые сильные ощущения из всех возможных.

42. Привычка – вторая натура, и избавиться от нее глупо.

43. Алкоголь в нашей жизни – основное средство расслабления и повышения настроения.

44. Если сломался телевизор, то я не буду знать, чем себя развлечь вечером.

45. Быть покинутым любимым человеком – самое большое несчастье, которое может произойти.

46. Я понимаю азартных игроков, которые могут в одну ночь выиграть состояние, а в другую проиграть два.

47. Самое страшное это получить физическое увечье, которое вызовет сексуальную неполноценность.

48. При походе в магазин не могу удержаться, что бы ни купить что нибудь вкусненькое.

49. Самое главное в жизни – жить наполненной религиозной жизнью.

50. Мера ценности человека заключается в том, на сколько он отдает себя работе.

51. Я довольно часто принимаю лекарства.

52. «Виртуальная реальность» более интересна, чем обычная жизнь.

53. Я ежедневно курю.

54. Я стараюсь неотступно соблюдать правила здорового образа жизни.

55. Иногда я употребляю средства, считающиеся наркотическими.

56. Человек – существо слабое, нужно быть терпимым к его вредным привычкам.

57. Мне нравится выпить и повеселиться в веселой компании.

58. В наше время почти все можно узнать из телевизора.

59. Любить и быть любимым это главное в жизни.

60. Игра – это реальный шанс сорвать куш, выиграть много денег.

61. Секс – это лучшее времяпровождение.

62. Я очень люблю готовить и делаю это так часто, как могу.

63. Я часто посещаю религиозные заведения.

64. Я считаю, что человек должен работать на совесть, ведь деньги это не главное.

65. Когда я нервничаю, я предпочитаю принять успокоительное.

66. Если бы я мог, то все время занимался бы компьютером.

67. Я – курильщик со стажем.

68. Я беспокоюсь за здоровье близких, стараюсь привлечь их к здоровому образу жизни.

69. По интенсивности ощущений наркотик не может сравниться ни с чем.

70. Глупо пытаться показать свою силу воли и отказаться от различных радостей жизни.

**Обработка результатов теста:**

Суммируйте баллы по отдельным видам склонностей к зависимостям:

1. Алкогольная зависимость: 1, 15, 29, 43, 57.

2. Телевизионная зависимость: 2, 16, 30, 44 ,58.

3. Любовная зависимость: 3, 17, 31, 45, 59.

4. Игровая зависимость: 4, 18, 32, 46, 60.

5. Сексуальная зависимость: 5, 19, 33, 47, 61.

6. Пищевая зависимость: 6, 20, 34, 48, 62.

7. Религиозная зависимость: 7, 21, 35, 49, 63.

8. Трудовая зависимость: 8, 22, 36, 50, 64.

9. Лекарственная зависимость: 9,23,37,51,65.

10. Компьютерная зависимость: 10,24,38,52,66.

11. Табачная зависимость: 11, 25, 39, 53, 67.

12. Зависимость от здорового образа жизни: 12, 26, 40, 54.

13. Наркотическая зависимость: 13, 27, 41, 55, 69.

14. Общая склонность к зависимостям: 14, 28, 42, 56, 70.

**Условные нормы:**

* 5-11 баллов – низкая;
* 12-18 средняя;
* 19-25 – высокая степень склонности к зависимостям.