# **Тест на выявление депрессии**

**1. То, что приносило мне большое удовольствие, и сейчас вызывает у меня такое же чувство**

0 – определённо, это так

1 – наверное, это так

2 – это так лишь в очень малой степени

3 – это совсем не так

**2. Я способен рассмеяться и увидеть в том или ином событии смешное**

0 – определённо, это так

1 – наверное, это так

2 – это так лишь в очень малой степени

3 – совсем не способен

**3. Я испытываю бодрость**

3 – совсем не испытываю

2 – очень редко

1 – иногда

0 – практически всё время

**4. Мне кажется, что я стал всё делать очень медленно**

3 – практически всё время

2 – часто

1 – иногда

0 – совсем нет

**5. Я не слежу за своей внешностью**

3 – определённо, это так

2 – я не уделяю этому столько времени, сколько нужно

1 – может быть, я стал меньше уделять этому времени

0 – я слежу за собой так же, как и раньше

**6. Я считаю, что мои дела (занятия, увлечения) могут принести мне чувство удовлетворения**

0 – точно так же, как и обычно

1 – да, но не в той степени, как раньше

2 – значительно меньше, чем обычно

3 – совсем так не считаю

**7. Я могу получить удовольствие от хорошей книги, радио- или телепрограммы**

0 – часто

1 – иногда

2 – редко

3 – очень редко

**Количество баллов:** \_\_\_\_\_\_\_\_

**Интерпретация результатов:**

**0–7 баллов** – «норма» (отсутствие достоверно выраженных симптомов депрессии)

**8–10 баллов** – состояние, предшествующее выраженной депрессии

**11 баллов и выше** – выраженная депрессия