

ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ И МОЛОДЁЖНОЙ ПОЛИТИКИ
ХАНТЫ-МАНСЙСКОГО АВТОНОМНОГО ОКРУГА – ЮГРЫ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ВЫСШЕГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
ХАНТЫ-МАНСЙСКОГО АВТОНОМНОГО ОКРУГА – ЮГРЫ
«СУРГУТСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»
НАУЧНО-ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКАЯ ЛАБОРАТОРИЯ
«ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ И ОХРАНА ЗДОРОВЬЯ»

**ДИАГНОСТИКА И КОРРЕКЦИЯ
ТРЕВОЖНЫХ И ДЕПРЕССИВНЫХ
РАССТРОЙСТВ
У ШКОЛЬНИКОВ И СТУДЕНТОВ
В УСЛОВИЯХ
МОДЕРНИЗАЦИИ ОБРАЗОВАНИЯ**

Методические рекомендации

Сургут, 2013

УДК 616.8(07)
ББК 57.336.14 я81+56.14-324я81
П 58

Печатается по решению
Редакционно-издательского
Совета СурГПУ

Авторский коллектив:

Попова М.А., доктор медицинских наук,
профессор, зав. лабораторией

Щербакова А.Э., кандидат биологических наук,
старший научный сотрудник

Говорухина А.А., кандидат сельскохозяйственных наук,
старший научный сотрудник

Попова, М.А.

П 58

Диагностика и коррекция тревожных и депрессивных расстройств у школьников и студентов в условиях модернизации образования : метод. рекомендации / Гос. образоват. учреждение высш. проф. образования ХМАО – Югры «Сургут. гос. пед. ун-т» / М.А. Попова, А.Э. Щербакова, А.А. Говорухина. – Сургут : РИО СурГПУ, 2013. – 38, [1] с.

Методические рекомендации посвящены современному состоянию проблемы тревожных и депрессивных расстройств среди учащейся молодежи. Приводятся сведения частоты встречаемости тревожных и депрессивных расстройств среди учащихся средней и высшей школ, проживающих в ХМАО – Югре. Предложены практические рекомендации по профилактике, диагностике и коррекции тревожных и депрессивных состояний.

УДК 616.8(07)
ББК 57.336.14 я81+56.14-324я81

© Попова М.А., Щербакова А.Э., Говорухина А.А., 2013
© Сургутский государственный педагогический университет, 2013

СОДЕРЖАНИЕ

Современное состояние проблемы	4
Организация и методы собственных исследований	6
Результаты собственных исследований	7
Алгоритм диагностики и коррекции тревожных и депрессивных расстройств	11
Симптомы тревожных и депрессивных расстройств	14
Симптомы тревожных расстройств (МКБ-10)	14
Симптомы депрессивных расстройств (МКБ-10 и DSM-IV-TR)	17
Рекомендации по предупреждению и коррекции тревожных расстройств и различных форм депрессивных расстройств	19
Психологическая коррекция	19
Копинг-стратегии и механизмы психологической защиты	19
Фармакологическая коррекция	22
Методика проведения и обработка шкалы депрессии и теста тревожности	27
Шкала депрессии Бека (Beck Depression Inventory)	27
Тест Спилбергера-Ханин	31
Список сокращений	35
Литература	36