



Шкала циклотимии Динза (DSC-32) Анкета

Инструкции

Шкала циклотимии Динза (DSC-32) содержит 32 вопросов, оцениваемых по 5-балльной шкале. Пожалуйста, отвечайте на каждый вопрос честно, исходя из своих обычных мыслей, чувств и переживаний. Правильных или неправильных ответов нет.

#	Заявление	Полностью не согласен (0)	Не согласен (1)	Нейтрально (2)	Согласен (3)	Полностью согласен (4)
1	Я часто чувствую необычную энергию или беспокойство.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
2	Когда я возбужден, я говорю больше, чем обычно.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
3	Иногда я берусь за проекты, которые не могу довести до конца.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
4	Я принимаю быстрые решения, не обдумывая их.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
5	Я чувствую себя необычно веселым или оптимистичным без причины.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
6	Я сплю меньше, но все равно чувствую себя активным и бодрым.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
7	Я замечаю, что шучу или смеюсь чаще, чем ожидают окружающие.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
8	Иногда я трачу деньги на вещи, которые мне на самом деле не нужны.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

#	Заявление	Полностью не согласен (0)	Не согласен (1)	Нейтрально (2)	Согласен (3)	Полностью согласен (4)
9	Мое настроение может меняться от радостного к грустному в течение одного дня.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
10	Я быстро раздражаюсь, даже из-за мелочей.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
11	Я не всегда могу объяснить, почему меняется мое настроение.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
12	Мои эмоции колеблются между возбуждением и разочарованием.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
13	Я чувствую себя эмоционально чувствительным к тому, как другие реагируют на меня.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
14	Иногда я внезапно перехожу от разговорчивости к замкнутости.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
15	Я замечаю, что мои чувства по поводу разных вещей непостоянны.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
16	Мне трудно долго сохранять уравновешенное настроение.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
17	Я чувствую усталость даже после хорошего сна.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
18	Я теряю интерес к вещам, которые обычно доставляют мне радость.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
19	Когда у меня плохое настроение, я предпочитаю оставаться в одиночестве.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

#	Заявление	Полностью не согласен (0)	Не согласен (1)	Нейтрально (2)	Согласен (3)	Полностью согласен (4)
20	Когда у меня плохое настроение, я сплю больше, чем обычно.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
21	Я чувствую, что моя мотивация падает без видимой причины.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
22	Иногда я чувствую грусть или пустоту в течение нескольких дней.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
23	Я чувствую вину за то, что делаю недостаточно.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
24	Мне кажется, что простые задачи требуют больше усилий, чем обычно.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
25	Мне трудно придерживаться регулярного распорядка дня.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
26	Я действую импульсивно, когда у меня хорошее настроение.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
27	Моя концентрация зависит от того, как я себя чувствую.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
28	Иногда я сожалею о том, что сказал или сделал, когда мое настроение меняется.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
29	Мне трудно последовательно планировать наперёд.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
30	Мои эмоции влияют на то, как я отношусь к окружающим.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
31	Я то очень общительный, то хочу побыть в одиночестве.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

#	Заявление	Полностью не согласен (0)	Не согласен (1)	Нейтрально (2)	Согласен (3)	Полностью согласен (4)
32	Я замечаю, что часто переоцениваю или недооцениваю свои возможности.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Инструкции по подсчёту очков

Ответы следует суммировать в соответствии с процедурами подсчета баллов, предусмотренными в данном тесте.

Более высокие показатели, как правило, свидетельствуют о более выраженной степени проявления исследуемого конструкта, если не указано иное.

Ключи для оценки размеров

Размер	Товары	Количество товаров
Гипоманиакальный	1, 2, 3, 4, 5, 6	6
Гипомания	7, 8	2
Нестабильность настроения	9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16	8
Депрессивное состояние	17, 18, 19, 20, 21, 22	6
Депрессивное	23, 24	2
Когнитивное	25, 26, 27, 28, 29, 30, 31, 32	8

Диапазоны сырых баллов

Масштаб	Товары	Возможный диапазон
Гипоманиакальный	6	0–24
Гипомания	2	0–8
Нестабильность настроения	8	0–32
Депрессивное состояние	6	0–24
Депрессивное	2	0–8
Когнитивное	8	0–32
Общая оценка	32	0–128

Источник

Дар, Дин Мохд. [Валидация и психометрические свойства шкалы циклотимии Динза \(DSC-32\)](#).

Подготовлено [Drdeenz](#)

Интерактивная версия: [Шкала циклотимии Динза \(DSC-32\)](#)