



**МИНИСТЕРСТВО
ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
(МИНОБРНАУКИ РОССИИ)**

**Департамент государственной
политики в сфере защиты прав
детей**

Люсиновская ул., д. 51, Москва, 117997.
Тел./факс (499) 237-58-74.
E-mail: d07@mon.gov.ru

Руководителям органов
исполнительной власти
субъектов Российской
Федерации, осуществляющих
государственное управление в
сфере образования

22.02.2015 № 07-4351

О направлении методического
комплекса для проведения
социально-психологического
тестирования

В целях научно-методического сопровождения социально-психологического тестирования обучающихся образовательных организаций, направленного на ранее выявление незаконного потребления наркотических средств и психотропных веществ (далее - наркотики), Департамент государственной политики в сфере защиты прав детей Минобрнауки России направляет для использования в работе Методический комплекс для выделения вероятностных предикторов возможного вовлечения обучающихся в потребление наркотиков (далее - Комплекс), а также методические рекомендации по применению Комплекса, подготовленные научным коллективом Психологического факультета Московского государственного университета им. М.В. Ломоносова.

Приложение: на 45 л. в 1 экз.

Директор Департамента

Д.В. Шарай
(499) 237-92-73

Е.А. Сильянов

**Методические рекомендации по применению методического комплекса для
выделения вероятностных предикторов возможного вовлечения
школьников в потребление наркотических средств**

Оглавление

Для чего создан данный методический комплекс?	3
Что конкретно измеряет данный методический комплекс?	3
Как создавался данный методический комплекс тестов?	5
Как проверяли созданную методику?	8
Можно ли обмануть данную методику?	9
Не нарушает ли методика законы этики в психологическом исследовании?	9
Как проводится тестирование?	10
Какую инструкцию следует дать испытуемым?	11
Какие трудности могут возникать при проведении тестирования? ¹³	
Сколько длится тестирование?	13
Как выглядит сама методика?	13
Бланк вопросов для учеников средних классов	14
Бланк ответов для учеников средних классов	19
Бланк вопросов для учеников старших классов	22
Бланк ответов для учеников старших классов	28
Какую методику выбрать в зависимости от возраста школьников? ³¹	
Как обрабатывать данную методику?	32
Ключи для старшеклассников	33
Ключи для учеников средних классов	36
Важно! Как выявить потенциальную группу риска?	37
Критерии	37
Выявление потенциальной группы риска при склонности к защитной стратегии в ответах	39
Выявление потенциальной группы риска при склонности к признанию трудностей контроля эмоций	42
Обработка данных у учеников средних классов	44

Для чего создан данный методический комплекс?

Данный методический комплекс по выделению вероятностных предикторов возможного вовлечения школьников в потребление наркотических веществ состоит из нескольких тестовых методик, измеряющих личностную склонность к потенциальному вовлечению школьников в потребление наркотиков. В то же время создатели методики ни в коем случае не пытались создать опросный инструмент для выявления наркоманов. Более того, авторы убеждены, что ставить точный диагноз о выявлении наркоманов посредством опросного тестирования невозможно и легкомысленно. Поэтому данный комплекс тестов всего лишь выявляет некоторые личностные характеристики, которые на основе предварительного научного анализа были выделены как наиболее характерные для детей, склонных быть подверженными этой пагубной привычке. Что же конкретно измеряют данные тесты?

Что конкретно измеряет данный методический комплекс?

Сам комплекс методик состоит из 2 блоков, которые выявляют:

- 1) некоторые личностные характеристики, связанные с потенциальным рискованным поведением;
- 2) особенности стратегий при решении жизненных проблем;
- 3) особенности отношений с родителями или другими близкими людьми.

Первый блок тестов позволяет получить ответы на следующие вопросы:

- Насколько школьник склонен к антисоциальному поведению?
- Насколько он сам способен управлять своим поведением?
- Насколько он может контролировать свои эмоции?
- Склонен ли школьник к каким-либо зависимостям?
- Склонен ли школьник к рискованному поведению?
- Насколько он любит новые ощущения, и готов ли он их активно искать?
- Как школьник справляется с трудными жизненными ситуациями?
- Насколько школьник стремится решать возникающие проблемы?
- Пытается ли он делать это самостоятельно или ищет поддержки у окружения?
- Решает ли он проблемы и стремится к их избеганию?

Второй блок характеризует отношения с «мамой или другим близким человеком» (если ребенок не живет с матерью или матери нет) с точки зрения того, насколько, по мнению школьника, близкий человек способен:

- принимать его таким, какой он есть;
- сопереживать и сочувствовать ему;
- быть склонным к сотрудничеству или, напротив, к конфронтации.

Помимо этого, тест в целом дает понять, насколько между матерью и ребенком присутствует взаимопонимание.

Как создавался данный методический комплекс тестов?

На первом этапе были проанализированы существующие в отечественной и мировой науке исследования, посвященные проблемам так называемого аддиктивного (зависимого) поведения, когда человек стремится к уходу от реальности путем искусственного изменения своего психического состояния посредством приема каких-либо веществ.

Были изучены и выделены различные типы аддикций, применительно к детскому и подростковому возрасту. Было отмечено, что влечение к наркотикам носит чрезвычайно сильный характер, оно быстро разрушает личность и жизнь человека. Одним из указаний на злоупотребление наркотиками является социальная деградация, проявляющаяся, прежде всего в быстро нарастающей социальной дезадаптации. При этом наблюдается снижение успеваемости, отказ от учебы и профессиональной деятельности, конфликты с социальным окружением, проблемы с законом, отход от семьи и друзей, сужение общения до наркоманического круга, изоляция.

Наряду с социальной деградацией происходит выраженное изменение характера. На фоне озабоченности наркотиком нарастает общая необязательность, формируется амотивационный синдром, утрачиваются прежние интересы и увлечения. Отрицание становится стилем поведения. Наркозависимый отрицает буквально всё: факты употребления, свои поступки и ответственность, наличие проблемы, а также саму зависимость и необходимость её лечения. Попытки окружающих помочь зависимому зачастую обесцениваются или вызывают агрессию. Реальность у наркоманов полностью заменяется фантазиями в форме бесплодных мечтаний, невыполняемых обещаний, лжи и иллюзий

Если первоначально аддиктивная личность старается уйти от решения проблем, то постепенно она вообще теряет способность к действиям. Депрессия, изоляция, ощущение беспомощности и проблемы с законом - всё это, наконец, приводит к осознанию серьёзности положения.

Одним из наиболее важных в рассматриваемой проблеме является вопрос о мотивации наркозависимого поведения. Среди мотивов первичного употребления выделяют: атактические (достижение психологического комфорта и релаксации), стремление к принадлежности и одобрению группы, гедонистические (получение специфического физического удовольствия), гиперактивации (для повышения тонуса и самооценки), псевдокультурные (демонстрация какого-либо качества) и познавательно-исследовательские мотивы (любопытство и стремление к новым впечатлениям).

В зарубежной практике зачастую применяются так называемые скрининговые методики (ADIS, 1991; DAP, 1990; DUSI, 1997 и пр.). Так же применяются оценочные методы, интервью, требующие высокой квалификации психолога-диагноста. Нами были изучены возможные личностные предикторы наркотического поведения.

*По итогам анализа литературы было выявлено, что для оценки склонности к потреблению наркотиков одним из важнейших предикторов может выступать **склонность к риску**, тем более, что потребность в острых ощущениях начинает нарастать между 9 и 14 годами, более того, в присутствии сверстников рискованное поведение значительно усиливается. В то же время многие исследователи отмечают, что поведенческий стиль лиц, злоупотребляющих ПАВ, характеризуется недостаточностью волевого контроля, импульсивностью, неспособностью использовать тормоз/сение при общении.*

При создании данной методики были использованы следующие материалы:

1) Behaviour Rating Inventory of Executive Function-Adult Version (BRIEF-A) (разработан Robert M. Roth, PhD, Peter K. Isquith, PhD, Gerard A. Gioia, PhD) - опросник, основанный на самоотчете и направленный на оценку состояния регуляторных функций. Применяется как в клинике, так и для оценки слабости функций произвольной регуляции в норме;

2) Frontal Systems Behavior Scale (FrSBe) (разработана Janet Grace, PhD, Paul F. Malloy, PhD) - опросник, основанный на самоотчете и направленный на оценку состояния регуляторных функций. Имеет выраженную нейропсихологическую направленность, в исследованиях сопоставляется с экспериментальными данными нейрокогнитивного тестирования;

3) Опросник «Стиль саморегуляции поведения» (разработан В.И. Моросановой) - опросник, основанный на самоотчете и направленный на оценку индивидуальных и стилевых особенностей сознательной саморегуляции поведения;

4) Опросник «Шкала импульсивности» (разработана Ф.Барретом) - опросник, основанный на самоотчете и разработанный для оценки выраженности импульсивности как личностной черты.

Это лишь неполный список методик, который был использован при создании методического комплекса, который нуэ/сдался в дальнейших проверках и апробации.

Как проверяли созданную методику?

Проверка созданного комплекса методов, или так называемая процедура апробации проходила в несколько этапов. Для этого использовали, как выборку наркоманов, так и не употребляющих наркотики школьников из числа старшеклассников г. Москвы, а также старшеклассников из общеобразовательных школ других регионов (1177 человек из 12 субъектов РФ). Из них 637 (54,1%) учащиеся старших классов заполняли полную версию методики, а 540 (45,9%) учащихся средних классов заполняли адаптированную и сокращенную с учетом этических ограничений и возрастных возможностей версию методики. Мальчики и девочки были представлены в приблизительно равных пропорциях. Большинство учеников средних классов практически равномерно распределены по возрастам 10, 11 и 12 лет, около 9% относятся к возрасту 13 лет и несколько человек - 9 лет и 14 лет. Большинство учеников старших классов практически равномерно распределены по возрастам 13, 14, 15 и 16 лет; около 12% отметили, что им 17 лет и несколько человек были 12 и 18 лет. Некоторое «перекрытие» исследуемых групп по возрасту в данном исследовании закономерно и отражает особенности задач исследования: для проведения профилактики в образовании учет специфики средних и старших классов более актуален, нежели учет исключительно возраста. В связи с этим респонденты из крайних возрастных групп из исследования не исключались.

На предварительном этапе апробации методический комплекс был проверен на понятность и привычность вопросов для школьников обеих возрастных групп (экологическая валидность), часть вопросов была изменена. Кроме того, опросник был проверен на возможности случайных ответов и социальную желательность.

Можно ли обмануть данную методику?

Из двух методик, включенных в комплекс, наибольшим искажениям может быть подвержен второй блок, посвященный благополучным отношениям с близким человеком. В общем случае, на вопрос об обмане методики отвечают шкала случайных ответов и шкала социальной желательности:

- в случае, если на две пары повторяющихся вопросов, школьник дает расхождение в ответах на 2 балла и более, данный протокол должен быть исключен из обработки данных как недостоверный. Возможные причины: школьник отвечал в случайном порядке или не понял вопросов (возможно, задержка психического развития, интеллектуальное снижение, дислексия).
- в случае показателя по шкале социальной желательности 3,30 и более баллов протокол должен расцениваться как недостоверный из-за намеренного желания школьника создать максимально благоприятное впечатление о себе (обмануть эксперта).

Не нарушает ли методика законы этики в психологическом исследовании?

Законы этики психологического исследования, принятые, как РПО (Российским психологическим обществом), так и АРА (American Psychological Association) предписывают соблюдать следующие базовые принципы: непричинения вреда, отсутствия дефицита информированного согласия, отсутствия вмешательства в частную жизнь, отсутствия обмана.

По всем данным пунктам данное тестирование может быть признано этичным:

- 1) во-первых, оно не приносит пагубные вредоносные последствия для его участников, потому что тестирование само по себе в чрезвычайно редких случаях «грешит» такими последствиями;
- 2) во-вторых, школьников и их родителей информируют об участии в исследовании;
- 3) в-третьих, исследование проводится 100% анонимно, даже в случае принятия решения о включении респондента в так называемую «группу риска» происходят дальнейшие проверки, уже медицинского характера, учитывающие все этические требования (например, от них просто можно отказаться);
- 4) в-четвертых, исследователи не обманывают респондентов, т.к. цели данного опроса не скрываются от аудитории: в данном случае речь идет лишь о выявлении *возможного* риска, и не более чем.

Как проводится тестирование?

Тестирование может проходить в обычных школьных кабинетах без привлечения какой-либо особой техники. В кабинетах для каждого тестируемого должно быть предусмотрено отдельное рабочее место. О цели тестирования, условиях его анонимности и расписании тестируемые должны быть оповещены не позднее, чем за один день. Рекомендуется проведение тестирования в группах по 10-15 человек.

Старший по кабинету должен:

- получить бланки теста;
- обеспечить вхождение в кабинет и рассадку участвующих в тестировании школьников по отдельным рабочим местам;
- убедиться в отсутствии посторонних в кабинете;
- провести устный инструктаж;
- раздать бланки теста;
- зачитать инструкцию по работе с тестами, прилагаемую к тесту, и убедиться в том, что все тестируемые её поняли;
- дать команду начать работу;
- во время тестирования следить за выполнением тестируемыми установленных в аудитории правил поведения, предупреждать или удалять их за нарушение порядка;
- отвечать на вопросы, возникающие у тестируемых, не привлекая внимания других участников;
- после окончания тестирования собрать заполненные бланки теста одновременно у всех тестируемых и передать их председателю Комиссии на хранение.

Какую инструкцию следует дать испытуемым?

При проведении опросного психологического исследования важно создать атмосферу спокойствия и доверия, а в своем инструктаже:

- обозначить основную мотивацию участия в данном опросе - выявление особенностей совладания с личностными трудностями, специально подчеркнув, что исследование проводится для того, чтобы выявить наиболее распространенные психологические проблемы среди школьников разных возрастов;
- уверить в отсутствии всяких последствий данного опроса для его участников, еще раз заверить их в его анонимности (в том числе, для одноклассников и родителей), в силу чего материалы тестирования подписывать не надо; можно подчеркнуть, что по завершении тестирования всем участникам необходимо оставаться на своих местах до того момента, когда последний участник не закончит работу, объяснив это тем, что для дополнительного обеспечения анонимности результатов тестирования заполненные бланки тестов должны быть сданы всеми участниками одновременно;
- сообщить о продолжительности тестирования;
- указать на необходимость соблюдения тестируемыми определенных правил поведения во время тестирования (работать самостоятельно; не разговаривать друг с другом; не комментировать свою работу вслух; поднять руку, если возникнет какой-либо вопрос; выходить в туалет только с разрешения старшего по кабинету, по одному), предупредив о возможности их удаления из аудитории в случае нарушения этих правил;
- напомнить, что в тесте нет правильных и неправильных ответов, а вопросы, на которые старший по аудитории имеет право отвечать, не должны касаться сути и содержания пунктов опроса, а лишь формальных характеристик.

Какие трудности могут возникать при проведении тестирования?

- В случае трудностей с пониманием вопросов ответственный за тестирование или его помощники (допускается присутствие 1-2 подготовленных волонтеров, которые могут быть учениками более старших классов) должны подойти, выслушать вопрос и дать ответ либо в общей форме «Постарайся ответить так, как, тебе кажется, больше соответствует твоей ситуации», либо объяснив непонятные школьнику слова в вопросе. Важно воздерживаться от развернутых примеров и объяснений.
- В случае если школьники совещаются, обсуждают вопросы, либо списывают ответы друг у друга (то есть любые формы коллективного заполнения), важно заметить и предотвратить такие формы заполнения как можно быстрее.

Сколько длится тестирование?

По времени само тестирование должно уложиться в академический час, причем, как правило, большинство опрашиваемых школьников справляются с заданиями теста значительно быстрее.

Как выглядит сама методика?

Методика представлена в 2 вариантах: для учеников старших и средних классов. Как было сказано ранее, в комплекс для среднеклассников не вошел ряд более «взрослых» вопросов по этическим соображениям.

Бланк вопросов для учеников старших классов

Дорогие ребята! В жизни каждого человека возникают трудности, все мы переживаем конфликты и неприятности. Важно не только уметь их преодолевать, но и понимать, что для разных людей разные вещи могут выступить такой трудностью и оказаться поводом для конфликта. Именно этим вопросам и посвящен наш опросник, и мы просим Вас поучаствовать в нем.

Здесь нет правильных или неправильных ответов. Пожалуйста, постарайтесь ответить на все вопросы, даже если некоторые не полностью соответствуют Вашей ситуации.

Это исследование абсолютно анонимно.

Пожалуйста, прочитайте каждое утверждение из опросника, а потом поставьте свой ответ в бланке ответов, обводя наиболее подходящий Вам вариант.

Ваш Пол: 1 Мужской 2 Женский

Возраст (полных лет):

Часть 1

Инструкция: прочитайте, пожалуйста, приведенные ниже суждения выберите и обведите вариант, который в наибольшей степени **совпадает с Вашим мнением**, в бланке ответов. **Не пишите ничего в самом опроснике - только в бланке ответов.**

№	Суждения
1	У человека могут быть чувства и желания такой силы, что ему трудно себя контролировать.
2	В трудной ситуации (проблемы, неприятности) я фантазирую о том, что все могло быть иначе.
3	Я люблю все новое и неизвестное.
4	Представления о вреде алкоголя чаще всего преувеличены

№	Суждения
5	Я могу сказать одно, а сделать совсем другое.
6	В трудной ситуации (проблемы, неприятности) я стараюсь сделать все так, чтобы иметь возможность наилучшим образом решить проблему
7	Если я чего-то захочу, меня трудно удержать.
8	Интернет отнимает у меня больше времени, чем мне бы хотелось.
9	Поскольку все спланировать невозможно, то не стоит и пытаться.
10	Я никогда не обманывал.
11	В трудной ситуации (проблемы, неприятности) я больше времени, чем обычно, провожу один.
12	Мне трудно надолго на чем-то сосредоточиться.
13	Иногда из-за Интернета я забываю вовремя поесть или сделать важные дела.
14	Мне нравится пирсинг и татуировки.
15	Мне легко сказать одно, а сделать совсем другое.
16	Нужно идти против всех правил, если ты уверен в своей правоте.
17	Мне сложно доводить начатое дело до конца (учебу, домашние обязанности).
18	Я легко мог бы прожить без Интернета.

№	Суждения
19	Мне нравится получать новый, волнующий меня опыт, даже если он немного необычный.
20	В трудной ситуации (проблемы, неприятности) я осуществляю поиск всех возможных решений, прежде чем что-либо предпринять.
21	Я часто сижу с друзьями до упора, хотя отлично понимаю, что нужно идти домой.
22	Лучше прожить спокойную жизнь без сюрпризов, чем подвергать себя опасности.
23	Я люблю проводить время дома.
24	Мобильный телефон незаменим для меня, когда предстоит долгое ожидание или просто нечего делать.
25	Я все рассказываю родителям.
26	Я бы хотел попробовать прыгнуть с парашютом или на тарзанке.
27	В трудной ситуации (проблемы, неприятности) я иду к другу, чтобы он помог мне лучше осознать проблему.
28	Я всегда смогу себя контролировать.
29	От любых проблем можно отвлечься в веселой компании.
30	Я не думаю о последствиях перед тем, как сделать что-нибудь.
31	Я очень пунктуальный человек.
32	Я никогда не списывал.
33	Я ценю в жизни постоянство и определенность.

№	Суждения
34	Без риска жизнь будет скучной.
35	Я часто бываю невнимательным (-ой).
36	В трудной ситуации (проблемы, неприятности) я представляю себя героем книг или кино.
37	Лучше не думать о будущем, а жить сейчас.
38	У меня возникает чувство беспокойства, когда ситуация как-то меняется.
39	Я стараюсь избегать неосвещенных улиц.
40	В жизни нужно попробовать все.
41	В трудной ситуации (проблемы, неприятности) я обращаюсь к товарищу за советом - как исправить ситуацию.
42	Если что-то не клеится, у меня появляется желание бросить это дело.
43	Мне нравится непредсказуемость.
44	Осторожность всегда приводит к нужным результатам.
45	Ради азарта можно и рискнуть.
46	У меня случаются вспышки гнева.
47	Я охотно перешел (-ла) бы в другую школу
48	Самые лучшие вещи происходят, когда человек позволяет себе быть совершенно свободным.
49	Я никогда не сплетничал.

№	Суждения
50	В трудной ситуации (проблемы, неприятности) я принимаю помощь от друга или родственника.
51	Спокойная и размеренная жизнь лучше, чем бурная, но опасная.
52	Я легко переношу одиночество.
53	Мое настроение часто и быстро меняется.
54	В трудной ситуации (проблемы, неприятности) я смотрю телевизор дольше, чем обычно.
55	Я не представляю своей жизни без Интернета.
56	Избегать риска — это самое правильное поведение.
57	Если у меня долго нет доступа в Интернет, то меня это раздражает.
58	Мне нравится проводить время дома
59	Мне нравится испытывать себя в разных ситуациях.
60	Если я забыл телефон дома, мне некомфортно, я немного нервничаю.
61	Мне не нравится, что Интернет часто заменяет реальное общение с друзьями и близкими.
62	Определенность вызывает у меня скуку.
63	Общаться по мобильному телефону мне проще и удобнее, чем лично.
64	Меня мало интересует мнение других людей, я хочу прожить жизнь так, как мне хочется.

№	Суждения
65	Если не рисковать, то ничего не получишь.
66	Я люблю перемены в жизни, смену обстановки и образа жизни.
67	В трудной ситуации (проблемы, неприятности) я принимаю сочувствие, взаимное понимание друзей, у которых та же проблема.
68	Если я чем-то увлекся, то могу забыть время.
69	Как правило, когда я ем что-нибудь вкусное, то не останавливаюсь, пока все не съем.
70	Взрослые лучше знают, как правильно поступать.
71	Я всегда соблюдаю правила при переходе улицы.

Часть 2

Прочитайте, пожалуйста, приведенные ниже суждения и выберите вариант, который в большей степени совпадает с оценкой ваших отношений с мамой. Если Вы живете не с мамой или у Вас нет мамы, выберите, пожалуйста, наиболее близкого воспитывающего Вас человека из своего окружения, и впишите ниже, кто это. Обведите вариант, соответствующий Вашему мнению, в **бланке ответов**.

«Я буду отвечать про отношения с _____
(например, папой, старшей сестрой, бабушкой и т.п.)»

№	Суждения
1	Приветлива(-в) и доброжелательна(-ен) со мной
2	Я нравлюсь ей(ему) таким (-ой), какой (-ая), я есть.

3	Прощает мои мелкие проступки.
4	С уважением относится к моим мыслям и чувствам.
5	Умеет поддержать меня в трудную минуту.
6	Выслушивает мои пожелания и предложения, когда мы делаем что-то вместе.
7	Уважает мое мнение и считается с ним.

Спасибо!

Бланк ответов для учеников старших классов

Часть 1

Обведите ответ, соответствующий Вашему мнению, для каждого вопроса и бланка

№	полностью совпадает	частично совпадает	очень мало	полностью не совпадает	№	полностью совпадает	частично совпадает	очень мало	полностью не совпадает
1	полностью совпадает	частично совпадает	очень мало	полностью не совпадает	19	полностью совпадает	частично совпадает	очень мало	полностью не совпадает
2	полностью совпадает	частично совпадает	очень мало	полностью не совпадает	20	полностью совпадает	частично совпадает	очень мало	полностью не совпадает
3	полностью совпадает	частично совпадает	очень мало	полностью не совпадает	21	полностью совпадает	частично совпадает	очень мало	полностью не совпадает
4	полностью совпадает	частично совпадает	очень мало	полностью не совпадает	22	полностью совпадает	частично совпадает	очень мало	полностью не совпадает
5	полностью совпадает	частично совпадает	очень мало	полностью не совпадает	23	полностью совпадает	частично совпадает	очень мало	полностью не совпадает

№	полностью совпадает	частично совпадает	очень мало	полностью не совпадает	№	полностью совпадает	частично совпадает	очень мало	полностью не совпадает
52	полностью совпадает	частично совпадает	очень мало	полностью не совпадает	70	полностью совпадает	частично совпадает	очень мало	полностью не совпадает
53	полностью совпадает	частично совпадает	очень мало	полностью не совпадает	71	полностью совпадает	частично совпадает	очень мало	полностью не совпадает
54	полностью совпадает	частично совпадает	очень мало	полностью не совпадает					

Часть 2

Обведите ответ, соответствующий Вашему мнению, для каждого вопроса и бланка

№	почти всегда	часто	редко	почти никогда	№	полностью совпадает	частично совпадает	очень мало	полностью не совпадает
1	почти всегда	часто	редко	почти никогда	5	почти всегда	часто	редко	почти никогда
2	почти всегда	часто	редко	почти никогда	6	почти всегда	часто	редко	почти никогда
3	почти всегда	часто	редко	почти никогда	7	почти всегда	часто	редко	почти никогда
4	почти всегда	часто	редко	почти никогда					