



ЧЕКЛИСТ НАБЛЮДЕНИЙ (для учителя)



ПРИ УЧАСТИИ
ФГБОУ «Воронежский государственный
медицинский университет им. Н.Н. Бурденко»

ПАМЯТКА ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

- Если вы регулярно отмечаете у ученика 2 или 3 признака из чек-листа, его следует направить к школьному психологу для более глубокого скринингового тестирования по шкале HADS.
- Если же вы наблюдаете у ученика наличие более 3 признаков, следует пригласить родителей для беседы, во время которой следует донести информацию о рисках наличия депрессии у ребенка и выяснения возможных причин данного состояния.
- При наличии 8 и более признаков следует пригласить родителей для беседы в формате учитель-психолог-родитель, где, кроме информации о высоком риске депрессии, следует проинформировать родителей, что при показателях по шкале HADS свыше 8 баллов требуется помощь специалиста с клиническим опытом работы.

**Признаки выявляются в результате наблюдений
в течение двух недель.**

ЧЕК-ЛИСТ НАБЛЮДЕНИЙ

**Диагностические признаки, свидетельствующие
о возможном наличии депрессии у ученика:**

- плохое или раздражённое настроение (при том, что оно не свойственно для данного ученика)
- потеря интереса к тому, что раньше привлекало (если к вашему предмету, например, раньше был интерес, и потом он пропал или значительно снизился, и т.п.)
- сниженная активность и повышенная утомляемость даже при незначительном усилии
- сниженная двигательная активность (нетипичное поведение во время перемен, пропуски уроков физкультуры, вялость, нежелание двигаться и т.п.)
- ухудшение внимания и способности к сосредоточению
- сниженная самооценка и неуверенность (могут быть выявлены простым вопросом вроде «Ты не уверен в своих силах так, как раньше?»)
- идеи виновности и уничижения (можно задать вопрос «Ты себя считаешь в чем-то виноватым?»)
- уныние и пессимизм (можно узнать, поинтересовавшись прогнозами ученика на то, как он закончит четверть/триместр и т.п.)
- идеи или действия, направленные на самоповреждение или суицид (следы царапин, порезов или ожогов, рисунки сцен или деталей самоповреждения)
- нарушенный сон (ученик регулярно опаздывает на первый урок, на занятиях то и дело «клюёт носом», дремлет на перемене и т.п.)
- сниженный аппетит (изменение массы тела, отказ от школьных обедов)
- изменение внешности (неопрятность, одежда тёмных тонов, редкая смена одежды в сравнении с прошлыми моделями поведения, одежда большего размера, скрывающая фигуру)