



Скрининг-интервью для  
выявления депрессивных и  
антивитаьных состояний у  
ребенка

## ПРАВИЛА ПРОВЕДЕНИЯ ИНТЕРВЬЮ

Данное интервью проводится только при условии, что доверительный контакт с ребенком установлен.

Отнеситесь к тому, что расскажет вам ребенок, серьезно.

Если в процессе беседы, будут обнаружены факты о насилии или о суицидальных мыслях реагируйте спокойно, не демонстрируйте, что информация вас шокировала или вам это неприятно обсуждать. Ребенок может перестать говорить о случившемся, чтобы оградить вас от болезненных переживаний. Если в процессе беседы вас что-то шокировало или вызвало сильные негативные эмоции, после консультации обратитесь за супервизорской или интервизорской поддержкой.

Успокойте и поддержите ребенка, если он поделился с вами информацией о своем состоянии: «Я тебе очень благодарна, что ты решил поделиться этим со мной», «Спасибо тебе большое за открытость, для меня это очень ценно», «Я понимаю что бывает непросто рассказывать другому о таком личном, мне важно, что ты поделился этим со мной ».

В случае описания ребенком ситуаций насилия, не делайте ему замечаний за использование непристойных выражений, так как для него это может быть единственным способом описать случившееся. Используйте слова и выражения, которые использовал ребенок.

Отнеситесь внимательно к собственным чувствам и косвенным высказываниям ребенка. Обратите внимание не только на то, что говорит ребенок, но и как он это делает.

Проведение скрининг-интервью рассчитано для подросткового возраста с 11 лет.

# СКРИНИНГ-ИНТЕРВЬЮ С РЕБЕНКОМ

## I. ВОПРОСЫ НАПРАВЛЕННЫЕ НА ИССЛЕДОВАНИЕ ДЕПРЕССИВНОГО СОСТОЯНИЯ У РЕБЕНКА

1. Какое настроение у тебя обычно бывает?
2. Легко ли расстраиваешься, огорчаешься?
3. Что чаще всего тебя расстраивает/огорчает? Расскажи об этом пожалуйста поподробнее.
4. Как ты реагируешь на то, что тебя расстраивает?  
Если подросток не знает что ответить, можно предложить варианты: раздражаешься, грустишь, плачешь, делаешь вид, что ничего не произошло?
5. Если ты расстроен и вдруг происходит что-то хорошее, тебе становится лучше?
6. Быстро ли твое настроение нормализуется, или ты долго переживаешь то, что случилось?
7. Испытывал ли ты когда-нибудь чувство тоски, страха, тревожности, одиночества, подавленности или чувство вины за что-либо или может бывало такое, что тебе внезапно становилось очень грустно и хотелось заплакать, хотя причин для слез не было?

Если подросток дает положительный ответ и проговаривает такие чувства, как тоска, грусть, тревога, чувство вины, апатия, безразличие, опустошенность, одиночество, внезапная злость необходимо уточнить:

1. Какие из этих чувств ты испытывал недавно?
2. Насколько сильное это чувство от 0 до 100. Где 0-очень слабое, 100-очень высокой интенсивности?
3. Как часто это чувство появляется у тебя?
4. Сколько по времени это чувство остаётся с тобой?
5. В какое время дня оно наиболее и наименее сильно?
6. Что усиливает его?
7. Пытаешься ли ты его преодолевать (если да, то как) или ждешь, когда оно само пройдет? Если проходит само, то когда это обычно наступает или что ты делаешь чтобы это чувство прошло?

Если подросток проговаривает, что пытался что-то делать, но не знает как справиться с чувствами или ничего не делает со своим состоянием, задаем еще ряд уточняющих вопросов:

1. Есть ли у тебя ощущения, словно ты не знаешь, что сделать, чтобы почувствовать себя лучше?
2. Кажется ли тебе, что у тебя мало шансов на то, что ты будешь чувствовать себя лучше в будущем?
3. Возникали ли у тебя когда-нибудь мысли, что в будущем тебя не ждет ничего хорошего?
  - Что ты думаешь о своем будущем сейчас?

Если подросток проговаривает, что будущее видит плохо и в большей степени в негативном свете или не видит вовсе, переходим в раздел II. Вопросы, направленные на исследования у ребёнка антивитаальных переживаний.

Помимо затяжного снижения настроения, у детей, страдающих от депрессий, отмечается ухудшение аппетита, нарушение сна, появление соматических расстройств.

1. Не испытываешь ли общей разбитости, не появляются ли непонятные боли в разных частях тела?
2. Когда они возникают? Опиши свои ощущения.
3. Как ты засыпаешь? Быстро или долго ворочаешься с боку на бок?
4. С какими чаще мыслями ты обычно ложишься спать?
5. Какой у тебя сон – поверхностный или глубокий? (Если подросток не понимает вопроса, то ему надо объяснить, что поверхностный сон – это сон чуткий, когда человек вроде бы и спит, но при малейшем шорохе просыпается и т.д.)
6. Сколько часов спишь, высыпаешься или нет?
7. Часто ли плохо спишь или в какие-то определенные дни, когда происходят определенные события в твоей жизни?
8. Как встаешь – тяжело или легко?
  - Всегда было так или только последнее время?
9. Какие испытываешь ощущения после сна – бодрость, вялость, разбитость или ощущение, что вовсе не спал?
10. Бывает ли так что просыпаешься раньше обычного?
  - Насколько раньше обычного ты встаешь?
  - С чем ты связываешь такие пробуждения?
11. Замечал ли ты за собой что стал спать больше чем обычно?
  - На сколько больше ты стал спать?
  - Меняется ли твое состояние когда ты поспишь? В какую сторону?
12. Можешь ли ты сказать, что стал более медлительным?
13. Чувствуешь ли ты себя последнее время более уставшим, и как будто энергии внутри стало намного меньше?
14. Есть ли у тебя проблемы с тем, чтобы сосредоточиться или на чем-то сконцентрироваться?
15. Ухудшилась ли твоя успеваемость?
16. Приходится ли тебе прилагать больше усилий чем раньше?
17. Чувствуешь ли ты что твое мышление словно замедлилось?
18. Замечал ли ты что стал больше или наоборот меньше есть?
19. Можешь ли ты сказать, что еда перестала приносить удовольствие?
  - С чем ты это связываешь?

Если в результате скрининг-интервью у ребенка наблюдается:

- ✓ Негативный взгляд на настоящее;
- ✓ Безнадёжность в отношении будущего;
- ✓ Негативный взгляд на себя;
- ✓ Бессонница ночью и повышенная сонливость на протяжении дня, ощущение постоянной усталости;
- ✓ Чувство грусти, тревоги, повышенной плаксивости;
- ✓ Снижение концентрации внимания;
- ✓ Потеря аппетита или чрезмерное переедание, что влечет за собой значительную потерю массы тела или полноту.

Необходимо провести дополнительное тестирование и направить ребёнка к психотерапевту или психиатру!

## II. ВОПРОСЫ НАПРАВЛЕННЫЕ НА ИССЛЕДОВАНИЕ У РЕБЕНКА АНТИВИТАЛЬНЫХ ПЕРЕЖИВАНИЙ

### Сфера контактов

1. Каким ты можешь себя охарактеризовать: скорее как общительного или замкнутого?
2. Есть ли у тебя друзья? Как много у тебя друзей? А приятели?
3. Когда ты в компании друзей, как ты себя обычно чувствуешь?
  - Удастся ли тебе так же веселиться как и всем?
  - Не возникает ли ощущения изоляции или покинутости в кругу приятелей?
4. Случалось ли с тобой так, что ты не находил понимания у близких или друзей?
  - Как часто возникают подобные ситуации?
5. Возникает ли у тебя внутреннее ощущение, что на самом деле нет никого, к кому ты бы мог обратиться за помощью или поддержкой?
  - Какие чувства вызывает у тебя эта мысль?
  - Не вызывает ли эта мысль у тебя ощущения изолированности или одиночества?

### Сфера эмоций и совладающего поведения

1. Бывает ли у тебя ощущение, что тебе не справиться с проблемами, которые есть сейчас или предстоят в будущем?
  - В какие моменты в твоей жизни это ощущение возникает?
2. Чувствовал ли ты когда-нибудь безнадежность, опустошенность, ощущение тупика и безвыходности?
  - Как часто у тебя появляется это чувство?
  - Как быстро оно проходит?
  - Делаешь ли ты что-то, чтобы оно прошло? Что именно ты делаешь?
3. Случалось ли с тобой что на тебя накатывала внезапная злость или чувство вины?
  - Что ты обычно делаешь когда злишься или чувствуешь себя виноватым?
  - Бывает так, что у тебя не получается выразить злость и она словно остаётся в тебе?
  - Что в такие моменты тебе хочется сделать?

Важно обратить внимание на то как ребенок справляется со своими чувствами и проблемами. Если есть ощущение безнадежности, опустошённости, ощущение тупика у ребенка преобладают –это повышает суицидальный риск.

### Сфера будущего ребенка

1. Размышлял ли ты о том, каким будет твое будущее? Можешь ли ты описать его?
2. Как часто ты размышляешь о своем будущем?
3. Как ты мог бы охарактеризовать свое прошлое?
4. Как часто ты размышляешь о своём прошлом? Например, часто ли ты думаешь в ключе «если бы тогда я сделал так», «ответил вот это»? (Обратить внимание на склонность подростка к руминации и застреванию)
5. Каких мыслей у тебя больше о настоящем, о прошлом или о будущем?
6. Возникают ли у тебя фантазии, что в будущем нет ничего хорошего?
  - Как часто?
  - Что ты чувствуешь, когда думаешь об этом?
  - Что из того что происходит с тобой сейчас, подсказывает тебе о том, что в будущем тебя не ждет ничего хорошего?

Если ребенок в разговоре проговаривает, что не видит себя в будущем или говорит что будущее ужасно и в нем вряд ли произойдет что-то хорошее или если проговаривает такие чувства связанные с будущим, как безысходность, отчаянье, изоляция, ступор стоит логически дополнить интервью блоком вопросов проясняющих отношение ребенка к собственной смерти.

Сфера отношения к собственной смерти

1. Возникали ли у тебя в сложных, тупиковых ситуациях мысли о том, что было бы лучше умереть?
2. Ты размышлял когда-нибудь о самоубийстве?
3. Когда ты последний раз думал об этом?
4. Как ты себе это представлял?
5. Ты думал, каким способом ты бы себя убил?

Далее важно у подростка прояснить детальность плана

Способ	Проясняющие вопросы
Таблетки	<p>А ты уже думал, где бы ты взял таблетки?                      Если в аптеке, то ты знаешь в какой аптеке ты бы купил?                      А ты уже знаешь, какие это были бы таблетки?                      А ты размышлял сколько таблеток нужно выпить чтобы умереть?                      А в какое время суток ты бы сделал это? Почему именно это время?                      Где бы ты это сделал дома или в другом месте?                      А кто бы тебя нашел?                      А какое было бы за окном время года?                      А почему именно этот период?</p>
Перерезание вен	<p>А чем ты планируешь порезать себя?                      Где ты планируешь взять лезвия/нож?                      А что это будет за лезвия?                      Ты уже знаешь, как глубоко нужно резать?                      Ты пробовал уже резать себя?                      А в какое время суток ты бы сделал это? Почему именно это время?                      Где бы ты это сделал, дома или в другом месте?                      А в какой комнате ты бы это сделал?                      А кто бы тебя нашел?                      А какое было бы за окном время года?                      А почему именно этот период?</p>
Огнестрельное оружие	<p>А где бы ты взял ружье/пистолет?                      А ты умеешь заряжать ружье/пистолет?                      А ты стрелял когда-нибудь?                      А в какое время суток ты бы сделал это? Почему именно это время?                      Где бы ты это сделал дома или в другом месте?                      А в какой комнате ты бы это сделал?                      А кто бы тебя нашел?                      А какое было бы за окном время года?                      А почему именно этот период?</p>

Способ	Проясняющие вопросы
Повешенье	<p>А ты размышлял уже, где возьмешь верёвку?</p> <p>А ты уже знаешь, как правильно завязать узел?</p> <p>А у тебя есть представления в какой комнате и к чему ты бы прикрепил веревку?</p> <p>А в какое время суток ты бы сделал это? Почему именно это время?</p> <p>А кто бы тебя нашёл?</p> <p>А какое было бы за окном время года?</p> <p>А почему именно этот период?</p>
Падение с высоты	<p>Ты уже размышлял о том откуда ты бы мог спрыгнуть?</p> <p>Это какой-то конкретный дом/мост?</p> <p>Ты уже думал, как попадёшь туда?</p> <p>У тебя уже есть представления, какой этаж? Балкон это или крыша?</p> <p>А какое было бы за окном время года?</p> <p>А почему именно этот период?</p>

В результате беседы обратить внимание на:

- Летальность излагаемого плана;
- Доступность средств;
- Насколько специфичны детали.

Детальность и подробность плана указывает на высокий суицидальный риск. Если подросток описывает все в подробностях, и проговаривает точную дату и время следующим этапом проводится кризисная интервенция.

# Приложение

## МЕТОДИКА: ЛИСТ ЖИЗНЕННЫХ СОБЫТИЙ ПОДРОСТКА

Инструкция. Перед вами список жизненных событий. Прочитайте описание каждого события. Если подобное событие было в вашей жизни, оцените свои чувства и переживания. Негативные чувства (страх, печаль, горе, обида и др.) отмечайте знаком «-», позитивные чувства (радость, счастье и др.) отмечайте знаком «+». Оцените, как сильно выражено каждое чувство, используя числа от 0 (никаких чувств) до 10 (максимально выраженное чувство).

СОБЫТИЕ	+/-	0-10
Смерть одного из родителей		
Смерть бабушки, дедушки		
Смерть близкого друга ребенка		
Смерть брата или сестры		
Развод родителей		
Примирение родителей после развода		
После развода кто-то из родителей влюбляется		
Повторное замужество родителя		
Родители начали пить, употреблять наркотики		
Кто-то из родителей попадает в тюрьму		
Рождение брата или сестры		
Брат или сестра уходят из дома (в связи с женитьбой, замужеством, работой в другом городе и др.)		
После длительного перерыва мама начала работать		
Резкое увеличение/снижение семейного бюджета		
Существенное улучшение финансового состояния семьи		
Серьезная болезнь матери или отца, требующая госпитализации		
Серьезная болезнь брата или сестры, требующая госпитализации		
Изменения в работе матери или отца, из-за которых он или она мало бывает дома		
Потеря работы отцом или матерью		
Смена места жительства		
Повторное замужество мамы/папы		
У отца или мамы депрессия		
Появление в семье мачехи или отчима		
Рождение брата или сестры		
Твои родители усыновили (удочерили) ребенка		
Отъезд из дома надолго (без родителей и других родственников)		
Появление в доме домашнего животного		
Пропажа домашнего животного		

Смерть домашнего животного		
Собственная серьезная болезнь, травма или госпитализация		
Серьезная болезнь, травма или госпитализация		
Сексуальные домогательства со стороны старшего, более сильного		
Моральное унижение, оскорбление		
Физическое наказание		
Серьезный успех в чем-либо		
Увеличение количества ссор с родителями		
Уменьшение количества ссор с родителями		
Ссора с другом или подругой, приведшая к разрыву отношений		
Родители против твоих друзей		
Сильное отставание от класса		
Переход в новую школу, в новый класс		
Посещение врача при угрозе на серьезное, опасное заболевание		
Экзамены при поступлении в новую школу		
Исключение из школы		
Ощущение, что ты хуже всех		
Приобретение физических недостатков, заметных окружающим		
Несчастливая любовь		
Счастливая любовь		
Внебрачное отцовство до совершеннолетия		
Внебрачная беременность до совершеннолетия		
Серьезный проступок, повлекший привод в полицию		
Невозможность осуществить желание посещать церковь, воскресную школу (в связи с несогласием родителей)		
Начало употребления табака (курение)		
Начало употребления алкоголя		
Ухудшение взаимоотношений со сверстниками		
Существенное улучшение взаимоотношений со сверстниками		
Наличие у тебя врожденных физических отклонений, заметных окружающим		
Появление физических признаков взросления		

## Обработка и оценка полученных результатов

Обработка результатов ведется путем суммирования поставленных испытуемым баллов (от 1 до 10):

- 1) подсчитывается общее количество баллов, поставленных испытуемым;
- 2) результат сопоставляется с нормативными показателями, см. табл. 4.34.

Ключ

Таблица 434

Количество баллов	Характеристика	Примечания
0-40	Состояние стресса испытуемому не свойственно	Оно может иметь и не иметь характера психологической защиты
41-260	Нормальный уровень стресса	Необходим для адаптации и продуктивной деятельности
261-300	Несколько повышенный уровень стресса	Легко обратимый характер изменений
301-340	Явно повышенный уровень стресса	Неадаптивный характер стресса, преморбидное состояние
341 и более	Очень высокий уровень стресса	Патологические состояния

При необходимости отдельно рассматриваются данные по событиям в жизни семьи (п. 1—29) и по событиям в жизни самого подростка (п. 30—62) и анализируется, какие обстоятельства вызвали у него наиболее сильные переживания. Важным моментом будет понимание, как подросток справился.

## СКРИНИНГ-ИНТЕРВЬЮ С РОДИТЕЛЕМ

## I. ВОПРОСЫ ДЛЯ РОДИТЕЛЯ НАПРАВЛЕННЫЕ НА ИССЛЕДОВАНИЕ ДЕПРЕССИВНОГО СОСТОЯНИЯ У РЕБЕНКА

1. Какое настроение у ребенка преобладает последнее время?
  - Замечали ли Вы, что ребенок последнее время выглядит более печальным и подавленным?
2. Замечали ли Вы, что ребенок стал более апатичным, вялым?
3. Бывало ли, что ребенок в разговоре с Вами жаловался на скуку и потерю интереса?
  - Как часто подросток говорит об этом?
4. Можете ли вы сказать, что подросток последнее время часто жалуется на непонятные боли в разных частях тела?
5. Замечали ли Вы изменение в режиме сна ребенка?
6. Сколько часов спит ребенок, высыпается или нет?
  - Если сон подростка изменился, с чем Вы это связываете?
7. Можете ли Вы сказать, что ваш ребенок стал более медлительным, неусидчивым?
8. Есть ли у подростка проблемы с тем, чтобы сосредоточиться или сконцентрироваться на чем-то?
9. Замечали ли Вы, что в последнее время успеваемость ребенка ухудшилась?
10. Замечали ли Вы что ребенок стал больше или наоборот меньше есть?
  - С чем Вы это связываете?

Педагогу-психологу, необходимо уточнить наличие объективных причин в изменении настроения, сна, аппетита у ребенка.

## II. ВОПРОСЫ ДЛЯ РОДИТЕЛЯ НАПРАВЛЕННЫЕ НА ПРОЯСНЕНИЕ АНТИВИТАЛЬНЫХ ПЕРЕЖИВАНИЙ

Ответьте пожалуйста на ряд вопросов о эмоциональном состоянии подростка:

ПРИЗНАКИ ВОЗМОЖНОГО НАЛИЧИЯ СУИЦИДАЛЬНЫХ МЫСЛЕЙ У ПОДРОСТКА	
I. Эмоции	
У ребёнка большую часть времени устойчиво сниженный фон настроения от подавленности до раздражения.	
Вы наблюдаете у ребёнка высокий уровень тревоги.	
Насторожить родителей должны постоянное беспокойство ребенка, его повышенная тревожность, возможный интенсивный страх, ожидание беды.	
Ощущение собственной неудачливости, бесполезности, проговаривается тема потери надежды	
II. Переживания	
Переживания брошенности, ненужности, одиночества (например, ребёнок говорит: «Всем было бы лучше, если бы меня не было. Я всем приношу только вред»).	
Чувство вины. Подросток допускает самоуничижительные высказывания, «копается» в себе, обвиняет себя в неудачах, неприятностях, проблемах.	
Высказывается негативно о своей личности, окружающем мире и будущем: потеря перспективы будущего.	
Подросток заводит разговоры о бессмысленности жизни, о смерти. Задаёт вопросы родителям «А как бы вы жили, если бы я не родился?», «А как вы будете жить, если меня не будет?»	
III. Ощущения в теле	
«Душевная боль». Чувство тяжести за грудиной – «душа болит». Она приносит реальные физические страдания, чаще наблюдается при подавленности, отчаянии.	
IV. Поведение	
Поисковые запросы в интернете и публикации на страницах в соцсетях на тему смерти, суицида, брошенности, непонятости указывают на то, что мысли о причинении себе вреда могут занимать ум ребенка.	
Демонстрирует необычное, нехарактерное для данного ребенка поведение (более безрассудное, импульсивное, агрессивное; несвойственное стремление к уединению, снижение социальной активности у общительных детей, и наоборот, возбужденное поведение и повышенная общительность у малообщительных и молчаливых).	
Подросток символически прощается со своим окружением – просит у всех прощения, раздаривает вещи, особенно субъективно значимые для него.	
ПРИЗНАКИ ВОЗМОЖНОГО НАЛИЧИЯ САМОПОВРЕЖДАЮЩЕГО ПОВЕДЕНИЯ У РЕБЕНКА	
Носит вещи с длинными рукавами не в сезон	
Проводит много времени в ванной комнате	
Необъяснимые порезы или ушибы, ожоги или другие травмы	
Исчезновение бритвенных лезвий, ножниц, ножей, пластырей	
Долгое заживление ран	

## МЕТОДИКА: ЛИСТ ЖИЗНЕННЫХ СОБЫТИЙ ПОДРОСТКА

Инструкция: Отметьте пожалуйста события, которые происходили в вашей семье и жизни ребенка за последний год

СОБЫТИЕ	
Смерть одного из родителей	
Смерть дедушки, бабушки	
Смерть близкого друга ребенка	
Развод	
Примирение после развода	
После развода кто-то из родителей ребенка влюбляется	
Повторное замужество родителя ребенка	
Родители ребенка начали пить, употреблять наркотики	
Ваш супруг/супруга попадает в тюрьму	
Появление еще одного ребенка в семье	
Брат или сестра ребенка уходят из дома (в связи с женитьбой, замужеством, работой в другом городе и др.)	
После длительного перерыва мама ребенка начала работать	
Резкое увеличение/снижение семейного бюджета	
Серьезная болезнь одного из родственников ребенка	
Изменения в работе у вас или супруга/супруги, из-за которых он или она мало бывает дома	
Потеря работы	
Смена места жительства	
Отъезд из дома надолго (без родителей и других родственников)	
Появление в доме домашнего животного	
Пропажа домашнего животного	
Смерть домашнего животного	
Серьезная болезнь ребенка, травма или госпитализация	
Сексуальные домогательства ребенка со стороны старшего, более сильного	
Моральное унижение, оскорбление ребенка	
Физическое наказание ребенка	
Серьезный успех ребенка в чем-либо	
Увеличение количества ссор в семье	
Ссора ребенка с другом или подругой, приведшая к разрыву отношений	
Переход ребенка в новую школу, в новый класс	
Посещение врача при угрозе на серьезное, опасное заболевание	

Экзамены при поступлении в новую школу	
Исключение ребенка из школы	
Приобретение ребенком физических недостатков, заметных окружающим	
Несчастливая любовь у ребенка	
Счастливая любовь у ребенка	
Внебрачное отцовство до совершеннолетия	
Внебрачная беременность до совершеннолетия	
Серьезный проступок, повлекший привод в полицию	
Невозможность осуществить желание посещать церковь, воскресную школу (в связи с несогласием родителей)	
Начало употребления ребенком табака (курение)	
Начало употребления ребенком алкоголя	
Ухудшение у ребенка взаимоотношений со сверстниками	
Существенное улучшение взаимоотношений со сверстниками	
Наличие врожденных физических отклонений, заметных окружающим	
Появление физических признаков взросления	