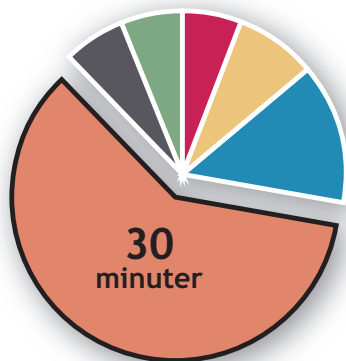


Dagens fokus: skola



Steg 1

Varför fokus läggs på skola

➔ Beskriv tillsammans med familjen betydelsen av en fungerande skolgång för att må bra. Den...

- ger känsla av sammanhang
- upprätthåller goda rutiner
- ger struktur i form av schemalagda aktiviteter
- ger tillfälle att träffa kompisar
- underlättar god relation till föräldrar.

Steg 2

Aktuell skolsituation

➔ Beskriv hur du uppfattat skolsituationen. Ta reda på om du uppfattat det rätt.

Be vid behov familjen komplettera avseende

- närvaro
- måluppfyllelse
- behov av extra stöd

- relation till lärarna
- kamratrelationer
- mobbning och utanförskap
- annat som gör det svårt och belastande att gå till skolan.

Undvik att fastna i enskilda punkter utan ta bara reda på att du uppfattat saker rätt.

Steg 3

Depressionens påverkan på skolsituationen

➔ Gå tillsammans med familjen igenom hur symptom på depression påverkar skolarbetet.

- Koncentration, uthållighet, minne och beslutsfattande.
- Motivation, irritabilitet, oro och hopplöshetskänslor.
- Sömnsvårigheter, trötthet och bristande matlust.

Steg 4

Information som ska lämnas till skolan

➔ Fråga ungdomen och därefter föräldrar vad som skulle vara till hjälp.

Komplettera vid behov.

- Vara i skolan men få anpassade krav.
- Få extra hjälp och stöd.
- "Sjukskrivas" från prov och inlämningar.
- Skolan kartlägger hur ungdomen ligger till i respektive ämne och gör en realistisk planering.
- Skolan tar bort uppgifter som inte är helt nödvändiga och hjälper till med prioritering.
- Skolan schemalägger uppgifter utifrån ungdomens ork och fungerande under dagen.
- Skolan har täta avstämningar med elev och föräldrar, gärna veckovis.

- relation till lärarna
- kamratrelationer
- mobbning och utanförskap
- annat som gör det svårt och belastande att gå till skolan.

Undvik att fastna i enskilda punkter utan ta bara reda på att du uppfattat saker rätt.

Steg 3

Depressionens påverkan på skolsituationen

➔ Gå tillsammans med familjen igenom hur symptom på depression påverkar skolarbetet.

- Koncentration, uthållighet, minne och beslutsfattande.
- Motivation, irritabilitet, oro och hopplöshetskänslor.
- Sömnsvårigheter, trötthet och bristande matlust.

Steg 4

Information som ska lämnas till skolan

➔ Fråga ungdomen och därefter förälder vad som skulle vara till hjälp.

Komplettera vid behov.

- Vara i skolan men få anpassade krav.
- Få extra hjälp och stöd.
- "Sjukskrivas" från prov och inlämningar.
- Skolan kartlägger hur ungdomen ligger till i respektive ämne och gör en realistisk planering.
- Skolan tar bort uppgifter som inte är helt nödvändiga och hjälper till med prioritering.
- Skolan schemalägger uppgifter utifrån ungdomens ork och fungerande under dagen.
- Skolan har täta avstämningar med elev och föräldrar, gärna veckovis.

Undvik att bli en föreläsare utan försök i stället få ungdomen och föräldrarna att själva hitta åtgärder som de tror skulle hjälpa.

➔ Kom tillsammans fram till

- hur skolan kan bemöta eventuell irritabilitet
- hur skolan kan göra för att hjälpa ungdomen att stanna kvar när det känns tungt
- hur skolan tillsammans med familjen följer upp skolsituationen.

Om det förekommer mobbning eller utanförskap behöver skolan informeras och påbörja arbete utifrån skolans handlingsplaner.

➔ Lämna broschyren "Om depression – information till skola" som familjen kan ta med till skolan.

Steg 5

Bestäm hur informationen till skolan ska förmedlas

➔ Föreslå att föräldrarna informerar skolan och fråga sedan familjen om

- vem på skolan som ska informeras som i sin tur kan informera övrig personal
- när skolan ska informeras.

Undvik att själv bli den som tar ansvar för att prata med skolan om det inte är nödvändigt, eftersom det är viktigt att familjen själv är aktiv i behandlingen.