



## Meðferðarpáttur 1: Bakgrunnur og þróun sambanda

**Bakgrunnur** (fyllt út af meðferðaraðila, skoðaðu handbók fyrir frekari spurningar)

**Ástæður fyrir að vilja koma í meðferð** („Getur þú sagt mér stuttlega frá því af hverju þú vildir koma í þessa meðferð / hver er ástæðan fyrir því að þú ert á Laugarási? Hefur þú einhverja hugmynd um hvað gæti hafa valdið þessum vandamálum?“)

**Félagssaga** („Hvernig býrðu? Ein/-n, með maka, áttu börn? Ertu að vinna? Ef ekki, af hverju ekki?“)

**Fjölskyldusaga** („Áttu einhverja ættingja? Hvernig eru samskiptin við þá / kemur þér saman við þá? Styðja þeir þig? Veit fjölskyldan þín af geðrofseinkennum þínum?“)

**Félagsleg tengsl** („Áttu vini eða góða kunningja? Hversu oft ertu í samskiptum við þá? Finnur þú fyrir stuðningi frá þeim?“)

**Streituvaldandi atburðir** („Sumt fólk upplifir eitthvað slæmt, til dæmis heimilisofbeldi eða slys. Hefur þú upplifað eitthvað slíkt; og geturðu sagt mér frá því stuttlega? Hefur það ennþá áhrif á þig í dag?“)

**Áfengi og vímuefni** („Drekkur þú reglulega áfengi? En annarra vímuefna?“ Ef já: „Hvaða vímuefni og hversu oft? Tekur þú önnur lyf en þér eru ávísuð, eða á annan hátt?“)

**Ranghugmyndir** (t.d. „Hefur þú nýlega eða einhvertímann haft á tilfinningunni: ...að einhver sé að njósna um þig eða með samsæri gegn þér? ...að þú sért að fá sérstök skilaboð, til dæmis í gegnum sjónvarpið“); sjá einnig vinnublað 1.1 um ranghugmyndir

**Hugsanalestur** („Finnst þér eða hefur þér einhvertímann fundist eins að aðrir geti lesið hugsanir þínar eða haft áhrif á þær á einhvern hátt? Finnst þér eða hefur þér einhvertímann fundist eins og þú getir lesið hugsanir annarra eða haft áhrif á þær?“)

**Ofskynjanir** („Hefur þú einhvertímann heyrt (séð / fundið lykt af / fundið bragð af) eitthvað sem aðrir skynja ekki? Er eitthvað furðulegt að gerast í líkama þínum? Heyrir þú raddir sem annað fólk heyrir ekki?“)

**Hugsanatrufun** (hugsanir samhengislausar eða halda ekki þræði, hugsanastopp); „Hefur þú á tilfinningunni að hugsanir þínar hafa breyst, til dæmis, að þú hafir nú of margar hugsanir eða að þú fáir engar hugsanir?“)

**Innsæi í einkenni** („Finnst þér þú eiga við geðræn vandamál að stríða?“. Ef sjúklingur hefur verið greindur með geðrofsröskun: „Hvað finnst þér um þessa greiningu „geðrof“? Ertu sammála henni?“)

**Liðan** („Hvernig hefur þér liðið upp á síðkastið? Hefur þú oft verið dapur/döpur? Finnur þú stundum fyrir tilfinningum s.s. depurð eða gleði, eða finnst þér tilfinningar þínar vera daufar/eða ekki til staðar? Breytist liðan þín stundum mjög skyndilega?“)

**Svefn/matarlyst** („Hefur þú átt í erfiðleikum með að sofa upp á síðkastið? Hvernig hefur matarlystin þín verið?“)

**Áhugahvöt** („Hvað með orku/drifkraft til að gera hluti? Tekur þú þátt í einhverri virkni?“ Ef ekki: „Af hverju ekki? Áttu erfitt með að koma þér af stað á morgnanna?“)

**Sjálfskaðandi hegðun og hugsanir** („Heldur þú að það væri betra að vera ekki á lífi?“ Ef já, kannaðu enn frekar: „Hefur þú einhvertímann hugsað um að taka eigið líf? Varstu með nákvæma áætlun um hvernig þú myndir gera það? Getur þú bælt þessum hugsunum frá þér“ Ef um bráða sjálfsvígshættu er að ræða: hafðu strax samband við meðferðaraðila viðkomandi varðandi frekara mat og mögulega innlögn.....

**Kvíði** („Ertu oft hrædd/hræddur? Hvað ertu hrædd/hræddur við? Hvernig kemur þessi ótti fram líkamlega?“)

**Félagsleg einangrun/félagskvíði** („Ertu hrædd/hræddur við að aðrir veiti þér athygli? Hvað hræðist þú? Kýst þú frekar að vera ein/einn? Líður þér vel í kringum annað fólk?“ Ef ekki: „af hverju ekki“?)

**Forðun og öryggishegðun** („Eru ákveðnir hlutir sem þú reynir að forðast að gera í daglegu lífi? Hvað hræðist þú? Gerðir þú hluti áður sem þú forðast að gera núna?“)

**Práhyggju hegðun** („Eru ákveðnar hugsanir sem koma endurtekið upp í hugann, jafnvel þótt þú viljir það ekki? Hvernig hugsanir eru það? Eru ákveðnir hlutir/athafnir sem þér finnst þú þurfa að gera, jafnvel þótt það virðist kjánalegt, s.s. að hafa stjórn á einhverju, telja eða raða?“)

**Líkamleg heilsa** („Hvernig líður þér líkamlega eins og er? Hefur þú áhyggjur af líkamlegri heilsu þinni? Hefur þú farið til læknis vegna þessa?“)

**Minnkuð stjórn** („Finnst þér fólk oft reita þig til reiði? Lendirðu oft í rifrildum við aðra? Í hvaða aðstæðum gerist þetta?“)

**Athygli/minni** („Ertu góð/-ur í því að fylgja samræðum? Getur þú einbeitt þér að bók/bíómynd? Gleymir þú oft hlutum?“)

**Áttun?** („Áttu erfitt með að rata? Geturðu sagt mér hvaða dagur er í dag? Áttu erfitt með að skipuleggja daglegt líf?“ Spurðu einungis ef grunur er um vitræna skerðingu)