

Kartläggning depression

Vilket är det huvudsakliga problemet (kan du beskriva den främsta anledningen till varför du är här och träffar mig)?

När uppstår detta problem (finns det några särskilda mönster i detta, dagar/månader, särskilda triggers som gör att du mår sämre, tidpunkter när du mår lite bättre)?

Var händer det eller blir särskilt påtagligt? (specificera: särskilda platser tex. hemma, utanför hemmet, situationer då du mår lite bättre)

Med vem (får någon eller särskilda personer problemet att bli större, finns det någon som får dig att må bättre, förklara på vilket sätt)?

Vilka orostankar far genom ditt huvud när du mår på det här sättet?

Fluktuation i symptom

Skala på intensitet vad gäller känslor relaterat till ovanstående (använd en skala)

Duration (av symptom, hur länge håller sig fluktuationer i sig)

Överskottsbeteenden (beteenden patienten har börjat göra för att hantera sitt problem, t.ex. undvika telefonen, shoppa när det inte är mycket människor ute, dricka alkohol, sova mer etc).

Undvikande (vad undviker patienten för att hantera svåra känslor, arbete, sociala interaktioner?)

Funktionell analys över problemet (använd en nyligen inträffad situation för att få en detaljerad bild, eftersök beteenderesponser på ökade depressiva symtom, och dess konsekvenser)

Situation/antecedent	Automatisk reaktion	Beteende	Konsekvens
	Tänkar: Känsla: Kroppsliga reaktioner: Impuls att agera:		

Hur påverkar problemen det vardagliga fungerandet? (leta efter negativa konsekvenser på hur personen interagerar med sin omvärld, sociala relationer, familj, dagliga göromål etc. tidigare positivt förstärkta aktiviteter)

Debut (utlösande händelser, som kan vara relaterade till en förändring till sättet att engagera sig i världen)

Tidigare behandlingar (för liknande besvär/annan psykisk ohälsa)

Alkohol/droganvändning

Riskbedömning (fråga om suicidtankar, intention, planer, tidigare försök etc.)