

## Bilaga 2: Information till kontaktman om tidiga tecken

NN arbetar med ett material som heter Steg för Steg. Vi önskar din hjälp med att genomföra en hemuppgift. NN kommer till dig med arbetsbladet *Mina tidiga Varningstecken*. Diskutera innehållet tillsammans eller hjälp hen att fylla i arbetsbladet.

Det finns mycket att vinna på ett tidigt agerande vid tecken på återfall. Ofta kan återfallet hindras eller mildras. Återfall föregås nästan alltid av tecken på att allt inte står rätt till. Vi kallar dessa för Tidiga Varningstecken.

Till tidiga varningstecken räknas alla sorters beteendeförändringar. Om en person ändrar sina dagliga vanor kan det vara ett varningstecken. En annan typ av individspecifika varningstecken är ökning av vanföreställningar, tanke-störningar och röster. Även reaktioner på stress är varningstecken

Det individen gör för att skydda sig mot dessa tidiga symtom är också användbara tidiga tecken. Att isolera sig hemma är en vanlig reaktion.

När varningstecknen just börjat visa sig har personer med psykos lättare för att se vilka stressfaktorer de är utsatta för. Det gör det möjligt att vidta specifika stressminskande åtgärder. Efter ett tag förlorar ofta patienten förmågan att se stressfaktorer. Dessutom kan viljan till samarbete avta.

Fyll i arbetsbladet för tidiga varningstecken.

Brukaren bör själv skriva när ni tillsammans fyller i blanketten. En del kan redan vara ifyllt. Stämmer det som är ifyllt med din erfarenhet av personen?

Beskriv brukarens tidiga varningstecken tydligt och konkret. Skriv till exempel inte oro, utan hur oron yttrar sig i det dagliga livet. Försök hitta tre varningstecken.

Beskriv klart vad som skall göras när varningstecken visar sig. Första åtgärd är alltid att kontakta dig som kontaktman. Andra åtgärder kan vara att ta sin medicin noga, tala med anhöriga eller annat.

Fyll i namn på ytterligare personal och anhöriga som brukaren kan kontakta när varningstecknen visat sig.

Fyll i vad patienten vill att andra skall göra när de misstänker tidiga tecken. Vanligast är att anhöriga tar kontakt med dig eller någon annan viktig person.

Behåll gärna en kopia av blanketten. Den andra tar brukaren med sig tillbaka till gruppen.

## Mina tidiga varningstecken

Det finns risk för återfall om jag har något av följande varningstecken:

---

---

---

---

Om jag märker något varningstecken ska jag:

---

---

---

Jag skall också kontakta någon i personalen som känner mig väl som heter:

Namn: \_\_\_\_\_ Tel: \_\_\_\_\_

Ytterligare personal jag kan kontakta är:

Namn: \_\_\_\_\_ Tel: \_\_\_\_\_

En närstående eller annan person som kan hjälpa till med tidiga varningstecken är:

Namn: \_\_\_\_\_ Tel: \_\_\_\_\_

Om jag har varningstecken vill jag att andra personer ska:

---

---

## Bilaga 3: Kontinuerlig skattning

Beskriv noga och så konkret som möjligt den svårighet som skattas.

Skattning: 8 = maximala svårigheter eller problem, 0 = inga svårigheter.

Viktiga svårigheter (problem, symtom)

8														
7														
6														
5														
4														
3														
2														
1														
0														
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14

Social funktion

8														
7														
6														
5														
4														
3														
2														
1														
0														
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14

Aktuell belastning

8														
7														
6														
5														
4														
3														
2														
1														
0														
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14

## Bilaga 4: Sessionsrapport

Datum: \_\_\_\_\_ Avsnitt (sidor i manualen): \_\_\_\_\_

Närvarande grupphandledare: \_\_\_\_\_

Närvarande deltagare: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Hur genomfördes hemuppgifterna? \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Hur klarade deltagarna att genomföra dagens session? \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Hur klarade grupphandledarna att genomföra dagens session? Möjliga förbättringar.

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Hemuppgifter till nästa session: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Planering av nästa session: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

## Bilaga 5: Skattning av programtrohet

Mats och Eva-Lena Borell

Moment	Ja	Nej
Har du anpassat val av kapitel till din bedömning av brukarens behov samt hans önskan om förändring?		
Har du samtalat med brukaren om inledningarna i de kapitel du arbetat med utifrån det som gäller i brukarens eget liv och hans egna åsikter?		
Har du frågat efter och fått en god uppfattning om och förståelse för brukarens egna kunskaper inom de områden ni arbetat med?		
Har du kompletterat brukarens kunskap med din egen?		
Har du och brukaren tillsammans formulerat övergripande riktningar, långsiktiga mål och delmål för hur brukaren kan närma sig dessa?		
Har ni använt övningar (rollspel) när ni arbetat med SFS?		
Har ni använt arbetsbladet Nå mål och lösa problem?		
Kan brukaren använda problemlösning på egen hand?		
Har ni arbetat strukturerat med att skaffa resurser, exempelvis inför hemuppgifter eller som en del av problemlösningar?		
Har du stöttat brukaren att vara förberedd på oväntade händelser genom att arbeta med följdproblem?		
Har ni arbetat med olika hemuppgifter inom avsnitten i SFS? Har du i så fall följt upp dessa noga vid kommande träff?		

## Bilaga 6: Brukarens nöjdhet

Mats och Eva-Lena Borell

Jag känner att handledaren och andra i gruppen lyssnar på mig

1	2	3	4
---	---	---	---

Jag har fått möjlighet att tala om hur jag ser på det vi arbetat med

1	2	3	4
---	---	---	---

Jag känner mig välkommen till gruppen/handledaren

1	2	3	4
---	---	---	---

Det vi pratat om har varit viktigt för mig och gällt saker i mitt eget liv

1	2	3	4
---	---	---	---