

Registreringsskema for familieassistering ved OCD hos voksne

Registreringsskema for pårørende

Udfyldes af

Navn

Relation til personen med OCD

Dato

Periode der vurderes

Kort instruktion

Tag udgangspunkt i de OCD-mønstre, som allerede er identificeret i behandlingen.

Tænk på de seneste 7 dage, og sæt én score fra 0 til 4 for hvert punkt. Brug skemaet til at få øje på situationer, hvor velment hjælp kan komme til at give OCD sikkerhed, kontrol eller undgåelse.

Svarskala

Tænk på de seneste 7 dage.

0

aldrig

1

1 dag

2

2 til 3 dage

3

4 til 6 dage

4

hver dag eller næsten hver dag

Afsnit 1: Pårørendes reaktioner på OCD

Sæt én score fra 0 til 4 for hvert punkt. Tænk på de seneste 7 dage.

Punkter 1-8

- 1

Jeg har givet gentagen forsikring, beroligelse eller bekræftelse, når personen med OCD søgte sikkerhed.

0 1 2 3 4
- 2

Jeg har bekræftet, at et tjek, en vask, en gennemgang eller et ritual var gjort godt nok.

0 1 2 3 4
- 3

Jeg har ventet på, at personen med OCD blev færdig med ritualer, tjek, gentagelser eller mental gennemgang.

0 1 2 3 4
- 4

Jeg har deltaget direkte i ritualer, for eksempel ved at tjekke, vaske, gentage, svare på bestemte måder eller gøre ting i en bestemt rækkefølge.

0 1 2 3 4
- 5

Jeg har gjort noget, der gjorde det lettere for personen med OCD at gennemføre en tvangshandling.

0 1 2 3 4
- 6

Jeg har skaffet eller tilpasset ting, som blev brugt til ritualer eller sikkerhedsadfærd.

0 1 2 3 4
- 7

Jeg har hjulpet personen med OCD med at undgå steder, ting, ord, emner, personer eller situationer.

0 1 2 3 4
- 8

Jeg har undladt at sige eller gøre bestemte ting for ikke at udløse OCD-ubehag.

0 1 2 3 4

Afsnit 1: Pårørendes reaktioner på OCD

Sæt én score fra 0 til 4 for hvert punkt. Tænk på de seneste 7 dage.

Punkter 9-16

9 Jeg har ændret rutiner i hjemmet på grund af OCD. 0 1 2 3 4

10 Jeg har hjulpet med beslutninger, som personen med OCD havde svært ved at træffe på grund af tvivl, ubehag eller behov for sikkerhed. 0 1 2 3 4

11 Jeg har overtaget praktiske opgaver eller ansvar, som personen normalt selv ville kunne udføre. 0 1 2 3 4

12 Jeg har dækket over, forklaret eller undskyldt personens fravær, forsinkelse eller funktionsbesvær på grund af OCD. 0 1 2 3 4

13 Jeg har accepteret særlige regler, begrænsninger eller usædvanlige forhold i hjemmet på grund af OCD. 0 1 2 3 4

14 Jeg har skåret ned på fritid, søvn, sociale aktiviteter, arbejde eller andre forpligtelser på grund af personens OCD. 0 1 2 3 4

15 Der er opstået pres, konflikt, vrede, gråd eller uro, når jeg ikke har assisteret OCD. 0 1 2 3 4

16 Jeg har selv følt mig belastet, fastlåst eller udmattet af at skulle forholde mig til OCD-mønstret. 0 1 2 3 4

Samlet score:

Afsnit 2: Klinisk markering

Skriv de punkter, der har score 3 eller 4

Skriv de tre punkter, der fylder mest i hverdagen

1.

2.

3.

Hvilken form for assistering virker vigtigst at ændre først?

Afsnit 3: Funktionel analyse

Vælg én konkret situation, som skal undersøges nærmere.

Situation

Hvad presser OCD på for?

Hvad gør den pårørende typisk?

Hvad sker der kort efter?

Hvilket kortvarigt relief opstår?

Hvordan kan mønstret fastholde OCD på længere sigt?

Hvad kunne være støtte uden assistering?

Afsnit 4: Behandlingsaftale

Vi arbejder først med denne form for assistering

Den gamle respons var

Den nye respons skal være

Den pårørende vil stadig støtte ved at

Den pårørende vil ikke længere

Aftalt støttende sætning

Eksempel

"Jeg kan godt se, at det føles svært lige nu. Jeg bliver her sammen med dig, men jeg hjælper ikke OCD ved at give mere sikkerhed."

Afsnit 4: Behandlingsaftale (fortsat)

Når OCD presser på, gør vi dette

Hvis personen med OCD bliver meget urolig, gør vi dette

Hvis den pårørende kommer til at assistere alligevel, gør vi dette bagefter

Afsnit 5: Evaluering

Evalueres næste gang

Hvad lykkedes?

Hvad blev svært?

Hvilken assistering blev reduceret?

Hvilken assistering blev øget?

Skal aftalen fortsætte, justeres eller udvides?

Næste lille trin