



### Pracovní list 11.3. Časné varovné příznaky

**11.3a Seznam:** Které příznaky by mohly signalizovat hrozící návrat psychotické epizody? (Seznam upraven z Behrendt, 2009)

<input type="radio"/> Raději se zavírám doma, než abych dělal něco s druhými lidmi.	<input type="radio"/> Ostatní si myslí, že moje nápady a/nebo chování jsou zvláštní a neobvyklé.
<input type="radio"/> Začal jsem být málomluvný.	<input type="radio"/> Často ztratím nit svých myšlenek.
<input type="radio"/> Začal jsem se cítit nesmělý a nejistý ve společnosti druhých lidí.	<input type="radio"/> Někdy mám pocit, že mě někdo sleduje.
<input type="radio"/> Dělá mi potíže správně pochopit výraz ve tváři druhých a domyslet se, co si druzí asi myslí.	<input type="radio"/> Mé obvyklé prostředí mi někdy připadá nereálné nebo podivné (např. zvláště působivé, tajemné nebo děsivé).
<input type="radio"/> V posledních týdnech jsem měl skleslou, smutnou nebo beznadějnou náladu.	<input type="radio"/> Vnímám zvuky, barvy nebo pachy ve svém okolí neobvykle silně.
<input type="radio"/> Zhoršil se mi spánek a jít mnohem méně (nebo více) než obvykle (změna chuti k jídlu).	<input type="radio"/> Někdy se mi zdá, jako by věci nebo lidé změnili svůj zjev (např. svůj tvar nebo velikost).
<input type="radio"/> Má schopnost hýbat se, myslet a mluvit se zjevně zpomalila.	<input type="radio"/> V poslední době mám stále silnější pocit, že si ze mě druzí dělají legraci, snaží se mě doběhnout nebo mě podvést.
<input type="radio"/> Moje vytrvalost a motivace v učení, v práci nebo během rekreačních činností se výrazně snížila.	<input type="radio"/> Mám stále silnější pocit, že určité události v běžném životě jsou zaměřeny cíleně jenom na mě (např. různé poznámky nebo pokyny z okolí).
<input type="radio"/> Méně než obvykle se starám o své osobní potřeby – o své zdraví, hygienu, šaty, jídlo nebo pořádek v bytě.	<input type="radio"/> Někdy vidím, slyším, chutnám nebo čichám věci, které druzí lidé nevnímají..
<input type="radio"/> Často jsem nervózní, úzkostný nebo napjatý.	<input type="radio"/> Mám pocit, že musím naplnit nějaké zvláštní poslání.
<input type="radio"/> Častěji než obvykle se teď hádám a dohaduji se svými přáteli, rodinou a dalšími lidmi.	<input type="radio"/> Často mám problém rozlišit, co si jen představuji a co je skutečnost.
<input type="radio"/> Rychle si na něco udělám názor a pak mi ho nikdo nedokáže vymluvit.	<input type="radio"/> Cítím se plný energie a jsem odpočinutý už po několika málo hodinách spánku.
<input type="radio"/> Myšlenky se mi někdy v hlavě popletou a zamotají.	<input type="radio"/> Někdy se mi myšlenky náhle přeruší nebo jsou narušeny jinými myšlenkami.
<input type="radio"/> V poslední době mi několik lidí řeklo, že jsem se změnil.	<input type="radio"/>
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>