







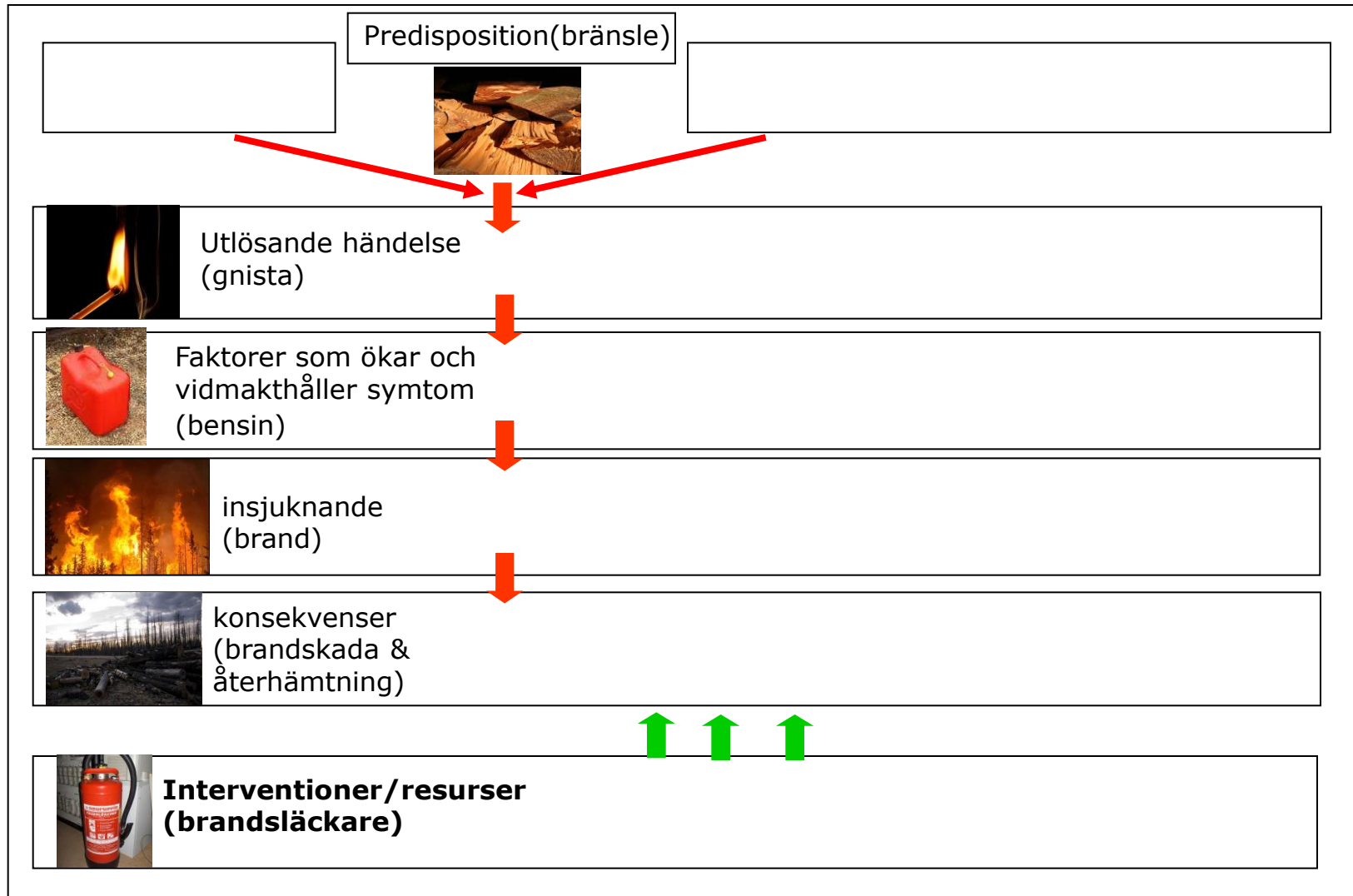
# Metakognitiv Terapi



## **DEL 3: SJUKDOMSMODELL**

predisposition	 bränsle	Exempelvis; en förälder har också haft en psykotisk episod, traumatiska barndomsupplevelser med mera.
utlösande händelse	 gnista	Exempelvis: stress (i arbetet, i relationer) eller andra stressfyllda upplevelser.
faktorer som ökar och vidmakthåller symtom	 bensin	Exempelvis: alkohol eller drogbruk, att avsluta sin antipsykotiska medicinering utan läkares rekommendation.
insjuknande	 brand	Vanföreställningar, synhallucinationer, höra röster, utmattning, depressiva symtom.
konsekvenser	 brandskador och återhämtning	Tillbakadragenhet Arbetslöshet Ensamhet
interventioner/resurser	 brandsläckare	medicinering, Psykoterapi, socialt nätverk, andra terapimetoder (avslappning med flera).

# Individuell sjukdomsmodell



→ arbetsblad 3.1

## Utvecklingen av specifika tankar

Tanke	Varför har tanken detta tema?	Hur är denna tanke associerad med rädsla?	Varför detta tema just nu? Utlöstande faktorer?
<b>Grannarna avlyssnar telefonen</b>	Boende i område som upplevs otryggt, konflikter med grannar tidigare, lyhört i lägenheten	Pågående konflikter mellan grannar, grannen är stark och fysiskt överlägsen samt lättirriterad	Temat har varit aktuellt i media på sistone; nyhetsinslag om fastighetsägare som avlyssnat boende i lägenheter
<b>Förföljd och hotad av maffia</b>	Ofta upptagen av teman i tankarna som rör maffia (filmer, media), grannar från Italien	Maffian är känd för att vara brutal, man vet inte heller hur utbredd den är	Nyligen rapporterade maffiarelaterade mord i en annan stad, att vara i en kris och ha en förhöjd ångestnivå generellt