



Del 4: Attributionstil

Arbetsblad 4.1 Hur förutfattade (en-sidiga) attributioner banar väg för missuppfattningar, t. ex. under psykos– egna exempel

Händelser (exempel: bilen startar inte)	Förklaring under psykos (exempel: "I filmer startar bilar med fastsatt explosiv utrustning inte heller ...")	Alternativa förklaringar (exempel: "Min bil är gammal och jag har inte kört den på länge"; frost)

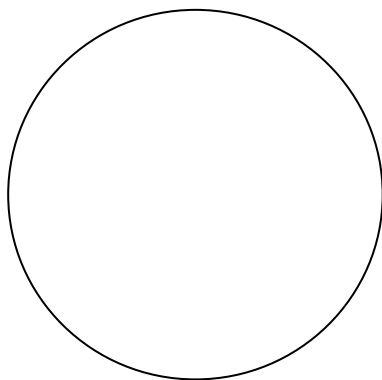


Del 4: Attributionstil

Arbetsblad 4.2 Fallexempel Tina: Förföljelse/märklig lukt: Var god och skatta din övertygelse av varje möjlig förklaring till händelsen. Hur uppskattar du storleken av varje förklaring? Dela in cirkeln i motsvarande delar.

situation/
omständigheter

andra personer



Tina själv

Skriv ner en tolkning som innehåller flera olika förklaringar.



Del 4: Attributionstil



Arbetsblad 4.3 Negativa händelser under förra veckan (stress, gräl, sorg, besvikelse...)

Vad har hänt? (exempel: En vän dök inte upp när ni hade bestämt träff)

Vilken är din huvudsakliga förklaring till händelsen den gången? (exempel: Hon tycker att jag är tråkig)

Vilka konsekvenser får din förklaring? (exempel: Jag är ledsen och känner mig avvisad)

Hur kan du utvärdera situationen på ett annat sätt? Ta lika stor hänsyn till dig själv, andra personer och omständigheter i din förklaring (exempel: någonting dök upp med kort varsel. Jag var ganska ovänlig mot henne när vi träffades senast- hon kanske fortfarande känner sig förolämpad)



Del 4: Attributionstil



Arbetsblad 4.4 Positiva händelser under förra veckan (komplimanger, bekantskap, inbjudan...)

Vad har hänt? (exempel: Jag tog en trevlig promenad med en vän och vi hade ett bra samtal)

Vad är din huvudsakliga förklaring till händelsen den gången? (exempel: Solen sken)

Vilka konsekvenser får din förklaring? (exempel: Jag känner mig osäker. Jag vet inte om min vän bara uppträdde trevligt på grund utav det fina vädret eller det bra samtalet.)

Hur kan du utvärdera situationen på ett annat sätt? Ta lika stor hänsyn till dig själv, andra personer och omständigheter i din förklaring (exempel: Det var min idé att ta en promenad och min vän sa ja direkt; vi hade verkligen ett bra samtal och dåligt väder hade inte ändrat någonting.)



Del 4: Attributionstil

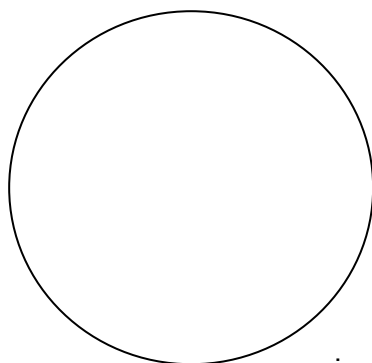
Arbetsblad 4.5 Attribution: Omständigheter, andra, och jag själv!

Dina egna idé(er):

Vilka är de möjliga förklaringarna? Var god och skatta din övertygelse av varje potentiell förklaring till händelsen. Hur uppskattar du storleken av varje förklaring? Dela in cirkeln i motsvarande delar.

andra
personer

omständigheter



jag själv

Skriv ner olika möjliga orsaker/förklaringar:

Jag själv:	
Andra personer:	
Omständigheter:	



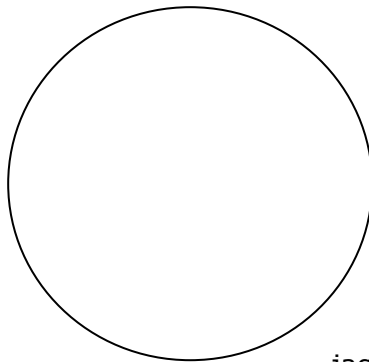
Del 4: Attributionstil

Arbetsblad 4.6 Röster: Omständigheter, andra, och jag själv!

Du hör en röst som ingen annan hör. Vilka möjliga förklaringar finns till detta? Var god och skatta din övertygelse av varje möjlig förklaring för händelsen. Hur uppskattar du storleken av varje förklaring? Dela in cirkeln i motsvarande bitar.

andra
personer

omständigheter



jag själv

Skriv ner möjliga orsaker/förklaringar:

Jag själv:	
Andra personer:	
Omständigheter:	