

Positiv reformulering av kritikk og tilhørende kunnskap og generalisering

1. OLE ER SÅ LAT OG LIGGER PÅ SOFAEN HELE TIDEN

Reformulering: Så det du sier er at Ole mangler energi nå etter han ble syk og at han derfor ligger mye på sofaen.

Kunnskap: Å ha lite energi er regnet som et negativt symptom. Det kan oppleves som veldig slitsomt og stressende for Ole

Generalisering: Jeg har møtt flere pårørende som forteller at det er vanskelig å skille mellom negative symptom og det å være lat, men hvis vi forstår det riktig kan vi hjelpe Ole med å delta i hverdagen.

2. KARI HAR BLITT SÅ OVERVEKTIG ETTER AT HUN BEGYNTE PÅ MEDISINER

Reformulering: Så det du sier er at Kari strever med vekta etter at hun begynte på medisiner

Kunnskap: Vektøkning er en kjent bivirkning ved noen medikamenter. Noen beskriver at metthetsfølelsen er litt forsinket.

Generalisering: Mange pasienter opplever det som du beskriver, men finner en løsning ved hjelp, støtte og god problemløsning.

3. PER VAR ALLTID SÅ SNILL, FLINK PÅ SKOLEN OG HADDE MASSE VENNER.

Reformulering: Så det du sier er at etter Per ble syk så strever han så mye at han ikke får tilgang på alt han fikk til før, har jeg forstått deg rett da?

Kunnskap: De symptomene du beskriver kan være negative symptomer som tilbaketrekning, og det kan også være kognitive vansker som gjør det vanskeligere å fungere på skolen og i samspill med venner.

Generalisering: Jeg har møtt flere foreldre som beskriver de samme vanskene som du forteller om, og det er egenskaper som man igjen kan få tilgang til med riktig hjelp.

4. NINA TENKER IKKE PÅ ANDRE ENN SEG SELV

Reformulering: Så det du sier er at du skulle ønske at Nina ikke hadde det så stressomt slik at hun hadde ork til å tenke på andre også, har jeg forstått deg rett da?

Kunnskap: Hvis du ser på disse filterbildene, så illustrerer de et filter som beskytter oss i hverdagen. Når man er syk blir filteret slik at beskyttelsen blir svekket. Da er man mer utsatt for stress, vurderer alle inntrykk, blir stresset av alle inntrykk, blir påvirket av alle inntrykk og da greier man ikke så godt å tenke på andre.

Generalisering: Jeg har møtt flere som forteller om de samme utfordringene for sitt familiemedlem.