

Vedlegg 10: Veiledning til utfylling av genogram

Huskeliste:

- Ha klart ark med et oppsett med genogram før timen
- Informer om nytten av å tegne et genogram;
 - Hjelp til å forstå sammenhenger i utvikling av problemer
 - Hjelp til å forstå egne opplevelser
- Normaliser skyld og skambelagte opplevelser
- Gi god tid
- Still spørsmålene med et generelt utgangspunkt;

” Mange jeg har møtt i en lignende situasjon, har syntes det har vært vanskelig å snakke med familien om det som har skjedd. Har det vært slik for deg?”
- Skriv inn på arket karakteristika ved relasjoner; god – dårlig kontakt; konflikt; støtte: liten/mye kontakt, med mer
- Gi positiv tilbakemeldinger til hvert familiemedlem for deres bidrag

Innhent informasjon om og noter på arket:

- Navn, alder, hyppighet/kvalitet på kontakt (konflikt?) i tre generasjoner
- Eventuell slektsbelastning;
- Oversikt over kontakter/relasjoner som oppleves som støttende eller belastende:
- Lengden på kontakten
- Innhold i kontakten
- Viktige begivenheter i familie
 - Er det noen hendelser som har kommet ”oppå hverandre”?

Spørsmål som kan brukes ved utfylling av genogram:

- Er det andre i din familie som plages med det samme som deg / pasienten?
- Med andre alvorlige plager /rusproblem?
- Hvem kan du snakke med om dine bekymringer/plager?
- Hva skjer når du gjør det?
- Hvem av disse menneskene på ditt familietre er mest/minst forståelsesfulle?
- Hvem av disse forteller du ikke om dine plager til?
- Hva ville skje om du gjorde det?