

Kasusformuleringsintervju – Generalisert angstlidelse (GAD)

1. Tenk på siste episode der du var plaget med bekymring. Hva var den første tanken som fikk deg til å bli bekymret?

6. Tror du det kan være noen fordeler med å bekymre seg?
Kan det bidra positivt på noen måte?

2. Hva begynte du å bekymre deg for da du fikk den tanken? (og stoppet det der?)

5. Hvor mye tror du bekymringen er ukontrollerbar?
Hvor mye tror du bekymringen er farlig?
Og på hvilken måte kan den være farlig?

4. Da du følte dette – fikk du noen negative tanker om at du bekymret deg?
Fikk du noen tanker om noe galt kunne skje dersom du fortsatte å bekymre deg?
Hva var det verste du tenkte kunne skje?

7. Forsøkte du å stoppe eller forhindre at det skulle skje noe fælt da du bekymret deg?
Hva gjorde du (snakket med andre, unngå situasjoner, alkohol etc.)?

8. Forsøkte du, av og til, mer direkte å påvirke bekymringen ved å forsøke å ikke tenke negative tanker?

3. Hvilken effekt hadde bekymringen på følelsene dine og kroppen din?
Hva følte du? Utviklet du noen kroppslige symptomer?