

Istituto Tolman

Direttore e fondatore Dott. Giovanni Lo Savio
Scuola di Psicoterapia Cognitivo-Comportamentale
riconosciuta dal MIUR D.M. 21/05/2001 GURI n.128 del 5/6/2001



ALCUNE DOMANDE UTILI PER L'INDAGINE DI SPECIFICHE AREE DI INTERESSE CLINICO NELL'ASSESSMENT DELLA DEPRESSIONE

A cura del dott. Gianluca Cali, psicologo, psicoterapeuta
Istituto Tolman
Palermo

ASSESSMENT TRASVERSALE

Situazione generale di vita:

- “Mi parli un po’ di come vanno le cose”*
- “Come descriverebbe attualmente la sua vita?”*
- “Quali sono gli aspetti importanti della sua vita, in questo momento?”*
- “Ha notato un qualche cambiamento nella sua vita, negli ultimi mesi?”*

Relazioni interpersonali attuali:

- “Come sono i suoi rapporti interpersonali?”*
- “Come descriverebbe il rapporto che ha con gli altri?”*
- “Che rapporti ha con le persone per lei importanti?”*
- “Chi sono le persone per lei importanti?”*
- “C’è stato un qualche cambiamento nei suoi rapporti personali?”*

Disattivazione comportamentale, allontanamento da rinforzatori, perdita di contatto coi valori personali, livello di attività:

- “Mi parli dei suoi interessi, delle sue passioni, delle attività per lei importanti”*
- “Mi descriva una sua giornata tipo”*
- “C’è qualcosa, ad esempio una qualche attività, che la fa star bene?”*
- “Cosa fa per rilassarsi?”*
- “Cosa trova piacevole fare?”*
- “C’è qualche attività, interesse, passione, hobby cui prima si dedicava e che sente di trascurare?”*
- “Le è capitato in passato di sentirsi a posto con sé stesso/a, di agire in linea con i suoi valori personali, di agire come la persona che in cuor suo sente di voler essere?”*

Visione di sé, degli altri, del futuro, del mondo:

- “Come si descriverebbe come persona?”*
- “Si sente cambiato/a nelle ultime settimane/mesi/anni? In cosa?”*
- “Ci sono aspetti di sé che le piacciono? Quali?”*
- “Ci sono aspetti di sé che non le piacciono, o che vorrebbe cambiare? Quali?”*
- “Come vede gli altri, in generale?”*
- “Cosa pensa delle persone?”*
- “Come immagina il suo futuro?”*
- “Lo ha sempre immaginato così?”*
- “Cosa pensa del mondo? Che visione ha di come vanno le cose?”*

Analisi dei problemi attuali:

- “Quali sono le maggiori difficoltà che incontra in questo periodo?”*
- “Quali problemi l’hanno indotta a cercare un aiuto?”*
- “Cosa la preoccupa?”*
- “Cosa dovrebbe accadere nella sua vita / in lei / negli altri perché tutto andasse a posto?”*

Presenza di sintomi depressivi:

“Può darmi qualche informazione su come si sente in questo periodo?”

“Com’è il suo umore?”

“Le persone che la conoscono hanno notato recentemente qualche cambiamento in lei?”

“Ha notato un cambiamento nel suo peso o nel suo appetito?”

“Dorme come al solito? Com’è il suo sonno? Quante ore al giorno dorme? Ha notato qualche cambiamento al riguardo?”

“Ha notato segni di irrequietezza? Si sente più agitato del solito?”

“Com’è il suo livello di energia? Si sente energico/a come al solito?”

“Cosa pensa di sé? Che sentimenti prova nei suoi confronti?”

“Può darmi qualche informazione sulla sua capacità di concentrarsi, di pensare, di prendere decisioni? Ha notato dei cambiamenti rispetto al passato?”

“Cosa pensa dell’idea della morte? Ha mai avuto pensieri a riguardo? Recentemente ha avuto pensieri a riguardo?”

ASSESSMENT LONGITUDINALE

Lutti, perdite, cambiamenti, delusioni ed eventi di vita potenzialmente scatenanti:

“E’ accaduto qualcosa nella sua vita nelle settimane/mesi precedenti l’inizio del problema?”

“Da quando le cose sono cambiate?”

“Esistono uno o più eventi cui lei fa risalire l’inizio dei suoi problemi?”

“C’è stato un periodo della sua vita in cui non aveva questi problemi? Cosa è cambiato da allora? Cosa è accaduto?”

“Di recente, ci sono stati dei cambiamenti che lei ha vissuto come problematici nella sua vita?”

“Ha perso qualcuno di importante?”

“E’ stato un periodo difficile per lei? Cosa lo ha reso così difficile?”

Grado di attività, impegno, energia pre-morbosi:

“Prima di star male, qual era il suo livello di impegno ed energia quotidiani?”

“Ha notato differenze nelle sue giornate tipo tra quando stava bene ed ora?”

“Quante ore al giorno dormiva o sentiva l’esigenza di riposare in media prima di sta male?”

“Praticava attività fisica?”

Relazioni interpersonali significative in infanzia ed adolescenza:

“Mi parli della sua famiglia d’origine”

“Com’erano i suoi rapporti con i suoi genitori/fratelli e sorelle/nonni/zii, cugini ed altri parenti?”

“Ci sono state altre persone per lei importanti quando era bambino/a?”

“Come andavano le cose in famiglia?”

“Come descriverebbe il clima in famiglia?”

“Com’erano le relazioni tra i membri della sua famiglia?”

“Che rapporto aveva la sua famiglia d’origine con quella allargata?”

“Frequentavate altre famiglie, ad es., amici, colleghi di lavoro, etc.?”

“Ricorda qualche evento o periodo particolarmente importante o difficile per la sua famiglia?”

Lutti e perdite precoci:

“Durante la sua infanzia o adolescenza ha perso qualcuno che per lei era molto importante?”

“Ci sono stati lutti significativi nella storia della sua famiglia?”

“E’ capitato che persone per lei importanti uscissero dalla sua vita da bambino/a o da ragazzo/a?”

“Come hanno reagito i suoi familiari?”

“Come li ha vissuti lei?”

“Ha notato un qualche cambiamento nella sua famiglia dopo queste perdite?”

Trascuratezza ed indisponibilità delle FdA

“Chi si prendeva cura di lei quando era piccolo/a?”

“Da bambino/a, le è mai mancato ciò di cui aveva concretamente bisogno (es., cibo, vestiti puliti, etc.)?”

“Chi le preparava da mangiare?”

“Quando si sentiva triste, spaventato/a, arrabbiato/a, a chi si rivolgeva?”

“Da piccolo/a chi le offriva rifugio, consolazione, sostegno, protezione?”

“Quando aveva un problema, a chi chiedeva aiuto?”

“Ha mai pensato di non essere importante per i suoi familiari? Ricorda in che occasioni accadeva?”

“Da piccolo/a, sente di aver ricevuto l’amore, le attenzioni, le premure, la vicinanza, il sostegno, la protezione di cui aveva bisogno?”

“Da piccolo/a si è mai sentito/a trascurato/a?”