

## Psykososial kartlegging i mottaksfasen for barn og unge mellom 6 og 18 år: Selvutfylling

Dere har opplevd en stor overgang i livet og kanskje mange dramatiske hendelser. Vi vet at dette kan påvirke hvordan man har det. Her kommer noen spørsmål om hvordan du har det og om du trenger hjelp med noe nå. Det er ingen riktige eller gale svar, bare svar så godt du kan. Dersom det er noe du ikke vil svare på, er det helt i orden. Si fra om det er noe du lurer på underveis. Først kommer noen spørsmål om deg og hva du har opplevd.

### BAKGRUNN

Kontaktinformasjon:

Etternavn/Fornavn: Alder (år) Kjønn:

Fødselsdato/D-nummer:

Dagens dato: Tlf. barn/omsorgsgiver

### FAMILIE

Kom du sammen med noen til Norge? Ja Nei

Hvis ja, hvem? Hvis nei, hvem har ansvar for deg?

Har du foreldre eller søsken som ikke er med deg til Norge? Ja Nei

Hvis ja, hvem?

Har du kontakt med dem? Ja Nei

Er noen i familien din eller nære venner drept i krigen eller under flukten? Ja Nei

Hvis ja, hvem?

Har du opplevd noe annet skremmende, farlig, voldelig eller på annet vis veldig stressende? Ja Nei

Beskriv gjerne her:

### OM HVERDAGEN

Har du/familien fått et fast sted å bo? Ja Nei

Har du begynt på skolen her i Norge? Ja Nei

Følger du digital undervisning fra skolen du gikk på før flukten? Ja Nei

### FUNKSJON

Helt Delvis I liten grad

Kommer du overens med de du bor sammen med?

Klarer du å følge med/konsentrere deg på skolen?

Har du noen å prate med eller leke med utenom de du bor med?

### HELSEPLAGER

Nedenfor er en liste over noen problemer eller plager. Har du vært plaget av noe av dette de siste 2 ukene?

	Ikke plaget	Litt plaget	Ganske plaget	Veldig plaget
1. Hodepine	1	2	3	4
2. Andre smerter i kroppen	1	2	3	4
3. Søvnproblemer	1	2	3	4
4. Sliten/utmattelse/kraftløshet (ikke etter trening)	1	2	3	4

5. Vært stadig redd eller engstelig *	1	2	3	4
6. Følt deg anspent eller urolig*	1	2	3	4
7. Følt håpløshet når du tenker på fremtida*	1	2	3	4
8. Følt deg nedfor eller trist *	1	2	3	4
9. Bekymret deg mye om forskjellige ting*	1	2	3	4
<b>POST TRAUMATISKE REAKSJONER**</b>				
Nå kommer en liste over problemer som man noen ganger har etter veldig stressende opplevelser. Hvor ofte i løpet av de siste 2 ukene har du vært plaget av:				
	Aldri	Noen ganger	Ofte	Nesten hele tiden
10. Vonde drømmer som minner meg om det som skjedde	0	1	2	3
11. Bilder i hodet mitt av det som skjedde. Det føles som det skjer igjen akkurat nå.	0	1	2	3
12. Jeg prøver å ikke tenke på det som skjedde. Eller å føle noe.	0	1	2	3
13. Jeg holder meg unna alt som minner meg om det som skjedde (personer, steder, ting, situasjoner eller å snakke om det).	0	1	2	3
14. Jeg er mere forsiktig enn vanlig (sjekker hvem som er rundt meg)	0	1	2	3
15. Jeg er mer skvetten	0	1	2	3
<b>BRUK AV RUSMIDLER</b>				
Hvor ofte:	Aldri	Månedlig	Ukentlig	Daglig
16. drikker du alkohol?				
17. røyker du hasj eller bruker andre rusmidler?				
18. bruker du sovemedisiner eller beroligende legemidler?				
19. Hvis ja, har du selv eller noen andre (en slektning, venn, helsepersonell) vært urolig for din bruk av rusmidler, eller sagt til deg at du bør redusere/slutte med rusmidler?			Nei	Ja
<b>ANDRE PLAGER</b>				
20. Hører du noen ganger en stemme som andre ikke kan høre som tydelig snakker til deg, slik som jeg gjør nå?			Nei	Ja
20a. Hvis ja: Er det plagsomt?			Nei	Ja
21. Har du tenkt på å skade deg selv eller andre?			Nei	Ja
22. Har du skadet deg selv eller andre de siste 14 dagene?			Nei	Ja
23. Har du hatt tanker om å ta ditt liv de siste 14 dagene?			Nei	Ja

\* Goodman R 1997 \*\* Sachser et al. 2017