**Лист первичного опроса**

Проговариваем правила из инф. согласия

Проговариваем, что это оценочная сессия, мы не работаем над решением проблем. Нужно задать вопросы, чтобы понять, что сейчас с вами происходит, какие трудности, какие-то ключевые моменты из прошлого и ваши цели не терапию

Самое важно придерживаться «принципа видеокамеры». Представляйте по словам клиента то, что он описывает. Вы должны все увидеть четко, как в кино. Подумайте, какой информации не хватает, чтобы картинка был четкой. Спросите. Можно притворяться «глупеньким психологом», который все никак не может понять, но искренне пытается.

1. Что вас побудило обратиться к психологу?
2. Что вас беспокоит? Жалобы?
3. Когда возникли эти затруднения?
4. Как вы с ними справляетесь самостоятельно?
5. Есть ли у вас опыт терапии? Обращались ли вы когда-нибудь к врачам с психологическими проблемами?
6. Какое у вас здоровье? Есть ли какие-то хронические заболевания?
7. Как вы питаетесь?
8. Как у вас со сном? Соблюдаете ли режим?
9. Есть ли в вашей жизни физическая активность?
10. Как у вас изменилась жизнь с момента возникновения проблемы?
11. Чему мешает ваше состояние? От чего вам приходится отказываться?
12. Чтобы вы стали делать, когда проблема уйдет?
13. Расскажите про вашу семейную ситуацию. Как сказывается проблема на отношениях? Что ваши родные и близкие знают про ваше состояние?
14. Расскажите про друзей
15. Вы работаете? Учитесь? Нравится? Что нравится?
16. Опишите ваш обычный день. Например, сегодня
17. Легко ли вам просить о помощи? Обращаться за поддержкой?
18. Были ли у вас за последнее время ситуации, которые были для вас по-настоящему сложными? Что вы чувствовали в этот момент?
19. Что вы можете о себе сказать, как о человеке? Довольны ли вы своим характером? Какие у вас положительные черты? Отрицательные? Сильные и слабые стороны?
20. Какие у вас есть интересы? Что вы любите делать?
21. Насколько ваше состояние мучительно? Готовы ли вы прикладывать усилия, чтобы с ним справиться? Какие?
22. Что могло бы вам помочь?
23. Знаете ли вы что такое терапия? Какие у вас ожидания?
24. Есть ли что-то еще про вас, что мне было бы полезно знать?