

Hvordan ser det ut for deg?

For å vurdere om dette tilbudet passer for deg, må vi vite litt mer om vanskene dine. Trenger du mer plass, legg gjerne ved et eget ark.

Beskriv dine psykiske vansker og hvordan disse merkes i hverdagen (jobb sosialt, fritid rus?).

Hvor lenge har du hatt det slik?

Er du i jobb eller er du sykemeldt?

Får du i dag eller har du tidligere fått hjelp eller behandling for dette problemet? (Hvilken hjelp og når var dette?)

Bruker du noen medisiner for dette? (hvis ja, hvilke og hvor lenge har du brukt disse?)



**HELSEHUSET
STAVANGER**

Stavanger kommune

Henvendesskjema

Psykologtjenesten for voksne

Skjemaet sendes til vår postadresse:

Helsehuset Stavanger
PB 8001
4068 Stavanger

Personopplysninger

Navn (bruk BLOKKBOKSTAVER) _____ Dato _____

Adresse _____ Postnummer og -sted _____

Telefon _____

-

Fødselsnummer

Navn Fastlege _____ Fastlegekontor _____

Jeg samtykker til at Psykologtjenesten, ved behov, kan innhente opplysninger fra fastlege.

- Ja
- Nei

Hvor har du hørt om tilbudet?

- Fastlege
- Andre kommunale tjenester: _____
- NAV
- Facebook
- Internettsøk
- Annet: _____

Tilbud ved psykologtjenesten for voksne

Vi tilbyr mestringskurs for ulike psykiske helseplager som depresjon, angst, stress og reaksjoner på livsbelastninger.

Les mer om tilbudet på våre nettsider for å finne ut om tilbudet passer for deg

www.stavanger.kommune.no/helsehuset

Tilbudet er for personer mellom 20 – 65 år og passer når vanskene ikke er alvorlige der annen form for behandling eller oppfølging er nødvendig.

Vi tilbyr ikke individualoppfølging.

Nedenfor ønsker vi at du setter kryss for hvilken/hvilke vansker du kjenner deg igjen i.

- Engstelighet og bekymring
- Panikkanfall
- Angst
- Stress
- Reaksjoner på endring i livssituasjon
- Tristhet / nedstemthet
- Lav selvfølelse
- Annet: _____