Kurzanleitung für die Exploration

- Anlass der Kontaktaufnahme und formaler Überweisungsweg
- Aktuelle Symptomatik und bisheriger Verlauf
- Suizidalität
- Kritisches oder traumatisches Ereignis
 - Was ist geschehen, was hat sich ereignet?
 - Wer war beteiligt?
 - Was war die Funktion oder Rolle des/der Patienten/Patientin?
- Subjektives Erklärungsmodell für die Symptome und Beschwerden
 - Bringt der/die Patient/in seine/ihre Beschwerden selbst in Zusammenhang mit dem vorangegangenen Stressor?
 - Betrachtet er/sie andere, frühere Erfahrungen und Erlebnisse als relevant?
 - Sieht er/sie eigene, aktive Beeinflussungsmöglichkeiten zur Verbesserung seines/ihres Befindens?
- Versuche der Problembewältigung
 - Wie ist der/die Patient/in bisher mit der Symptomatik umgegangen?
 - Liegen dysfunktionale Bewältigungsmuster vor (z. B. Suchtmittelkonsum)?
- Risikofaktoren und Schutzfaktoren
 - Auf welche Ressourcen kann der/die Patient/in zurückgreifen?
 - Welche Faktoren und Verhaltensweisen könnten die Symptomatik aufrechterhalten oder verschlimmern?
- Soziales Netz und Einbindung
 - Wer hat bisher unterstützt und geholfen?
 - Mit welcher Hilfe ist von wem und wie lange zu rechnen?
- Krankheitsanamnese und komorbide Störungen
 - Liegt eine andere psychische Störung vor?
 - Ist die aktuelle Symptomatik im Sinne einer Verschlimmerung einer bereits vorher bestehenden psychischen Erkrankung zu betrachten?
 - Liegt eine körperliche Erkrankung vor?
 - Welche Medikamente werden eingenommen?