

Bulyáki Tünde: Mentális zavarral, hajléktalanságban élő személyek segítése - a BMSZKI gyakorlatának rövid bemutatása

Absztrakt

A mentális zavarral¹, hajléktalanságban élő személyek különösen sérülékeny klienscsoportba tartoznak. A mentális zavarhoz kapcsolódó stigma erősíti a hajléktalanságból adódó stigmatizációt. Ha valaki pszichiátriai diagnózist kap, azt a társadalom címkeként kezeli, bekegatorizálja az illetőt. A címkézéstől való félelem aláássa a mentális zavarral élő személyek motivációját a segítségkérés tekintetében. Jól példázza ezt a hajléktalanságban, mentális zavarral élő emberek esete, akik a hajléktalanság stigmáján túl nem szeretnének újabb stigmát magukra venni és ezért a mentális problémájuk kapcsán nem vesznek igénybe segítséget, szolgáltatást. További nehézségként említhető a szolgáltatásokhoz való hozzáférhetőség problémája. A Február Harmadika Munkacsoport jelentés a 2020 évi hajléktalan adatfelvételtől – „Büntető törvény után – világjárvány előtt. Hajléktalanná válás- szolgáltatások-perspektívák” - című Győri Péter összefoglaló munkájában látható, hogy a megkérdezettek 29 % volt pszichiátriai kezelésen. Az tévhit, hogy a „hajléktalanok elmebetegek, pszichiátriai betegek” olvashatjuk Győri Péter munkájában (Győri, 2020). Ugyanakkor tudjuk, hogy nem minden mentális zavarral élő személy jelenik meg az ellátórendszerben, így 29 %-nál több személy lehet, aki érintett a problémával. A Budapesti Módszertani Szociális Központ és Intézményei (BMSZKI), az Ébredések Alapítvánnyal együttműködve, komplex rehabilitációs szolgáltatást fejlesztett a hajléktalanságban, mentális zavarral élő személyek számára. Jelen írás célja ezen gyakorlat bemutatása.

Kulcsszavak: mentális zavar, hajléktalanság, közösségi pszichiátriai ellátás, együttműködés

Abstract

Persons living with mental disorders and homelessness belong to a particularly vulnerable client group. The stigma associated with mental illness reinforces the stigmatization of homelessness. If someone receives a psychiatric diagnosis, society treats it as a label and categorizes the person. Fear of being labeled undermines the motivation of people with mental disorders to seek help. A good example of this is the case of people living in homelessness and with mental disorders, who do not want to take on another stigma in addition to the stigma of homelessness and therefore do not use help or services in connection with their mental problems. Another difficulty is the problem of accessibility to services. The F3 report on the 2020 homeless data collection "After the criminal law - before the pandemic" Péter Győri's summary work Becoming homeless - services - perspectives shows that 29% of the respondents were receiving

¹ A WHO Regional Committee for Europe: Fact sheet – Mental health (2013) dokumentum definíciója szerint a mentális rendellenességek közé a különböző tünetekkel jellemezhető problémák széles köre tartozik, azonban általánosságban elmondható róluk, hogy a zavart gondolatok, érzelmek, magatartás és a másokkal való zavart kapcsolatok jelenléte jellemzi. A dokumentum példaként említi a gyermekkori magatartászavart, depressziót, a szorongást, a bipoláris zavart és a szkizofréniát ([http 1](http://))

A pszichiátriai betegek részére nyújtott közösségi alapellátás esetén a külön jogszabályban szabályozott a BNO 10 kódkönyv F 20-29, 31-32, vagy 40-42 diagnózisba tartozó ellátott (Herold, Bulyáki, Szabóné Csizmadia, 2018)([http 2](http://))

psychiatric treatment. The misconception that "homeless people are mentally ill, psychiatric patients" can be found in the work of Péter Györi (Györi, 2020). At the same time, we know that not all people with mental disorders appear in the care system, so there may be more than 29% of people who are affected by the problem. The Budapest Methodological Social Center and Institutions (BMSZKI) has developed a complex rehabilitation service for people living in homelessness and with mental disorders in cooperation with the Awakenings Foundation. The purpose of this paper is to present this practice.

Keywords: mental disorder, homelessness, community psychiatric care, cooperation

Előzmények

2018-ban az Emberi Erőforrások Minisztériumának szociális ügyekért és társadalmi felzárkózásért felelős államtitkárának javaslatára, a szociális alapellátás keretében, közösségi pszichiátriai ellátást nyújtó szolgáltatók kapacitás bővítést kaphattak, amennyiben hajléktalanságban élő mentális zavarral küzdő személyeknek is nyújtanak, a közösségi pszichiátriai ellátás módszertanára épülő pszichoszociális rehabilitációt.

Mentális zavarral, hajléktalanságban élő személyek komplex rehabilitációja- a BMSZKI gyakorlata

A következőkben ismertetésre kerül a Budapesti Módszertani Szociális Központ és Intézményei (továbbiakban BMSZKI) által megvalósított ellátásfejlesztési program, mely a mentális zavarral élő személyekre fókuszál.

A BMSZKI 2018-ban együttműködési megállapodást kötött az Ébredések Alapítvánnyal, a mentális zavarral élő, szolgáltatást igénybe vevő ügyfeleink közösségi pszichiátriai ellátására. Az Ébredések Alapítvány a hazai közösségi pszichiátria módszertani intézménye. Az alapítvány munkatársai a 90-es évek közepén honosították meg az Ian Falloon és munkatársai által kidolgozott Integrált Pszichiátriai Ellátást, amely módszertanára építkezik a közösségi pszichiátriai ellátás. Az Ébredések Alapítvány integrált ellátást (egészségügyi és szociális) nyújt mentális zavarral élő személyeknek és hozzátartozóiknak. A közösségi pszichiátriai ellátás alapvetően a kliensek otthonában, természetes támaszként jelenlévő hozzátartozók bevonásával megvalósuló szolgáltatás.

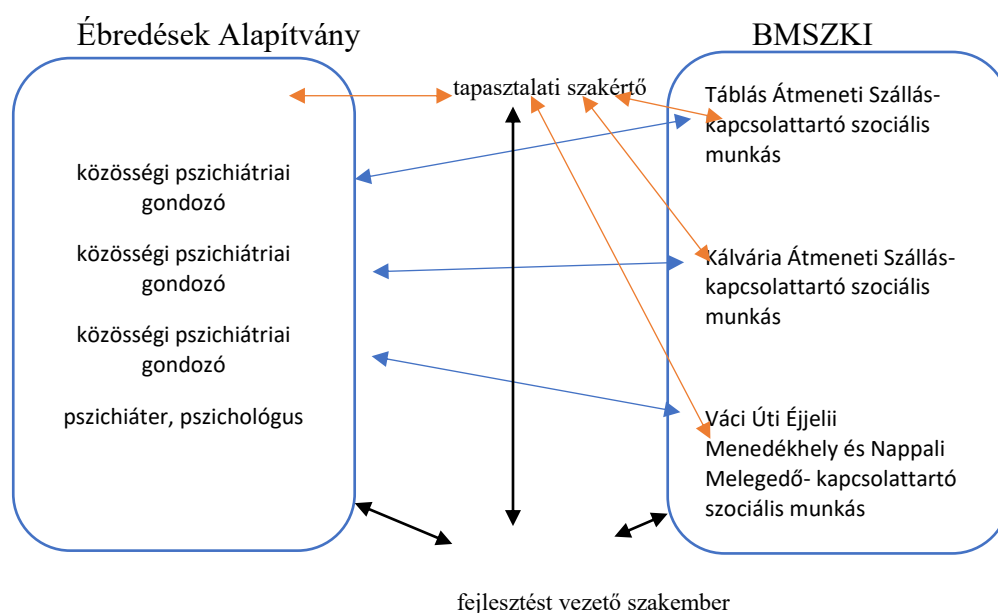
A közösségi pszichiátriai ellátás Ébredések Alapítvány által történő biztosítása mellett, intézetünk (BMSZKI) mentális zavarral élő személyek ellátására fókuszáló fejlesztésének részeként, három szolgáltatási helyének a profilja a mentális zavarral élő személyek ellátása lett. A Kálvária Átmeneti Szállás, a Táblás Átmeneti Szállás, a Váci Úti Éjjeli Menedékhely És Nappali Melegedő. Nem célunk a „gettósítás”, nem célunk, hogy további stigma nehezítse a szolgáltatásainkat igénybe vevőket. Az erőforrások hatékony összpontosítása, biztosítása állt az intézményi, szolgáltatási fókuszálás hátterében.

A közösségi pszichiátriai ellátást nyújtó Ébredések Alapítvány szolgáltatásait kezdetekben kevesen vették igénybe. Ennek több oka is lehet. Félelem a stigmatizációtól, korábban megélt rossz tapasztalat a pszichiátriai ellátást biztosítókkal kapcsolatban, traumatizáció, félelem attól, hogy pszichiátriai betegek bentlakásos intézetébe kerül a mentális zavarból kifolyólag. Ez a helyzet hozta a fejlesztési program következő lépését. Azért, hogy a rehabilitációs szolgáltatások igénybevételével kapcsolatos félelmeket feloldjuk (hogy megfelelő ismeretekkel rendelkezzenek a pszichoszociális rehabilitációra vonatkozóan a mentális zavarral élő, szolgáltatásainkat igénybe vevő személyek) felkértünk egy tapasztalati szakértőt, aki az Ébredések Alapítvány önkéntes munkatársa, hogy havi rendszerességgel látogasson el a

mentális zavarral élő személyek ellátására fókuszáló három intézményünkbe. A tapasztalati szakértő hitelesen mutatja be a különböző egészségügyi és szociális szolgáltatásokat, azok előnyeit, továbbá sorstársi segítséget nyújt. A tapasztalati szakértő a BMSZKI-val munkaszerződésben áll és tiszteletdíjat kap a munkájáért. A felépülés-alapú szemlélet lényeges eleme, hogy a felhasználók tapasztalatait, mint tapasztalati evidencia jelenjen meg (Bulyáki és mtsai, 2020). A tapasztalati szakértő jelenléte az ellátó rendszerben szintén innovatív szolgáltatás.

A szolgáltatás fejlesztés következő eleme, a mentális zavarral élő klienseink komplex bio-pszichoszociális rehabilitációjának elősegítése érdekében, a pszichiátriai egészségügyi ellátás biztosítása. A pszichiátriai járóbeteg ellátás a korábbiakban is elérhető volt a BMSZKI-ban. A fejlesztési program keretében a Kálvária Átmeneti Szállás, a Táblás Átmeneti Szállás, a Váci Úti Éjjeli Menedékhely És Nappali Melegedő intézményében mentális zavarral élő személyek ellátására a partner szervezetünket kértük fel. Az Ébredések Alapítvány pszichiáter munkatársai gondozzák a három intézményünk lakóit. Az optimális gyógyszeres terápia mellett, pszichoedukatív, közösségi pszichiátriai szemléletű gondozás valósul meg. A mentális zavarral élő személyek gyakran nem rendelkeznek kellő ismerettel, belátással a mentális problémájukra vonatkozóan, ami akadályozhatja a felépülés elérését. A pszichiátriai gondozás keretében megvalósuló pszichoedukáció keretében kölcsönös tanulás valósul meg a kliens és az őt segítő szakember között az adott személy mentális zavarára vonatkozóan.

A BMSZKI szolgáltatásfejlesztésének következő nélkülözhetetlen eleme a teammunka. Az intézményen felüli multidiszciplináris team munka hatékonyságának növelése érdekében kialakítottunk egy kapcsolattartói rendszert a három intézetünk team tagjai és az Ébredések Alapítvány team tagjai között (lásd 1.ábra). Mind a három intézetünk teamjéből egy-egy kolléga kapcsolattartó feladatot lát el a közösségi pszichiátriai gondozó terápiais munkatárssal és a tapasztalati szakértővel. Az Ébredések Alapítvány a közösségi pszichiátriai team esetmegbeszélésén lehetőséget biztosít arra, hogy a BMSZKI team tagjai részt vegyenek. A megbeszélés fókuszában a közösen segített mentális zavarral élő személyek esete, segítése áll. Látnunk kell, hogy nem mindig könnyű az intézményen felüli team munka, így ezt is innovatív elemnek tartjuk a programunkban.



1.ábra Kapcsolattartó rendszer a BMSZKI és az Ébredések Alapítvány multidiszciplináris teammunkájában

A hajléktalan személyek ellátásában dolgozó szakembereknek nem kell közösségi pszichiátriai gondozóvá válniuk, ugyanakkor fontos, hogy naprakész tudással rendelkezzenek a mentális zavar természetére, a mentális zavarral élő klienseik rehabilitációs lehetőségeire vonatkozóan. Ezt a célt szolgálja az Ébredések Alapítvány munkatársainak közreműködésével szervezett *A közösségi pszichiátriai megközelítés lehetőségei hajléktalan és más szociális szolgáltatásokban* című, 50 kreditpontos képzésünk. A képzés keretében a pszichiátriai problémákra, az egészségügyi és szociális ellátórendszerre, közösségi pszichiátriai ellátásra vonatkozó ismeretek bővítése valósul meg. A szolgáltatásfejlesztési programban résztvevő intézetek kollégái részt vettek a képzésen. A kollégák támogatását szolgálja a szakértői, módszertani támogatás, mely havi rendszerességgel valósul meg, illetve a szintén havonta sorra kerülő műhelymunka. Havi rendszerességgel találkoznak a szolgáltatások vezetői és a Felvételt Előkészítő Team (továbbiakban FET) kollégái a Pszichiátriai Munkacsoporton, amely teret ad az aktualitások megosztása mellett a mindennapi munkatapasztalatok megbeszélésére is.

A szakmai fejlesztés részeként a három, mentális zavarral élő személyek számára ellátást nyújtó szervezetünk munkatársai, pszichoszociális rehabilitációt elősegítő csoportos foglalkozásokat indítottak el (pl. életviteli készségeket fejlesztő csoport).

További innovatív újításunk az átmeneti szállást igénylő személyek mentális egészségére fókuszáló szűrővizsgálat, melyet a FET tagjai végeznek az Ébredések Alapítvány pszichiátriai közreműködésével. A szűrővizsgálat első lépéseként a kliensek, egy könnyen és rövid idő alatt kitölthető felmérőlapot töltenek ki (lásd a mellékletet). Ezt kiértékelik a FET kollégái és a felvételi beszélgetés alapján szükség esetén tovább irányítják a diagnosztizáló pszichiáter kollégának. A szűrővizsgálat eredményeként pontos képet kapunk az ügyfeleink mentális állapotáról. A szűrővizsgálat további hozama, hogy felderítésre kerülnek azon személyek, akik a korábbiakban nem kerültek pszichiátriai ellátást nyújtó szolgáltatókhoz (nem rendelkeznek BNO diagnózissal), de mentális zavarral küzdenek. Az újonnan azonosított, mentális zavarral élő személyek számára a diagnosztizáló pszichiáter lehetőséget biztosít a Semmelweis Egyetem Közösségi Pszichiátriai Centrum- Ébredések Alapítvány egészségügyi és szociális szolgáltatásainak az igénybevételére.

A Covid 19 járvány következtében megjelenő korlátozó intézkedések természetesen hatottak a fentiekben bemutatott innovatív tevékenységeinkre is. Fontosnak tartottuk, hogy a mentális zavarral élő klienseink számára továbbra is biztosított legyen a közösségi pszichiátriai ellátás, a pszichiátriai egészségügyi ellátás, és az Ébredések Alapítványnál működő önszorgató csoportokon való részvétel, és az esetleges állapotrosszabbodások megelőzése. Ezen célok megvalósítása érdekében a fentiekben felsorolt ellátásokat telemedicina keretében tovább biztosítottuk az Ébredések Alapítvánnyal együttműködve. A Kálvária Átmeneti Gondozó Ház, a Táblás Átmeneti Szállás, a Váci Úti Éjjeli Menedékhely És Nappali Melegedő okos eszközöket kaptak és így a kliensek online felületen és telefon keresztül „találkozhattak” az őket segítő szakemberekkel és sorstársaikkal. Lehetőség volt részt venni az Ébredések Alapítványnál működő Hanghalló csoportban, a Bipoláris zavarral élő személyek önszorgató csoportjában, a Trauma feldolgozó csoportban, a Barcsay kör művészeti csoportjában, a Józanság megtartó csoporton. Tapasztalati szakértőnk online eszközökön és telefonon segítette sorstársait. A korlátozó intézkedések lezárta után a rehabilitációs szolgáltatások visszakerültek az online térből a mindennapi életterébe.

Az erőforrások gazdagodását eredményezte, hogy mind a három, a mentális zavarral élő személyek ellátására fókuszáló intézményben, az Ébredések Alapítvánnyal együttműködve 2022 ősztől pszichológus is jelen van heti rendszerességgel. Elsősorban azon kliensek segítésére, akik a közösségi pszichiátriai ellátásba még nem bevonhatóak.

Időközben a komplex bio-pszichoszociális rehabilitációs szolgáltatási programba más intézmények is bekapcsolódtak (Alföldi Átmeneti Szállás, Gyáli Átmeneti Szállás).

A szolgáltatásfejlesztés eddigi eredményei

- Hatékony együttműködés a közösségi pszichiátriai ellátást nyújtó Ébredések Alapítvánnyal. Az Ébredések Alapítvány a 2018-as EMMI által biztosított kapacitásbővítés (20 fő) keretében, a hajléktalanságban mentális zavarral élő személyek közösségi pszichiátriai ellátása 2020-ra érte el a 20 fő gondozásba vételét, akiknek többsége szkizofrénia-spektrumba tartozó személy, a többiek affektív zavarral küzdők, 2 fő szorongásos zavarral él. A kliensek mintegy harmada dual diagnózisú tehát van még „második” betegség, legtöbbször addiktológiai probléma. A 2018 óta gondozásba vett kliensek közül ketten kerültek ki a gondozásból, közülük egy fő javulást ért el, a második esetében az együttműködéssel voltak nehézségek. A közösségi pszichiátriai ellátásból való lemorzsolódás alacsony.

Év	Közösségi gondozottak száma	Ebből hajléktalanságban élő	Hajléktalan személyek aránya
2018	156	4	2.6%
2019	164	16	9.8%
2020 első negyedév	139	22	15.8%

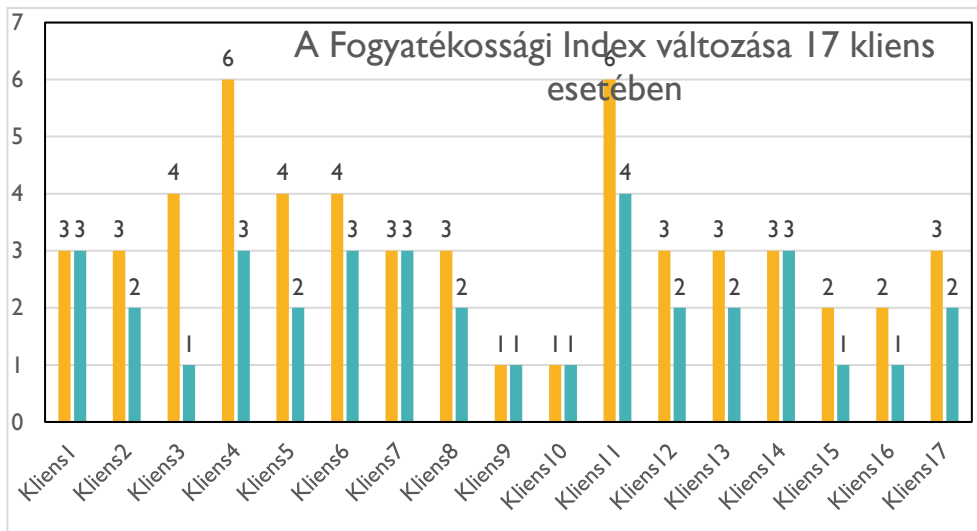
1.táblázat: Ébredések Alapítvány közösségi pszichiátriai gondozottak száma (2018-2020)

A fogyatékoság változása a közösségi gondozottaknál (2018-2020)

17 pszichoszociális akadályozottsággal élő kliens esetében ért el a gondozás olyan időtartamot, hogy mód volt az ismételt állapotfelmérésre. Az Ébredések Alapítvány szakemberei a közösségi ellátásban részesülőknél mérik a fogyatékoság változását², 1-7-ig terjedő pontozással, ahol az 1-2-3-as pontszám az enyhe, közepes és súlyos akadályozottságot jelöli, a 4-től 7-ig pedig a nagyon súlyos, extrém fogyatékoságot. A 8-as azt jelzi, ha valaki meghalt. Szerencsére nem volt ilyen eset.

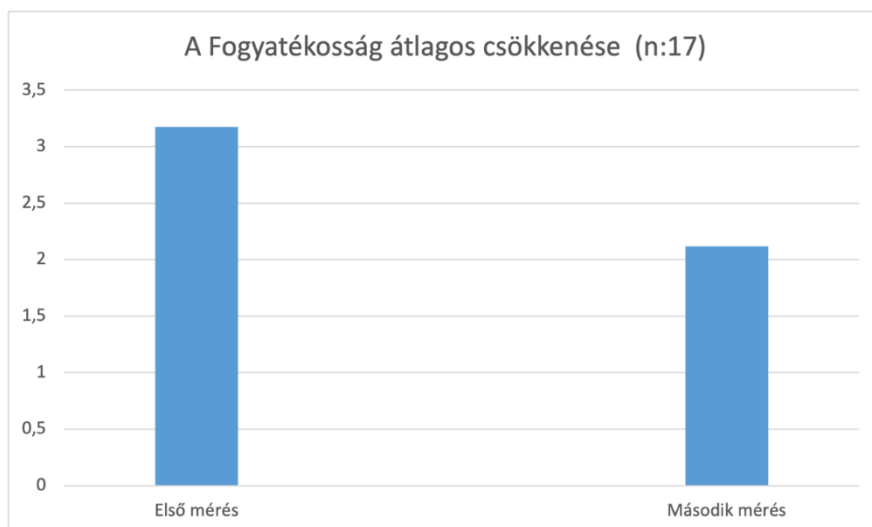
Az alábbi ábra mutatja az Ébredések Alapítvány közösségi pszichiátriai ellátását igénybe vevő ellátottjainknál (17 kliensnél) mért változásokat. Az első oszlop a felvételkor, a második a 2020-ban mért Fogyatékosági Index eredményeit mutatja. Látjuk, hogy egyetlen kliensnél sem romlott a fogyatékoság és többen értek el jelentős eredményt (Ébredések Alapítvány, 2020).

² Disability Index (Rosser és Kind, 1978. alapján)



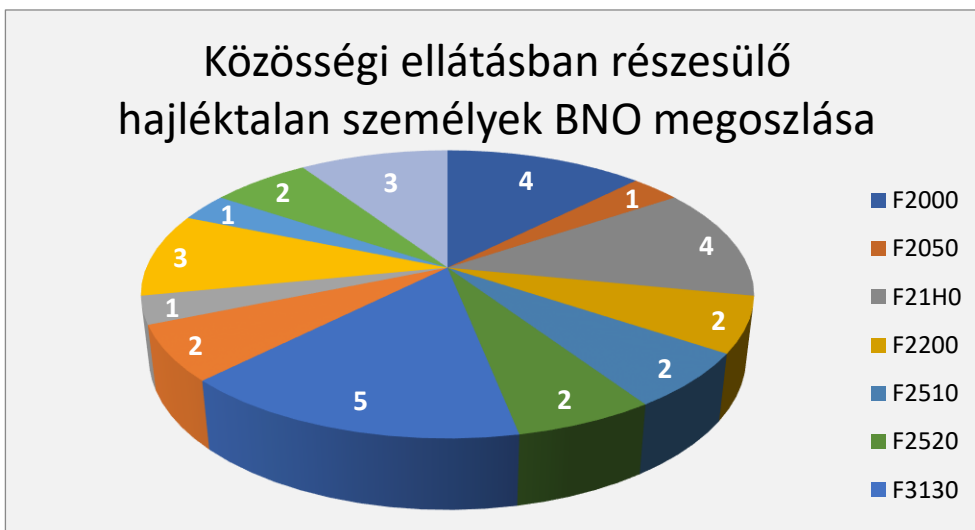
2.ábra Fogyatékosági index változása

A következő ábra a Fogyatékoság átlagos változását mutatja az első felmérés és a 2020-as felmérés között.



3.ábra A fogyatékoság átlagos változása

2022.-ig 32 fő vett részt közösségi pszichiátriai ellátásban.



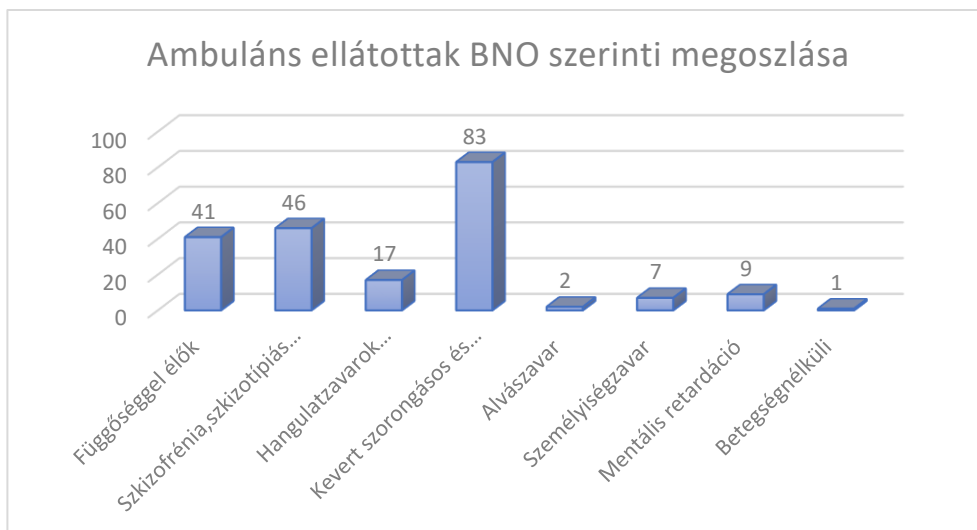
4.ábra. Ébredések Alapítvány által nyújtott közösségi pszichiátriai ellátásban részesülő hajléktalan mentális zavarral élő személyek BNO megoszlása. Forrás: Ébredések Alapítvány, 2022

A közösségi pszichiátriai ellátás mellett az alapítvány pszichiátriai ambuláns ellátás keretében 208 főnek nyújtottak ellátást.



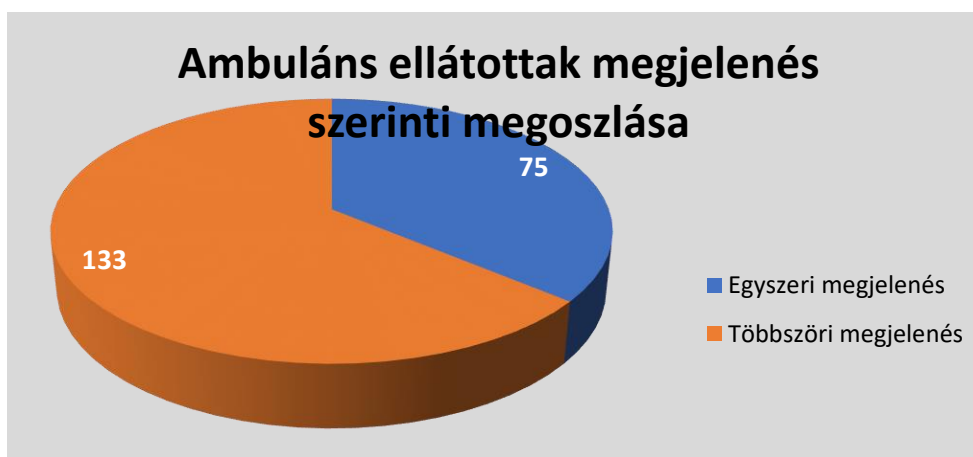
5.ábra. Ébredések Alapítvány által nyújtott ellátásban részesülő hajléktalan mentális zavarral élő személyek megoszlása ellátási típus szerint.

Forrás: Ébredések Alapítvány, 2022



6. ábra. Ébredések Alapítvány által nyújtott ambuláns ellátásban részesülő hajléktalan mentális zavarral élő személyek megoszlása BNO diagnózis szerint. Forrás: Ébredések Alapítvány, 2022

Az ambuláns ellátást igénybe vevő személyek nagy része kevert szorongásos és depresszív zavarral élő személy (F41-F44) 83 fő, 46 fő szkiizofrénia (F20-F25) – spektrumba tartozó személy, 41 fő függőséggel (F01-F19) élő személy, 17 fő (F30-F34) affektív zavarral küzdő, 9 fő mentális retardációval (F70-F71) élő, 7 fő személyiségzavarral (F60-F61) küzdő, 2 fő alvászavarral (F51) és 1 fő betegség nélküli (sine morbo - U9990). Az ellátást igénybe vevő személyek többsége, 133 fő, többszöri alkalommal vette igénybe az ambuláns ellátást.



7. ábra. Ébredések Alapítvány által nyújtott ambuláns ellátásban részesülő hajléktalan mentális zavarral élő személyek megoszlása megjelenés szerint. Forrás: Ébredések Alapítvány, 2022

- Szűrővizsgálatok bevezetése. A szűrővizsgálat bevezetésének eredményeként pontosabb képet kapunk ügyfeleinkről, ami segítséget nyújt a megfelelő átmeneti szállást nyújtó intézmény kiválasztásában. További hozam, hogy a még nem diagnosztizált mentális zavarral élő személyek is azonosításra kerülnek és ezáltal a szükséges szolgáltatások közvetítése is megvalósulhat.

- Heti négy órában az Ébredések Alapítvány pszichiáter kollégái ellátást biztosítanak a mentális zavarral élő kliensek ellátására fókuszáló intézeteinkben, továbbá a Felvételt Előkészítő Team-en a szűrővizsgálat keretében.
- Tapasztalati szakértő havi húsz órában van jelen a fejlesztésben résztvevő szolgáltatásoknál. A tapasztalat szakértő a munkájához mentoráló támogatást kap a programot fejlesztő szakértőtől.
- A mentális zavarral élő személyek ellátására fókuszáló három intézmény kollégái részt vettek a „*A közösségi pszichiátriai megközelítés lehetőségei hajléktalan és más szociális szolgáltatásokban*” képzésben, így a bio-pszichoszociális rehabilitációra vonatkozó ismereteik bővültek és bizonyítékokon alapulóan a hatékony rehabilitációs stratégiák gyakorlati alkalmazását is megismerték.
- Mentoráló, támogató csoport biztosítása havi rendszerességgel a három intézmény munkatársai részére a fejlesztő szakértő által.
- „Pszichiátriai munkacsoport”, melynek tagjai a Kálvária Átmeneti Szállás, a Táblás Átmeneti Szállás, a Váci Úti Éjjeli Menedékhely És Nappali Melegedő intézet és szakmai vezetői, a FET vezetői és a BMSZKI Módszertani csoportvezetője, továbbá a programot fejlesztő, koordináló szakértő.
- Rendszeres kapcsolattartás a közösségi pszichiátriai gondozókkal. A közösségi pszichiátriai ellátás más alapokra épül a hajléktalan ellátásban mentális zavarral élő személy esetében, mint aki a saját otthonában él és támogató természetes erőforrással rendelkezik. A hajléktalanságban, mentális zavarral élő személyek esetében sajnos ritkán érhetőek el a családtagok. A hajléktalan személyeket ellátó intézmények kollégái töltik be a támogató erőforrás szerepét. A kollégák látják nap mint nap az intézményben élő klienseiket, naponta követhetik a klienseik életében, állapotában bekövetkező változásokat. A közösségi pszichiátriai ellátásban dolgozó kollégákkal való szoros együttműködés nélkülözhetetlen és növeli a bio-pszichoszociális rehabilitáció hatékonyságát.

Összegzés

A hajléktalanságban, mentális zavarral élő személyek többszörösen stigmatizált, hátrányos helyzetben vannak. A kapcsolati háló szűkülése, a természetes támaszként jelenlévő családtagok, barátok elvesztése miatt a felépülés útján meghatározó szerepük van a segítő szakembereknek és az önsegítésnek. Nélkülözhetetlen a mentális egészséget elősegítő egészségügyi és szociális rehabilitációs szolgáltatásokhoz való hozzáférés elősegítése. A szolgáltatás fejlesztési programunkkal ezt a célt szeretnénk megvalósítani, melynek kulcseleme az együttműködés, az intézményi falakon túlmutató multidiszciplináris team munka, továbbá a sorstárssegítség biztosítása.

A mentális zavarral, hajléktalanságban élő személyek hatékony komplex rehabilitációjának érdekében még számtalan teendőnk van, többek között az egészségügyi és a szociális szolgáltatások közötti hatékony együttműködés elősegítése, a rendelkezésre álló kapacitások bővítése. A lakhatási alternatívák biztosítása mellett a mentális egészség, a felépülés elősegítése elengedhetetlen. Szükséges a közösségi pszichiátriai ellátók kapacitásbővítése a hajléktalanságban élő személyek rehabilitációjának biztosításához.

Bízunk abban, hogy a BMSZKI-nak az Ébredések Alapítvánnyal közösen megvalósított gyakorlatának megosztása segítség lehet más szolgáltatót nyújtó szervezet számára is és közvetve a mentális zavarral, hajléktalanságban élő embertársaink számára is.

Melléklet- Mentális zavar szűrése

Név:.....

Születési idő:.....év.....hó.....nap

Édesanyja neve:.....

1. Vannak nehézségei az elalvással?	igen	nem
2. Korán ébred?	igen	nem
3. Romlott mostanában az étvágya?	igen	nem
4. Fogyott 2 kilót vagy annál többet?	igen	nem
5. Diétázik?	igen	nem
6. Megfigyelte magán aktivitásának vagy érdeklődésének elvesztését mostanában?	igen	nem
7. Sokat aggódik a mindennapos problémái miatt?	igen	nem
8. Nehézséget okoz az olvasásra vagy a tévénézésre koncentrálni?	igen	nem
9. Gyakrabban felejt el dolgokat a szokásosnál?	igen	nem
10. Hogyan látja a jövőjét?	igen	nem
11. Van olyan, hogy úgy érzi nem érdemes élnie?	igen	nem
12. Volt már úgy, hogy azt kívánta, hogy vége legyen az életének?	igen	nem
13. Vannak egyedi szokásai, például gyakrabban ellenőriz vagy tisztít valamit, mint általában mások?	igen	nem
14. Van úgy, hogy szívdobogás, izzadás, hidegrázás vagy szédülés fogja el, erős félelemérzet kíséretében?	igen	nem
15. Szóvá tette valaki, hogy a beszéde furcsa lett, vagy nehezen érthetővé vált?	igen	nem
16. Volt olyan élménye, hogy embereket hall beszélni, mikor látszólag senki sincs maga körül abban az időszakban?	igen	nem

10 kérdéses teszt alapján készítette Dr. Bulyáki Tünde, Dr. Harangozó Judit, BMSZKI FET TEAM

Forrás: Falloon, I.R.H., Graham-Hole, V., Fadden, G. (1998): Az Integrált Pszichiátriai Ellátás módszertana. A magyar változatot az Ébredések Alapítvány adta ki.

Irodalomjegyzék

- BULYÁKI, T., GALLAI, I., HARANGOZÓ, J., KASZÁS, J., SZABÓ, L. (2020). Felépülés a mentális zavarból. *Alkalmazott Pszichológia*, 2. 59–76.
- GYŐRI, P. (2020). A Február Harmadika Munkacsoport jelentés a 2020 évi hajléktalan adatfelvételtől. Büntető törvény után – világjárvány előtt. Hajléktalanná válás-szolgáltatások-perspektívák
- ÉBREDÉSEK ALAPÍTVÁNY (2020). Szakmai beszámoló

Internetes források

- 1) WHO Regional Committee for Europe: Fact sheet – Mental health (2013)
https://www.euro.who.int/_data/assets/pdf_file/0020/280604/WHO-Europe-Mental-Health-Acion-Plan-2013-2020.pdf.
Látogatva: 2021. 02.19.
- 2)HEROLD, K. BULYÁKI, T. , SZABÓNÉ CSIZMADIA, M. (2018). Szakmai ajánlás, Közösségi ellátás pszichiátriai betegek részére. Jóváhagyta: Nyitrai Imre helyettes államtitkár. Kiadta: Czibere Károly államtitkár
http://kozossegiellatasok.hu/doc/Pszichiatricai_Betegek_Kozosseg_i_Ellatasanak_Ajanlasi.pdf
Látogatva: 2022.12.10.