

Vid kontakt med patienten

Försök att vid varje kontakt:

1. Ge feedback på och förstärka arbetet med övningar och hemuppgifter
2. Uppmuntra till och förstärka fungerande och funktionella beteenden
3. Ge feedback på de registreringar som patienten gjort
4. Fokusera framåt på nästa steg i behandlingen
5. Skapa en god allians genom att vara empatisk, validera och använda egna exempel
6. Vara tydlig med din tilltro till programmet

Och om det behövs:

- Normalisera svårigheter i behandlingen
- Svara på frågor och problemlös
- Skapa motivation och bemöt motstånd
- Ha koll på följsamhet och undersöka vid icke-följsamhet

Tips:

- Följ den struktur ni kommit överens om vid uppstart. Ofta är det avvikelser från strukturen som leder till problem i behandlingen. Var så konkret som möjligt i planeringen så det är tydligt vilken överenskommelse som gjorts!
- Du behöver inte kommentera alla övningar och allt patienten skriver. Välj ut det viktigaste och mest relevanta, och ge feedback på det.
- Det viktiga är inte att patienten svarar "rätt" på alla övningar, det viktiga är att hen förstått de grundläggande principerna, samt gjort övningarna
- Hänvisa ofta till innehållet i programmet (matcha patientens problematik), både det som patienten tagit del av och det som kommer framöver
- Behandlare som tror på programmet har patienter med högre följsamhet!
- Vid svårigheter så kan ett tillägg i form av telefonstöd, videosamtal eller träff vara användbart för att hantera svårigheterna och skapa ny motivation hos patienten.