

Vad utmärker en bra psykoterapi?

- ❑ Den terapeutiska alliansen
 - Affektiv relationell komponent inkluderande det känslomässiga bandet och anknytningen mellan patient och behandlare.
 - Samarbetsaspekt – man är överens om behandlingens mål och medel.
- ❑ Metoden
 - Ett integrativt synsätt på tekniken (viktigast är vad som hjälper patienten)
 - Tydlig bruksanvisning till patienten
 - Exponeringen
- ❑ Terapeutens kompetens
 - Omedveten, automatiserad hantverksskicklighet
 - Skapar en tydlig och öppen relation till patienten
 - Empatisk förmåga
 - Förstår och respekterar patientens behov
 - Upptäcker och reparerar brister i arbetsalliansen
- ❑ Patientens motivation

Lästips: Vad är verksamt i psykoterapi (Björn Philips, Rolf Holmqvist)

Michael Rangne
2016-10-30