

Tilläggsmodul Självmedkänsla

1177

 Region
Jönköpings län

 Region Kalmar län

 Region
Östergötland

Tilläggsmodul självmedkänsla

- Transdiagnostisk modul
- Passar personer som är självkritiska och/eller uppvisar låg självkänsla
- Inga registreringar
- Fokus för modulen är att patienten ska få en förståelse för vad självmedkänsla är, vilka situationer som ofta triggat självkritiska tankar, samt hur patienten kan få distans till dessa tankar för att därefter kunna agera med självmedkänsla.
- Efter modulen bör patienten kunna svara på:
 - Vad är självmedkänsla?
 - Hur kan jag bemöta mig själv med självmedkänsla?

1177

 Region
Jönköpings län


Region Kalmar län

 Region
Östergötland