

Exempel: Kontrakt för internetbehandling

Kontrakt för internetbehandling

Detta 10-veckors internetbehandlingsprogram för paniksyndrom bygger på kognitiv beteendeterapi (KBT) och har utvärderats vetenskapligt. Behandlingsprogrammet innebär att du med stöd av din behandlare varje vecka kommer att arbeta igenom en del av behandlingen. Ditt arbete innebär att du läser veckans kapitel och genomför de övningar som beskrivs där. I slutet av veckan kontaktar du din behandlare för att få återkoppling på ditt arbete.

Vid frågor

Har du frågor kontaktar du din behandlare som återkommer inom 24 timmar (vardagar).

Om du inte hinner med

Upplever du att tempot på behandlingen är för högt eller om något oförutsett inträffar som gör att du inte kan arbeta med programmet, kontakta din behandlare för att se över behandlingsplaneringen.

Om du vill avbryta behandlingen

Du har alltid möjligheten att när som helst avbryta behandlingen. Vi rekommenderar dock att du i så fall kontaktar din behandlare så att du kan få stöd kring hur du kan gå vidare.

Om du inte hör av dig enligt överenskommelse

Om du av någon anledning inte hör av dig enligt överenskommelse kommer din behandlare att skicka en påminnelse. Därefter försöker behandlaren att ta kontakt med dig via telefon. Om du inte haft kontakt med din behandlare på mer än tre veckors tid kommer din behandling betraktas som avbruten och du återremitteras till din läkare på vårdcentralen.

Underskrift:
