

Fallformulering

Aktuella problem

Beskriv klientens problem.

- Problemens art och omfattning
- Under vilka omständigheter sker problembeteendena?
- Beskriv andra typer av livsproblem/svårigheter.

Tankemönster, känslor, handlingar och färdighetsbrister som antas vara kopplat till klientens problematik

Beskriv klientens tankar, känslor och färdighetsbrister som kan tänkas vara kopplade till problemen. Beskriv med fördel en specifik situation/händelse då problemet visade sig, utifrån S-B-K (Situation – Beteende – Konsekvens).

- Identifiera *varje* problems tanke, känsla och handling.
- Beskriv överskotts-/underskotts-beteenden.
- Beskriv konsekvenser av problembeteendena, för klienten och andra på kort och lång sikt (beteendets funktion).
- Identifiera eventuella färdighetsbrister (kunskaper och tilltro till egen förmåga)

Styrkor

Beskriv tidigare försök till förändring på aktuella områden, styrkor och fungerande livsområden.

- Vilka steg har klienten redan tagit?
- Vilka färdigheter, egenskaper, intressen och värderingar har klienten, som kan antas vara till nytta i en förändringsprocess?
- Finns det stödjande socialt nätverk?
- Finns det fungerande livsområden?

Hypoteser

Formulera hypoteser om hur klientens olika problem kan tänkas hänga samman med varandra.

- Inlärningshistoria – Varför gör klienten som hen gör?
- Finns gemensamma nämnare hos problemen?
- Funktion och mönster?
- Vilken behandling adresserar problemen bäst?

Behandlingsmål

Formulera konkreta behandlingsmål tillsammans med klienten.

- Behandlingsmålen bör gå i linje med klientens framtidstankar och livsmål
- Formulera mål efter SMART-principen (Specifikt, Mätbart, Angeläget, Realistiskt, Tidsbestämt)
- Formulera behandlingsmålet utifrån positiva termer, vad klienten vill uppnå snarare än vad hen vill undvika (inte ”inte-mål”).

Tänkbart behandlingsinnehåll

Formulera konkret behandlingsinnehåll tillsammans med klienten. Ta hänsyn till klientens inlärningsstil, kognitiv förmåga, kultur, tidigare förändringsförsök och styrkor (mottaglighetsfaktorer)

- Psykologisk inriktning? Metod och teknik?
- Motivation till förändring?
- Prioritet – Var ska vi börja?
- Kartlägg hinder