

# Sjekkliste for avslutning av behandling

**Forbered pasienten eksplisitt på avslutningen**

**Snakk om hvordan avslutningen vil bli, og minn pasienten om når terapien avsluttes.**

<b>Adresser følelser knyttet til avslutning</b>	Utforsk pasientens følelser knyttet til avslutning av behandlingsrelasjon, inkludert opplevelse av tap.
<b>Reflekter over pasientens fremgang</b>	Vektlegg positive endringer, konkretiser fremgangen, hjelp pasienten til å forstå endringene.
<b>Uttrykk stolthet over pasientens fremgang</b>	Attribuer fremgang til pasientens innsats, uttrykk glede over ferdigheter som er ervervet, vis tilfredshet ved godt samarbeid, og uttrykk evt. noen av egne følelser knyttet til avslutningen
<b>Diskuter pasientens fremtidige funksjon og mestring</b>	Behandle risiko for tilbakefall, hvilke nye ferdigheter som kan benyttes for å håndtere fremtidige utfordringer
<b>Hjelp pasienten til å benytte ferdigheter etter terapien</b>	Legg plan for å øve på nye ferdigheter "i den virkelige verden". Vektlegg at pasienten vil fortsette å lære når hun øver.
<b>Pasientens utvikling kan forstås som uferdig</b>	Normaliser ideen at problemer er en naturlig del av livet og at vi lærer gjennom å håndtere problemene. Minn om ressurser som kan være hjelpsomme i møte med fremtidige problemer.
<b>Skap for forventning om vekst og utvikling i tiden etter terapien</b>	Pek på at prestasjoner oppnådd i terapien forventes å påvirke funksjonen i andre sider ved livet.

Fritt etter Scott Miller 2018

<https://www.scottdmiller.com/wp-content/uploads/2017/11/Termination-Checklist.pdf>

og Norcross m.fl. (2017). Do all therapists do that when saying goodbye? Psychotherapy, 54, 66-75.