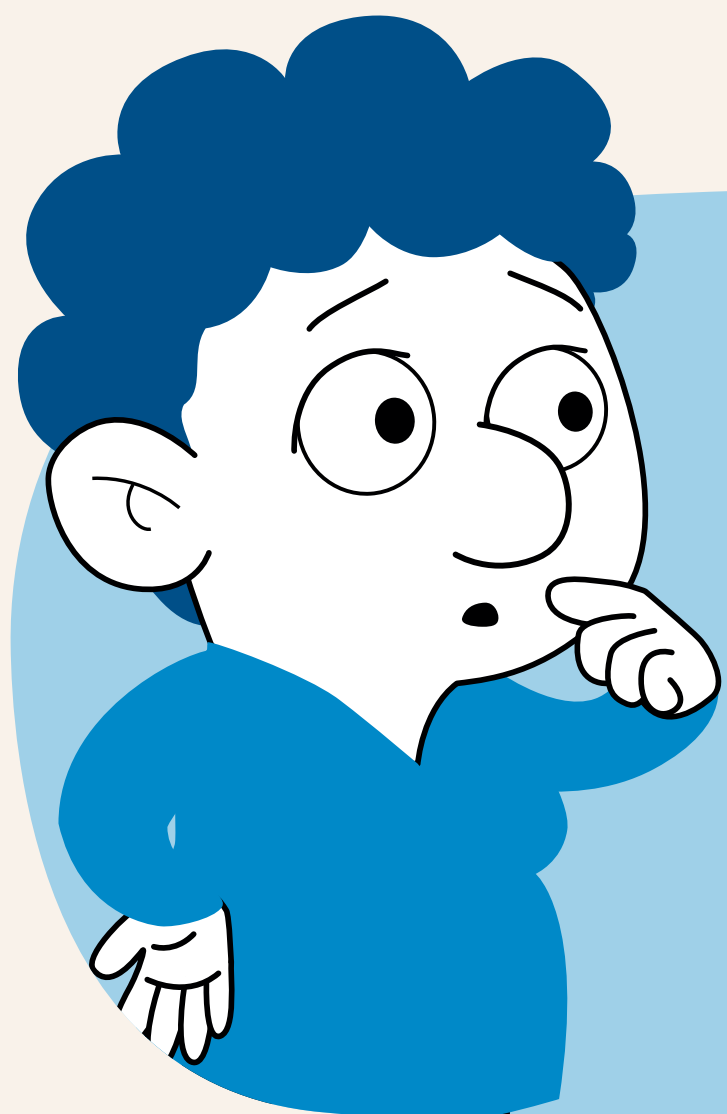


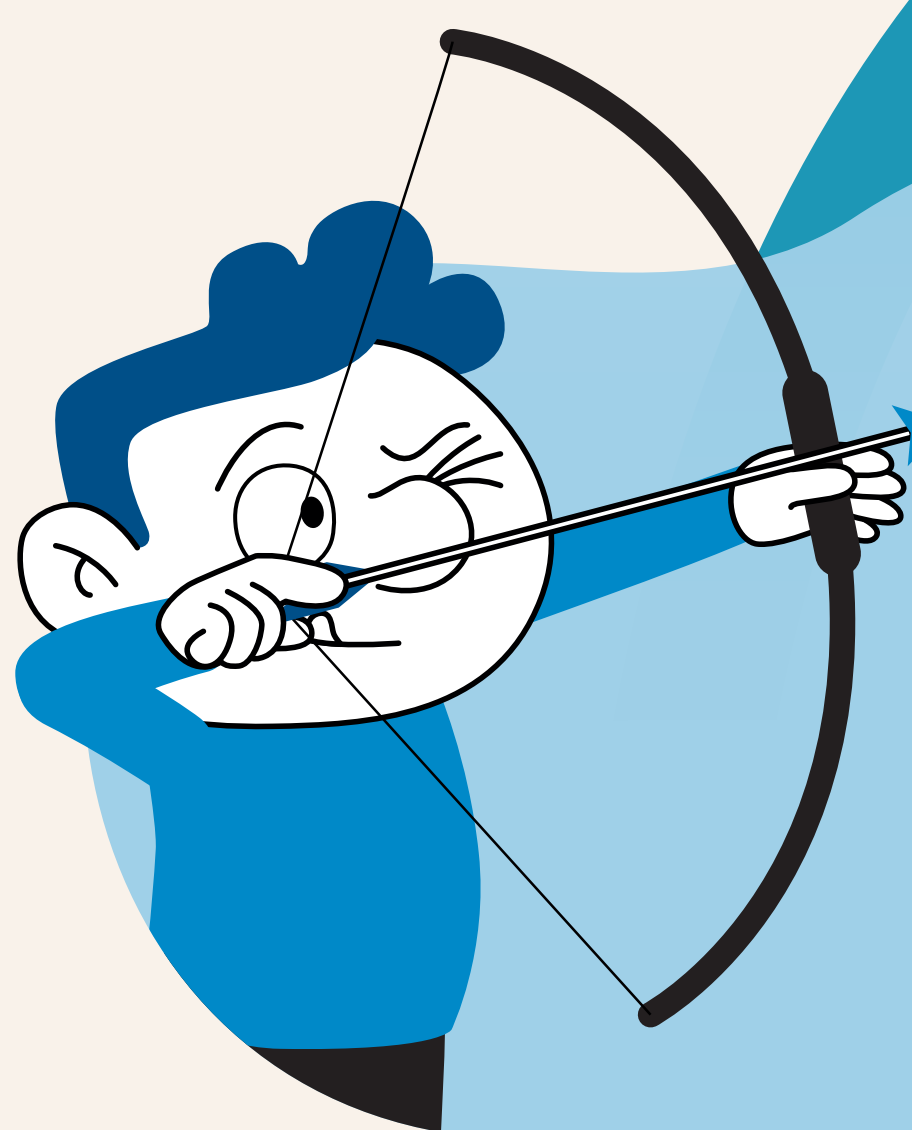
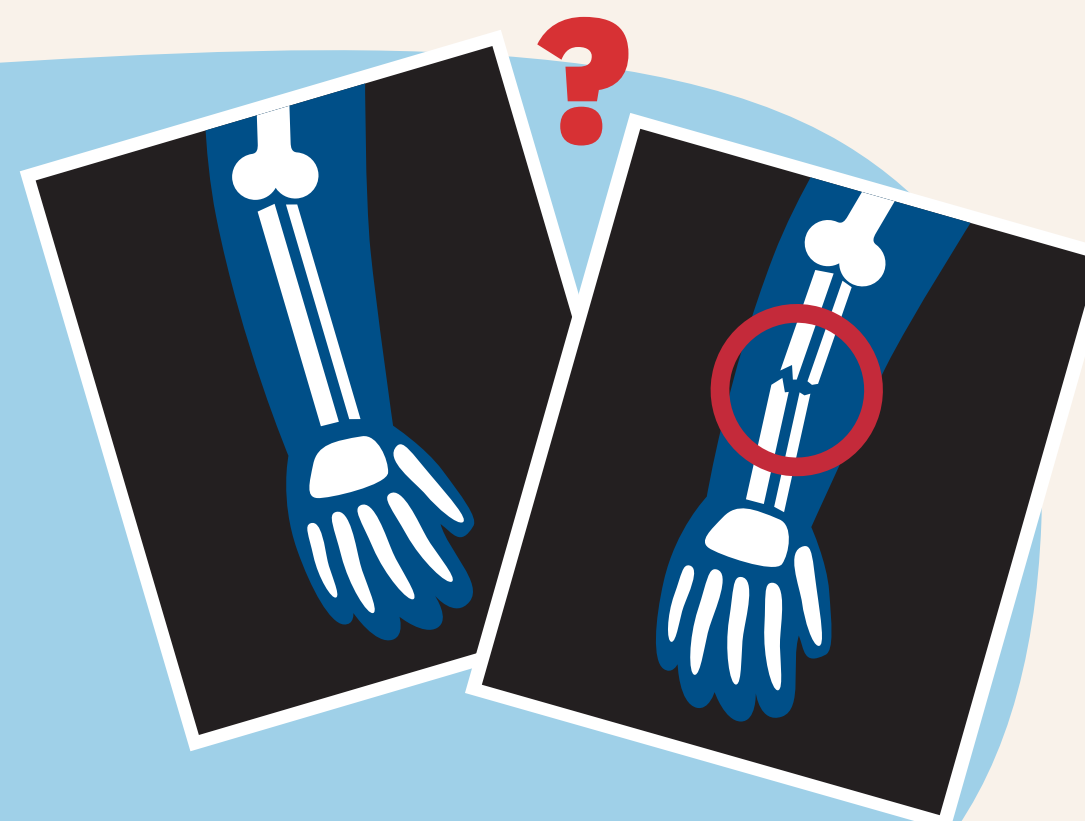
Smerte

Uden handling ingen forandring



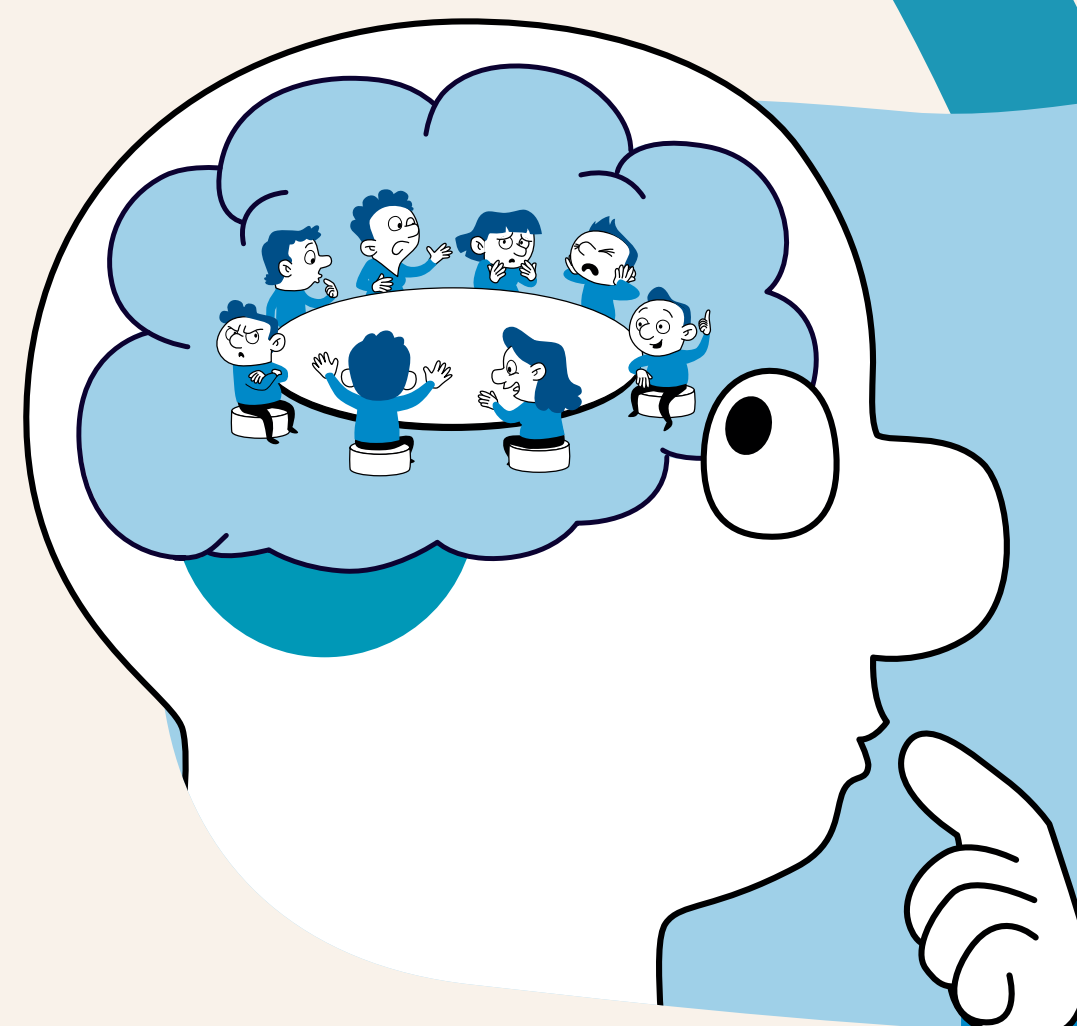
Giver det mening?

Hvad tænker du om dine smerter?
Hvad tænker du om din situation?
Hvad fejler du og hvad fejler du ikke?



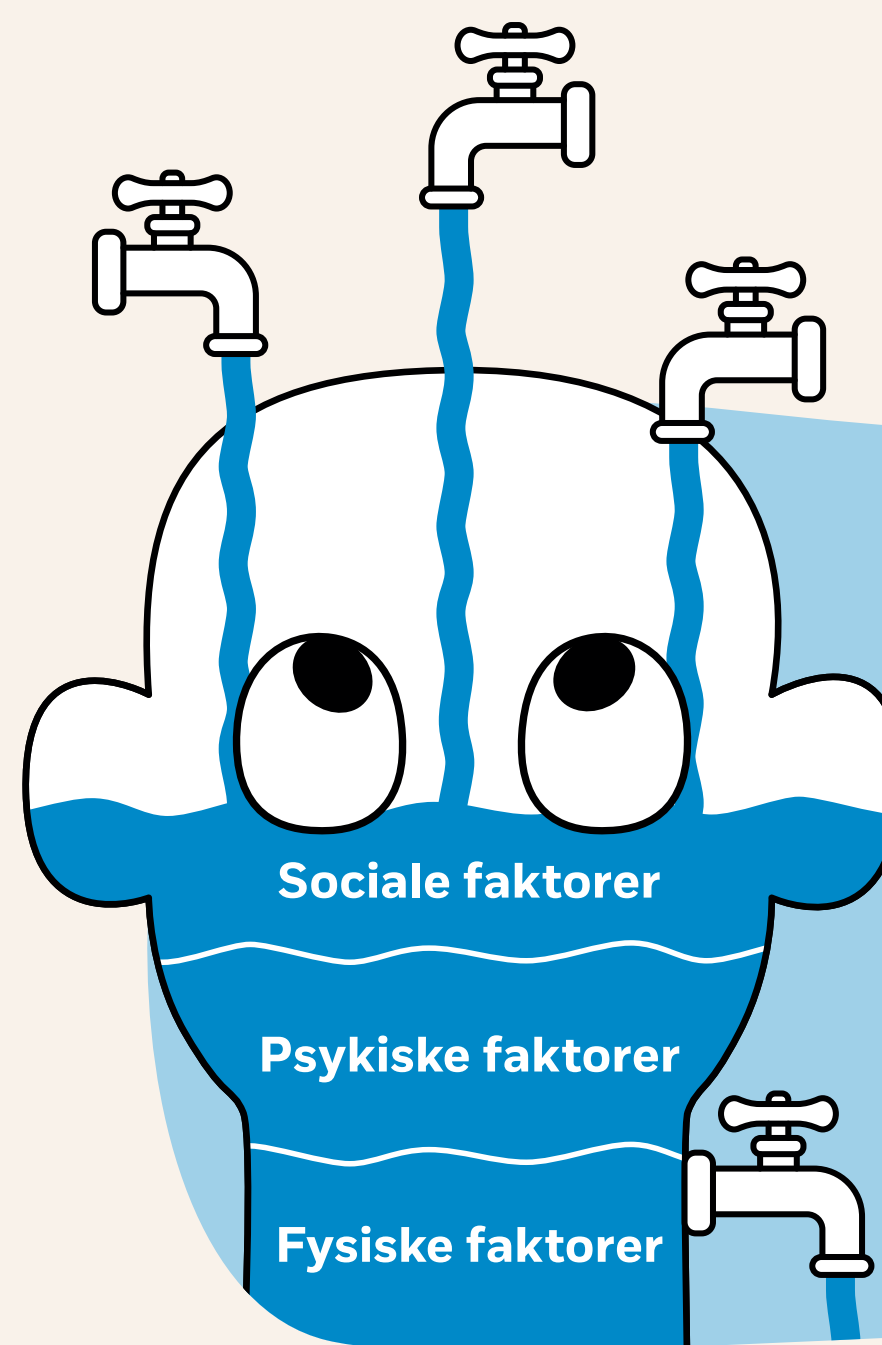
Mål og handling

Hvad vil du gerne kunne og hvornår?
Hvor ser du konkrete barrierer?
Kan vi fjerne noget for at frigive ressourcer?



Faktorer

Kan du finde fysiske, men også mentale faktorer, som har indflydelse på dine smerte



Hvad kan du skrue på?

Hvad kan du ikke ændre?
Hvad er svært at ændre?
Hvad kan du hurtigt ændre?



Prøv dig frem!

- Gik det godt?
- Både/og?
- Gik det dårligt?

Hvad skete der?

Tal med os!

