



Håp

- Tro på muligheten for bedring
- Motivasjon til endring
- Håp-Inspirerende relasjoner
- Positiv tenkning
- Verdsetting av suksess
- Å ha drømmer og ambisjoner/mål

Identitet

- Dimensjoner/faser av identitet
- Redefinere en positiv identitet
- Overkomme stigmatisering

Samhørighet

- Likemannsstøtte og støttegrupper
- Relasjoner
- Støtte fra andre
- Være en del av samfunnet

Mening i livet

- Mening i sykdomserfaringer
- Religion/spiritualitet
- Livskvalitet
- Meningsfullt liv og sosiale roller
- Meningsfullt liv og sosiale mål
- Gjenoppbygge livet

Empowerment Selvhevdelse

- Personlig ansvar
- Kontroll over livet
- Fokus på styrker
- Ta egne valg

RECOVERY

Leamy med flere (2011)



SANDNES KOMMUNE
MESTRINGSENHETEN