Behandlere benytter kunnskaps-og forskningsbaserte tilnærminger som gir hjelp som hjelper. Det sentrale er at vi i tett samarbeid med den man skal hjelpe, finner ut hva som fungerer for den enkelte og bistår med endringsfokuserte, virksomme tiltak. Det settes konkrete mål for forløpet og det forventes at personen deltar i egen bedringsprosess for å få utbytte av oppfølgingen/behandlingen