

# Harjoitus: Vaiheittainen tapa

---

## Kenelle?

Motivoituneelle ja yhteistyökykyiselle sairastuneelle, kun odotettavissa on melko vähän vastustusta. Sopii paremmin myös silloin, jos sairastuneella on neuropsykiatrisia häiriöitä.

## Milloin?

Kun pyritään esimerkiksi laajentamaan ja monipuolistamaan ruokavaliota tai helpottamaan syömistä kodin ulkopuolella.

## Miten?

Listataan sairastuneen kanssa pelot pienimmästä suurimpaan. Aloitetaan pienimmästä pelosta, ja edetään pikkuhiljaa isompiin. Sovitaan etukäteen, mitä ja milloin tapahtuu.

---