Misura di fedeltà all'ACT (ACT-FM)

ACT-FM

Informazioni sull'ACT-FM

Questa misura è destinata a clinici esperti di ACT che ne comprendono i principi. Può essere utilizzata per valutare la fedeltà del clinico all'ACT in diversi contesti (ad es. come strumento per valutare la propria pratica clinica o quella di un altro clinico, oppure come strumento di ricerca). Gli item rilevano quattro aree chiave dell'ACT: **Atteggiamento del terapeuta, Stile di risposta aperto, Stile di risposta consapevole** e **Stile di risposta impegnato**. Queste aree sono descritte di seguito con le relative definizioni. Sono presenti item per valutare i comportamenti del terapeuta coerenti e incoerenti con queste aree. Ad esempio, nella sezione Stile di risposta aperto, un item coerente con l'ACT è "Il terapeuta offre al paziente l'opportunità di notare come interagisce con i propri pensieri e/o emozioni (ad es. se in modo evitante o aperto)", mentre un item incoerente con l'ACT è "Il terapeuta incoraggia il paziente a 'pensare positivo' o a sostituire i pensieri negativi con pensieri positivi come obiettivo del trattamento". Ciò perché è possibile essere sia coerenti sia incoerenti con l'ACT all'interno della stessa seduta, e può essere utile registrarlo a fini di ricerca o di formazione. Gli item coerenti e incoerenti non sono l'uno l'opposto dell'altro. Se la valutazione degli item incoerenti non è pertinente ai propri scopi, è possibile ometterli.

Definizioni

Atteggiamento del terapeuta

L'atteggiamento assunto dal terapeuta è paritario, compassionevole e non giudicante. Il terapeuta dovrebbe mostrare empatia e calore ed essere guidato da ciò che il paziente porta. Il terapeuta non cerca di far cambiare idea al paziente, ma di guidarlo a notare la propria esperienza attraverso tecniche esperienziali. Il terapeuta incoraggia l'assunzione di responsabilità, si focalizza sul contesto e funge da modello di risposte e comportamenti di flessibilità psicologica.

Stile di risposta consapevole

È la capacità di entrare in contatto in modo flessibile con il momento presente. Può comportare la pratica di esercizi volti a sviluppare la capacità del paziente di prestare attenzione al momento presente in modo non giudicante. Il terapeuta può incoraggiare il paziente ad assumere una prospettiva di osservatore sulle proprie esperienze psicologiche, quando ciò contribuisce ad aumentare l'efficacia del suo comportamento.

Stile di risposta aperto

È la capacità di aprirsi alle esperienze, di osservarle e descriverle senza restarne invischiati e senza cercare di ridurle. Il terapeuta può lavorare su abilità che promuovono la disponibilità del paziente a stare con pensieri, emozioni o sensazioni difficili, quando ciò è al servizio dei suoi valori e obiettivi. Può utilizzare con il paziente tecniche o esercizi di defusione, offrendogli l'opportunità di notare i propri pensieri o di prenderne le distanze.

Stile di risposta impegnato

È la capacità di identificare, chiarire e agire in accordo con i propri valori in modo continuativo. Il terapeuta può offrire al paziente l'opportunità di identificare i propri valori. Può aiutarlo a definire obiettivi e azioni che supportino i suoi valori, e a pianificare e mettere in atto tali azioni.

Come usare l'ACT-FM

Procedura

- Questa misura si focalizza sul comportamento del terapeuta.
- Il terapeuta potrebbe non avere l'opportunità di mostrare tutti i comportamenti rilevati dall'ACT-FM, soprattutto nelle sedute brevi.
- Assegnare i punteggi solo sulla base dei comportamenti osservati, non di ciò che si ritiene il terapeuta avrebbe fatto se avesse avuto più tempo a disposizione.
- Un singolo comportamento del terapeuta può essere codificato in tutti gli item pertinenti, non solo in quello più adatto.
- Prima di valutare la seduta, familiarizzare con la misura e con gli item, così da poter trovare facilmente l'item corrispondente quando si osserva il clinico metterlo in atto.
- Prendere appunti, durante l'ascolto o la visione della seduta, nello spazio sotto ciascun item.
- Avere in mente esempi specifici quando si assegnano i punteggi.
- Assegnare i punteggi agli item alla fine della seduta e non durante, poiché le valutazioni possono cambiare.

Punteggio

Assegnare un punteggio a ciascun item in base ai comportamenti uditi o osservati, cerchiando il numero accanto all'item. Si attribuisce 0 se il comportamento non si è verificato e da 1 a 3 se si è verificato; assegnare un punteggio superiore a 0 solo se si sentono o si vedono esempi del comportamento. I punteggi più alti si attribuiscono quando il comportamento si presenta con maggiore costanza. Assegnare solo punteggi interi (ad es. non attribuire 2,5). Nell'assegnare i punteggi sarà necessario ricorrere al proprio giudizio clinico, tenendo presente il contesto della seduta e considerando la funzione del comportamento del terapeuta.

© University of Leeds • Uso libero • Non modificare senza il permesso degli autori • Traduzione italiana

Misura di fedeltà all'ACT (ACT-FM)

ACT-FM

Nome e qualifica professionale del valutatore: _____ Data della valutazione: _____

Nome e qualifica professionale del terapeuta: _____

ID paziente: _____ Seduta n.: _____ Data della seduta: _____

Durata della seduta valutata: _____

☐ Osservazione diretta ☐ Registrazione audio ☐ Registrazione video

Punteggio

0 = Questo comportamento non si è mai verificato

1 = Il terapeuta mette in atto raramente questo comportamento

2 = Il terapeuta mette in atto talvolta questo comportamento

3 = Il terapeuta mette in atto costantemente questo comportamento

Atteggiamento del terapeuta

	Coerente con l'ACT	Punteggio
1	Il terapeuta sceglie metodi sensibili alla situazione e al contesto (cioè in modo flessibile e responsivo, anziché con un approccio "uguale per tutti").	**0 1 2 3**
2	Il terapeuta utilizza metodi/domande esperienziali (cioè aiuta il paziente a notare e utilizzare la propria esperienza, anziché i pensieri sulla propria esperienza).	**0 1 2 3**
3	Il terapeuta comunica che è naturale provare pensieri ed emozioni dolorosi o difficili quando ci si trova in circostanze come quelle vissute dal paziente.	**0 1 2 3**
4	Il terapeuta dimostra disponibilità a stare con i pensieri e le emozioni dolorosi, propri e del paziente, e con le situazioni che li generano.	**0 1 2 3**

	Incoerente con l'ACT	Punteggio
5	Il terapeuta fa prediche al paziente (ad es. dà consigli, cerca di convincere il paziente, ecc.).	**0 1 2 3**
6	Il terapeuta si affretta a rassicurare, minimizzare o passare oltre rispetto a pensieri ed emozioni "spiacevoli" o "difficili" quando emergono.	**0 1 2 3**
7	Le conversazioni del terapeuta si collocano su un livello eccessivamente concettuale (cioè il terapeuta enfatizza troppo la comprensione verbale dei concetti, anziché utilizzare metodi esperienziali per il cambiamento comportamentale).	**0 1 2 3**

Stile di risposta aperto

	Coerente con l'ACT	Punteggio
8	Il terapeuta aiuta il paziente a notare i pensieri come esperienze distinte dagli eventi che descrivono.	**0 1 2 3**
9	Il terapeuta offre al paziente l'opportunità di notare come interagisce con i propri pensieri e/o emozioni (ad es. se in modo evitante o aperto).	**0 1 2 3**
10	Il terapeuta incoraggia il paziente a "stare con" pensieri ed emozioni dolorosi (al servizio dei propri valori).	**0 1 2 3**

	Incoerente con l'ACT	Punteggio
11	Il terapeuta incoraggia il paziente a controllare o ridurre il disagio (o altre emozioni) come obiettivo primario della terapia.	**0 1 2 3**
12	Il terapeuta incoraggia il paziente a "pensare positivo" o a sostituire i pensieri negativi con pensieri positivi come obiettivo del trattamento.	**0 1 2 3**
13	Il terapeuta incoraggia o rinforza l'idea che la fusione o l'evitamento siano intrinsecamente negativi, anziché valutarli in base alla loro funzionalità.	**0 1 2 3**

© University of Leeds • Uso libero • Non modificare senza il permesso degli autori • Traduzione italiana

Misura di fedeltà all'ACT (ACT-FM)

ACT-FM

Punteggio

0 = Questo comportamento non si è mai verificato
1 = Il terapeuta mette in atto raramente questo comportamento
2 = Il terapeuta mette in atto talvolta questo comportamento
3 = Il terapeuta mette in atto costantemente questo comportamento

Stile di risposta consapevole

Coerente con l'ACT		Punteggio
14	Il terapeuta utilizza metodi focalizzati sul momento presente (ad es. esercizi di mindfulness, monitoraggio, notare, ecc.) per aumentare la consapevolezza del momento, inclusi pensieri ed emozioni.	**0 1 2 3**
15	Il terapeuta aiuta il paziente a notare gli stimoli (pensieri, emozioni, situazioni, ecc.) che lo agganciano allontanandolo dal momento presente.	**0 1 2 3**
16	Il terapeuta aiuta il paziente a sperimentare di essere più grande delle proprie esperienze psicologiche e/o separato da esse.	**0 1 2 3**

Incoerente con l'ACT		Punteggio
17	Il terapeuta introduce o utilizza metodi di mindfulness e/o di sé come contesto come mezzi per controllare, ridurre o distrarsi da pensieri, emozioni e sensazioni corporee indesiderati.	**0 1 2 3**
18	Il terapeuta introduce o utilizza metodi di mindfulness e/o di sé come contesto per mettere in discussione l'accuratezza di convinzioni o pensieri.	**0 1 2 3**
19	Il terapeuta introduce metodi di mindfulness e/o di sé come contesto come esercizi standardizzati e meccanici.	**0 1 2 3**

Stile di risposta impegnato

Coerente con l'ACT		Punteggio
20	Il terapeuta offre al paziente l'opportunità di notare le risposte funzionali e non funzionali (ad es. se le proprie azioni lo avvicinano o lo allontanano dai propri valori).	**0 1 2 3**
21	Il terapeuta offre al paziente l'opportunità di chiarire i propri valori (obiettivi di vita sovraordinati e qualità dell'azione).	**0 1 2 3**
22	Il terapeuta aiuta il paziente a fare piani e a porsi obiettivi che verosimilmente porteranno a conseguenze rinforzanti (cioè modella azioni coerenti con i suoi valori).	**0 1 2 3**

Incoerente con l'ACT		Punteggio
23	Il terapeuta impone al paziente i propri valori, quelli di altri o quelli della società (cioè suggerisce a che cosa il paziente dovrebbe o non dovrebbe dare valore, o come dovrebbe concretizzarsi il dare valore a qualcosa).	**0 1 2 3**
24	Il terapeuta incoraggia l'azione senza prima ascoltare, esplorare o mostrare curiosità verso le esperienze psicologiche del paziente (ad es. pensieri, sentimenti ed emozioni dolorosi).	**0 1 2 3**
25	Il terapeuta incoraggia i piani proposti dal paziente anche quando il paziente ne ha notato evidenti limiti di fattibilità.	**0 1 2 3**

Calcolo dei punteggi

Il punteggio totale di ciascuna sottoscala si calcola sommando i 3 item. La sezione Atteggiamento del terapeuta – Coerente con l'ACT contiene 4 item: per ottenere un totale su 9, in linea con le altre sezioni, sommare i 4 item, dividere per 4 e moltiplicare per 3. Gli item coerenti con l'ACT possono essere sommati per ottenere un punteggio totale di coerenza con l'ACT, e gli item incoerenti per ottenere un punteggio totale di incoerenza con l'ACT.

Atteggiamento del terapeuta – Coerente con l'ACT (0-9) =
Stile di risposta aperto – Coerente con l'ACT (0-9) =
Stile di risposta consapevole – Coerente con l'ACT (0-9) =
Stile di risposta impegnato – Coerente con l'ACT (0-9) =
Punteggio totale di coerenza con l'ACT (0-36) =

Atteggiamento del terapeuta – Incoerente con l'ACT (0-9) =
Stile di risposta aperto – Incoerente con l'ACT (0-9) =
Stile di risposta consapevole – Incoerente con l'ACT (0-9) =
Stile di risposta impegnato – Incoerente con l'ACT (0-9) =
Punteggio totale di incoerenza con l'ACT (0-36) =

© University of Leeds • Uso libero • Non modificare senza il permesso degli autori • Traduzione italiana