Scala di valutazione dell'Acceptance and Commitment Therapy

Terapeuta:_____ Paziente: 1 o 2 Data della seduta:_____

Valutatore:_____ Data della valutazione:_____ Seduta n._____

Istruzioni: valutare ogni registrazione attribuendo al terapeuta un punteggio su una scala da 0 a 5 e riportarlo sulla linea accanto al numero dell'item. Di seguito è riportata una scala di valutazione generale, che serve da guida per orientarsi nell'attribuzione dei punteggi nel loro complesso. Nel valutare il terapeuta, concentrarsi sulla sua competenza e tenere conto della difficoltà del caso presentato. Nel considerare il livello di competenza, la valutazione dovrebbe basarsi sulla conduzione complessiva e sull'impressione generale di quanto bene il terapeuta abbia operato su tutti gli item riportati di seguito. Un livello di competenza elevato va riconosciuto quando il terapeuta mette in atto i 6 processi fondamentali, adotta l'atteggiamento terapeutico ACT e utilizza la tecnologia ACT in modo appropriato nel corso del trattamento e come definito negli item seguenti.

0 = Competenza/qualità scarsa. Il terapeuta non ha utilizzato l'approccio ACT o i processi fondamentali, oppure non è stato in grado di utilizzarli per mancanza di conoscenze; il terapeuta non ha dimostrato alcuna competenza, ha utilizzato processi incoerenti con l'ACT o interventi che sostenevano l'uso di strategie di controllo rivolte all'esperienza interna; *privo di competenza; è necessario un miglioramento sostanziale.*

1 = Competenza/qualità bassa. Il terapeuta ha utilizzato i processi ACT, ma con scarsa competenza o con difetti significativi; i processi ACT si sono presentati occasionalmente *ma con scarsa competenza; è necessario un discreto miglioramento.*

2 = Competenza/qualità adeguata. Il terapeuta ha utilizzato i processi ACT con una certa competenza e in misura *soddisfacente*; i processi ACT si sono presentati *con competenza adeguata; è necessario qualche miglioramento.*

3 = Competenza/qualità buona. Il terapeuta ha utilizzato i processi ACT con un buon livello di competenza; i processi ACT si sono presentati *con buona competenza; è necessario un miglioramento minimo.*

4 = Competenza/qualità eccellente. Il terapeuta ha utilizzato i processi ACT con un elevato livello di competenza (ha messo in atto i sei processi fondamentali in modo appropriato, applica con abilità la tecnologia ACT, fa da modello dei processi ACT in terapia, ecc.); i processi ACT si sono presentati *con competenza eccellente.*

Parte I. ATTEGGIAMENTO TERAPEUTICO ACT GENERALE

____1. <u>Competenza nell'applicazione dei processi ACT</u>. Il terapeuta ha risposto al paziente in modo flessibile e competente e utilizza i processi ACT pertinenti in modo appropriato per aiutarlo a passare da risposte non funzionali a risposte funzionali che riflettono i suoi valori.

0 Il terapeuta *non* ha utilizzato processi coerenti con l'ACT o li ha utilizzati *senza competenza; è necessario un miglioramento sostanziale.*
1 Il terapeuta ha utilizzato processi coerenti con l'ACT, *ma con scarsa competenza; è necessario un discreto miglioramento.*
2 Il terapeuta ha utilizzato processi coerenti con l'ACT *con competenza adeguata; è necessario qualche miglioramento.*
3 Il terapeuta ha utilizzato processi coerenti con l'ACT *con buona competenza; è necessario un miglioramento minimo.*
4 Il terapeuta ha messo in atto processi coerenti con l'ACT *con competenza eccellente.*

Sviluppata da: Robyn D. Walser, Barr Taylor, Mickey Trockel & Brad Karlin con il contributo di John Billig, Scott Cornelius, James Gillies, Jennifer Gregg, Steven Hayes, Lutz Hess, Kelly Koerner, Jason Luoma, Kevan McCutcheon, DJ Moran, Vince Roca, Alethea Varra e Darrah Westrup. Per informazioni: robyn.walser@va.gov • Traduzione italiana

___2. Relazione interpersonale. Il terapeuta è rispettoso, compassionevole e autentico nel rispondere al paziente e gli si rivolge da una posizione paritaria, disponibile e vulnerabile.

0 Il terapeuta *non* ha risposto né messo in atto comportamenti rispettosi, compassionevoli e autentici nel lavoro con il paziente; non disponibile; *privo di competenza; è necessario un miglioramento sostanziale.*
1 Il terapeuta ha risposto e messo in atto comportamenti rispettosi, compassionevoli, disponibili e autentici, *ma con scarsa competenza; è necessario un discreto miglioramento.*
2 Il terapeuta ha risposto e messo in atto comportamenti rispettosi, compassionevoli, disponibili e autentici *con competenza adeguata; è necessario qualche miglioramento.*
3 Il terapeuta ha risposto e messo in atto comportamenti rispettosi, compassionevoli, disponibili e autentici *con buona competenza; è necessario un miglioramento minimo.*
4 Il terapeuta ha mostrato rispetto, compassione, disponibilità e autenticità nel rispondere al paziente *con competenza eccellente.*

___3. Modellare i processi ACT nella relazione terapeutica. Il terapeuta fa da modello, promuove e sostiene i processi ACT all'interno della relazione terapeutica stessa. Gli scambi tra paziente e terapeuta sono improntati all'accettazione e alla defusione, focalizzati su ciò che è presente, e includono il riconoscimento reciproco dei processi del sé come contesto, mostrando al contempo un comportamento flessibile legato ai valori personali.

0 Il terapeuta *non* ha fatto da modello, promosso o sostenuto i processi ACT. Lo scambio *non* era improntato all'accettazione e alla defusione né focalizzato su ciò che è presente; nessun modellamento di comportamento flessibile; *privo di competenza; è necessario un miglioramento sostanziale.*
1 Il terapeuta fa da modello, promuove e sostiene i processi ACT. Lo scambio è avvenuto con *una certa* accettazione, defusione e flessibilità, *ma con scarsa competenza; è necessario un discreto miglioramento.*
2 Il terapeuta fa da modello, promuove e sostiene i processi ACT nella relazione terapeutica in misura soddisfacente; lo scambio era improntato all'accettazione ed è avvenuto *con competenza adeguata; è necessario qualche miglioramento.*
3 Il terapeuta fa da modello, promuove e sostiene i processi ACT nella relazione terapeutica in buona misura; lo scambio è avvenuto con accettazione, defusione e flessibilità e *con buona competenza; è necessario un miglioramento minimo.*
4 Il terapeuta fa da modello, promuove e sostiene i processi ACT in misura ottimale; lo scambio è avvenuto con accettazione, defusione e flessibilità e *con competenza eccellente.*

Parte II. TECNOLOGIA ACT

___4. Strategia per il cambiamento comportamentale. Il terapeuta utilizza una chiara strategia di concettualizzazione del caso secondo l'ACT, identificandola e applicandola in modo continuativo alle aree problematiche, affrontando i pattern di evitamento esperienziale e di controllo emotivo e i modi in cui questi comportamenti hanno portato a un comportamento del paziente ristretto e rigido. Inoltre, il terapeuta è in grado di valutare i fattori motivazionali, le barriere ambientali e i punti di forza del paziente da una prospettiva ACT e utilizza queste informazioni per formulare e attuare in modo continuativo un piano di trattamento.

0 Il terapeuta *non è in grado* di utilizzare strategie di cambiamento basate sulla concettualizzazione del caso secondo l'ACT; non comprende l'evitamento esperienziale, utilizza strategie di controllo interno per guidare il trattamento; non lascia che la formulazione del caso secondo l'ACT guidi il trattamento in modo continuativo; *privo di competenza; è necessario un miglioramento sostanziale.*
1 Il terapeuta applica una concettualizzazione del caso secondo l'ACT, ma mostra difetti significativi nella strategia e la utilizza *ma con scarsa competenza; è necessario un discreto miglioramento.*
2 Il terapeuta applica una concettualizzazione del caso secondo l'ACT *con competenza adeguata; è necessario qualche miglioramento.*
3 Il terapeuta applica una concettualizzazione del caso secondo l'ACT *con buona competenza; è necessario un miglioramento minimo.*
4 Il terapeuta applica una concettualizzazione del caso secondo l'ACT *con competenza eccellente.*

___5. Utilizzo di metafore ed esercizi. Il terapeuta è in grado di utilizzare metafore ed esercizi coerenti con l'ACT e li applica al momento opportuno nella seduta (secondo quanto stabilito dal protocollo o secondo le necessità del paziente) e in modo coerente con le componenti fondamentali.

0 Il terapeuta *non* comprende e/o non utilizza metafore ed esercizi ACT in seduta; *privo di competenza; è necessario un miglioramento sostanziale.*
1 Il terapeuta utilizza metafore ed esercizi ACT in seduta, ma mostra difetti significativi nella loro applicazione; metafore ed esercizi vengono utilizzati *ma con scarsa competenza; è necessario un discreto miglioramento.*
2 Il terapeuta utilizza metafore ed esercizi ACT *con competenza adeguata; è necessario qualche miglioramento.*
3 Il terapeuta utilizza metafore ed esercizi ACT *con buona competenza; è necessario un miglioramento minimo.*
4 Il terapeuta utilizza metafore ed esercizi ACT in modo appropriato e *con competenza eccellente.*

____6. Compiti a casa coerenti con l'ACT. Il terapeuta utilizza compiti a casa/impegni coerenti con i valori a sostegno della terapia, assegnando compiti a casa con regolarità e/o quando opportuno. I compiti a casa/impegni sostengono i valori personali del paziente e/o promuovono una modalità di risposta flessibile.

0 Il terapeuta *non* comprende come utilizzare e/o non utilizza compiti a casa/impegni coerenti con l'ACT; *privo di competenza; è necessario un miglioramento sostanziale.*

1 Il terapeuta utilizza compiti a casa/impegni, ma mostra difetti significativi nella loro applicazione (assegna compiti a casa solo raramente; assegna compiti a casa non coerenti con i valori o che contengono strategie di controllo interno); li utilizza *ma con scarsa competenza; è necessario un discreto miglioramento.*

2 Il terapeuta utilizza compiti a casa/impegni *con competenza adeguata; è necessario qualche miglioramento.* (Assegna compiti a casa occasionalmente; i compiti a casa sono collegati ai valori.)

3 Il terapeuta utilizza compiti a casa/impegni *con buona competenza; è necessario un miglioramento minimo.* (Assegna compiti a casa abitualmente; i compiti a casa sono coerenti con i valori.)

4 Il terapeuta mette in atto *in modo appropriato* compiti a casa/impegni *con competenza eccellente.*

Parte III. COMPETENZE FONDAMENTALI ACT

____7. Disponibilità/Accettazione. Il terapeuta aiuta il paziente a vedere la disponibilità/accettazione esperienziale come un'alternativa al controllo interno eccessivo e applicato in modo inappropriato. Il terapeuta lavora per aiutare il paziente a vedere la disponibilità come una scelta e un processo, piuttosto che come un risultato.

NA Non applicabile (non si è verificato in modo appropriato; non pertinente per questa seduta)
0 Il terapeuta *non* comprende e/o non utilizza il lavoro sulla disponibilità/accettazione in seduta; *privo di competenza; è necessario un miglioramento sostanziale.*
1 Il terapeuta utilizza il lavoro sulla disponibilità/accettazione, ma mostra difetti significativi nella sua applicazione; la disponibilità/accettazione viene utilizzata *ma con scarsa competenza; è necessario un discreto miglioramento.*
2 Il terapeuta utilizza la disponibilità/accettazione *con competenza adeguata; è necessario qualche miglioramento.*
3 Il terapeuta utilizza il lavoro sulla disponibilità/accettazione *con buona competenza; è necessario un miglioramento minimo.*
4 Il terapeuta mette in atto *in modo appropriato* il lavoro sulla disponibilità/accettazione *con competenza eccellente.*

___8. Defusione cognitiva. Il terapeuta aiuta il paziente a vedere i pensieri per quello che sono (semplicemente pensieri), così che si possa rispondere a essi in termini di funzionalità rispetto ai valori del paziente, anziché in base al loro contenuto letterale. Il paziente viene aiutato a prestare attenzione al pensare e all'esperienza come processi comportamentali in corso.

NA Non applicabile (non si è verificato in modo appropriato; non pertinente per questa seduta)
0 Il terapeuta *non* comprende e/o non utilizza la defusione cognitiva in seduta; *privo di competenza; è necessario un miglioramento sostanziale.*
1 Il terapeuta utilizza la defusione cognitiva, ma mostra difetti significativi nella capacità di applicare questa abilità; utilizza la defusione *ma con scarsa competenza; è necessario un discreto miglioramento.*
2 Il terapeuta utilizza la defusione cognitiva *con competenza adeguata; è necessario qualche miglioramento.*
3 Il terapeuta utilizza il lavoro di defusione cognitiva *con buona competenza; è necessario un miglioramento minimo.*
4 Il terapeuta mette in atto *in modo appropriato* la defusione cognitiva *con competenza eccellente.*

___9. Momento presente. Il terapeuta aiuta il paziente a imparare a prestare attenzione a ciò che è presente in modo focalizzato, volontario e flessibile. Il terapeuta utilizza metodi di mindfulness e di consapevolezza intenzionale per aiutare il paziente a raggiungere la consapevolezza del momento presente. Il terapeuta rileva quando il paziente scivola nel passato o nel futuro e lo riorienta verso il "qui e ora".

NA Non applicabile (non si è verificato in modo appropriato; non pertinente per questa seduta)
0 Il terapeuta *non* comprende e/o non utilizza esercizi sul momento presente e non riconosce né applica i processi coinvolti nel sostenere il lavoro sul momento presente in seduta; *privo di competenza; è necessario un miglioramento sostanziale.*
1 Il terapeuta utilizza esercizi e processi sul momento presente, ma mostra difetti significativi nella loro applicazione; utilizza i processi del momento presente *ma con scarsa competenza; è necessario un discreto miglioramento.*
2 Il terapeuta utilizza esercizi sul momento presente *con competenza adeguata; è necessario qualche miglioramento.*
3 Il terapeuta utilizza i processi del momento presente *con buona competenza; è necessario un miglioramento minimo.*
4 Il terapeuta mette in atto *in modo appropriato* i processi del momento presente *con competenza eccellente.*

___10. Sé come contesto. Il terapeuta aiuta il paziente a entrare in contatto con un senso di sé inteso come colui che sperimenta i contenuti privati (emozioni, pensieri, sensazioni, ricordi), anziché come il contenuto stesso. Il terapeuta aiuta il paziente a sperimentare questo senso di sé come continuo, sicuro e stabile, e come un luogo da cui osservare e accettare ogni esperienza mutevole.

NA Non applicabile (non si è verificato in modo appropriato; non pertinente per questa seduta)
0 Il terapeuta *non* comprende e/o non utilizza esercizi e processi di sé come contesto in seduta; *privo di competenza; è necessario un miglioramento sostanziale.*
1 Il terapeuta utilizza processi di sé come contesto, ma mostra difetti significativi nella loro applicazione; il sé come contesto viene utilizzato *ma con scarsa competenza; è necessario un discreto miglioramento.*
2 Il terapeuta utilizza processi di sé come contesto *con competenza adeguata; è necessario qualche miglioramento.*
3 Il terapeuta utilizza processi di sé come contesto *con buona competenza; è necessario un miglioramento minimo.*
4 Il terapeuta mette in atto *in modo appropriato* processi di sé come contesto *con competenza eccellente.*

___11. Direzione valoriale. Il terapeuta aiuta il paziente a chiarire e scegliere valori personali che diano significato alla vita e a stabilire una motivazione che sia nel presente e intrinseca al pattern di comportamento stesso. Il terapeuta guida il paziente a collegare il cambiamento comportamentale a questi valori, sostenendo al contempo la disponibilità a sperimentare emozioni, pensieri, sensazioni e ricordi (eventi privati interni) in modo aperto e non difensivo.

NA Non applicabile (non si è verificato in modo appropriato; non pertinente per questa seduta)
0 Il terapeuta *non* comprende come aiutare e/o non aiuta il paziente a entrare in contatto con i propri valori e a chiarirli in seduta; *privo di competenza; è necessario un miglioramento sostanziale.*
1 Il terapeuta utilizza processi di chiarificazione dei valori, ma mostra difetti significativi nella loro applicazione; utilizza il lavoro sui valori *ma con scarsa competenza; è necessario un discreto miglioramento.*
2 Il terapeuta utilizza processi di chiarificazione dei valori *con competenza adeguata; è necessario qualche miglioramento.*
3 Il terapeuta utilizza processi relativi alla direzione valoriale *con buona competenza; è necessario un miglioramento minimo.*
4 Il terapeuta mette in atto *in modo appropriato* processi di chiarificazione dei valori *con competenza eccellente.*

____12. Azione impegnata. Il terapeuta lavora con il paziente per creare un cambiamento comportamentale al servizio dei valori scelti, integrando questi cambiamenti in pattern di azione sempre più ampi che sostengano una vita efficace basata sui valori.

NA Non applicabile (non si è verificato in modo appropriato; non pertinente per questa seduta)
0 Il terapeuta *non* comprende come utilizzare e/o non utilizza il lavoro sull'azione impegnata in seduta; *privo di competenza; è necessario un miglioramento sostanziale.*
1 Il terapeuta utilizza e sostiene il lavoro sull'azione impegnata in seduta, ma ha mostrato difetti significativi nella sua applicazione; utilizza l'azione impegnata *ma con scarsa competenza; è necessario un discreto miglioramento.*
2 Il terapeuta utilizza e sostiene il lavoro sull'azione impegnata in seduta, stabilendo per il paziente obiettivi coerenti con i valori, *con competenza adeguata; è necessario qualche miglioramento.*
3 Il terapeuta utilizza e sostiene il lavoro sull'azione impegnata in seduta *con buona competenza; è necessario un miglioramento minimo.*
4 Il terapeuta mette in atto *in modo appropriato* e sostiene il lavoro sull'azione impegnata in seduta, stabilendo per il paziente obiettivi coerenti con i valori, *con competenza eccellente*.

Calcolo del punteggio:
Gli item 1-6 vanno sempre valutati.
Per gli item 7-12 possono esserci casi in cui non vengono valutati. Valutare tutti gli item a meno che una delle componenti fondamentali non si presenti nella seduta valutata.

Dopo aver valutato tutti gli item, sommare i punteggi degli item valutati e dividere per 12.

Punteggio totale _____

COMMENTI E SUGGERIMENTI PER IL MIGLIORAMENTO DEL TERAPEUTA:

Sviluppata da: Robyn D. Walser, Barr Taylor, Mickey Trockel & Brad Karlin con il contributo di John Billig, Scott Cornelius, James Gillies, Jennifer Gregg, Steven Hayes, Lutz Hess, Kelly Koerner, Jason Luoma, Kevan McCutcheon, DJ Moran, Vince Roca, Alethea Varra e Darrah Westrup. Per informazioni: robyn.walser@va.gov • Traduzione italiana

Parte IV. ALTRI ASPETTI

____14. Si sono verificati problemi particolari o straordinari durante la seduta (ad es. un problema interpersonale difficile, una resistenza considerevole)? SÌ ☐ NO ☐

Se “Sì”, valutare:

0 Il terapeuta non è stato in grado di risolvere il problema da una prospettiva ACT ed è ricorso a strategie di controllo/altri interventi, oppure non ha affrontato adeguatamente la questione.
1 Il terapeuta ha tentato di lavorare sul problema da una prospettiva ACT, ma ha mostrato difetti significativi nell'applicazione dell'ACT e il problema non è stato affrontato adeguatamente.
2 Il terapeuta ha lavorato sul problema da una prospettiva ACT in misura soddisfacente ed è stato moderatamente in grado di applicare le componenti fondamentali nell'affrontare il problema; la risoluzione del problema è avvenuta in misura soddisfacente; è opportuno qualche miglioramento.
3 Il terapeuta ha lavorato sul problema da una prospettiva ACT in larga misura e con buona competenza; il problema è stato in gran parte risolto; è necessario un miglioramento minimo.
4 Il terapeuta ha applicato con grande competenza le componenti fondamentali dell'ACT nell'affrontare il problema.

____15. Ci sono stati fattori significativi in questa seduta che si ritiene abbiano giustificato l'allontanamento del terapeuta dal protocollo/approccio ACT standard? SÌ ☐ NO ☐

Se “Sì”, spiegare:

____16. Ci sono stati periodi, commenti o interventi significativi incoerenti con la teoria e l'applicazione dell'ACT (ad esempio, il terapeuta ha indicato che un pensiero o un'emozione del paziente può portare a un determinato comportamento?) oppure sono stati comunicati al paziente messaggi secondo cui dovrebbe lavorare per controllare in modo inappropriato gli eventi interni (ad esempio, il terapeuta ha incoraggiato il paziente a evitare o controllare pensieri, emozioni, ricordi o sensazioni corporee?) SÌ ☐ NO ☐

Se “Sì”, spiegare: