

Modello di concettualizzazione iniziale del caso ACT

1. Presentazione del problema come riportato dal cliente:

Gli obiettivi iniziali del cliente (cosa si aspetta dalla terapia):

Riformulazione della presentazione del problema:

2. Quali sono i principali pensieri, emozioni, ricordi, scenari di cui il cliente non è disposto a fare esperienza?

- Pensieri
- Emozioni
- Ricordi
- Altro

3. Cosa fa il cliente per evitare queste esperienze?

- Evitamento esperienziale overt
(Attività/Situazioni/Gente che il cliente ha smesso di vedere o che evita esplicitamente)
- Strategie di controllo emozionale interne ed esterne
(es. distrazione, auto-istruzione, dissociazione, droga, autolesionismo)
- Evitamenti visibili in sessione o pattern di controllo emotivo
(es. cambi di argomento, argomenta poco, critiche, rischio di abbandono)

4. Fattori motivazionali rilevanti

(es. costi del comportamento nella vita quotidiana, l'esperienza del cliente di infattibilità, la chiarezza dei valori, la relazione terapeutica)

5. Ostacoli al cambiamento ambientali

(es. contingenze negative (disabilità), ambiente familiare/sociale non supportivo, circostanze immutabili, condizioni finanziarie, i costi del cambiamento [perdite sociali ecc...]).

6. Fattori che contribuiscono alla rigidità psicologica

(es. eccessiva rule governance lo controllo da parte della regola/credenza, rigida convinzione di essere nel giusto/funzionale/razionale, tendenza a dare ragione, difficoltà nella sfera del Sé (incapacità a descrivere/discriminare i sentimenti o i desideri), scarsa accettazione per le esperienze emotive, scarsa consapevolezza/capacità di essere nel momento presente, eccessivo attaccamento al Sé concettualizzato).

7. Su quali processi ACT è più utile lavorare?

8. Risorse e punti di forza del cliente:

9. Piano di trattamento iniziale:

Note: