**Бланк формулировки случая в терапии принятия и ответственности (версия 2.0)**

|  |
| --- |
| С какими проблемами или вопросами ищет помощи клиент/ка?  |
| С чем борется клиент/ка? |
| Мысли и убеждения | Эмоции и чувства | Физические ощущения | Позывы к действию |
| Что клиент/ка обычно делает (делал раньше), когда внутренние процессы активируются (какие стратегии избегания использует)? |
| Что клиент/ка делает? | Какого эффекта ожидает? | Краткосрочные последствия | Долгосрочные последствия | Насколько это работает? |
|  |  |  |  |  |
| Если бы ему/ей не надо было с этим бороться, чтоб бы он/а делал/а вместо?Как бы изменилась его/ее жизнь, что бы он/а делал/а больше или меньше? |
| Ценности и значимые сферы жизни? | Цели, которых бы хотел/а достичь? | Привычки, которые хотелось бы выработать? |

|  |
| --- |
| Насколько гибким или негибким является поведение клиента/ки и какие процессы ACT кажутся наиболее важными в работе с ним/ней? |
| Полное избегание внутренних процессов | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | Выдерживает внутренние процессы открыто, с готовностью, не избегая их |
| Абсолютная спутанность с мыслями, в которых доминируют правила | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | Воспринимает мысли легко, как ментальные события |
| Бесполезная привязанность к истории о себе и ее ограничениям, доминирование «селф-как-контент» | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | Гибкое восприятие себя, не определяет себя через «селф-как-контент» |
| Находится во власти прошлого и будущего, испытывает трудности с тем, чтобы находиться в настоящем | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | Надежный и устойчивый контакт с настоящим моментом |
| Отсутствие ясности и контакта с ценностями, не знает, что важно, не выбирает свободно | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | Ясность и контакт с ценностями, знает, что для него/нее имеет значение, и свободно выбирает это |
| Повсеместное бездействие, импульсивные действия, или действия, направленные на избегание ситуаций и внутренних процессов, отсутствие «ценностных» действий  | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | Регулярно и настойчиво предпринимает действия в направлении своих ценностей, берет на себя обязательства так действовать и следует им |
| Как много внимания следует уделить вопросу работоспособности стратегий / креативной безнадежности? |
| Какие аспекты контекста клиента/ки могут подрывать или поддерживать работу? *(напр., бедность, доступ к ресурсам, не поддерживающий партнер, жестокая среда, поддерживающий партнер, стабильный доход и т.д.)* |
| Начальный план терапии *(напр., первичные терапевтические цели, интервенции, стратегии, опасения, потенциальные препятствия, вещи, требующие внимания и т.д.)* |

*© David Gillanders November 2013*