CTRS-Revised
Шкала оценки когнитивной терапии пересмотренная

Ключ к подсчету баллов:

0 = пункт ОТСУТСТВОВАЛ.

1 = пункт присутствовал, но был выполнен НЕУДОВЛЕТВОРИТЕЛЬНО.

2 = пункт присутствовал и был выполнен со СРЕДНИМ УРОВНЕМ РАЗВИТИЯ НАВЫКА.

3 = пункт присутствовал и был выполнен ОЧЕНЬ ХОРОШО.

Пункт CTRS-R	Вопросы по критериям	Да/ Нет	Балл
1. Повестка	Терапевт... 1. Сделал переход от предыдущей сессии? 2. Определил значимые события [положительные и/или отрицательные] с момента предыдущей сессии? 3. Сделал обзор плана действий [полный обзор может быть выполнен как часть повестки]? 4. Провел проверку настроения? 5. Определил конкретные цели или проблемы, чтобы работать над ними в течение сессии?		
	Если терапевт не выполнил ни один из вышеперечисленных пунктов		0
	Если терапевт выполнил один или более из указанных выше пунктов, но не все		1

Оригинал: Beck Institute
Перевод: Ассоциация когнитивно-поведенческой психотерапии — Вера Чиркова, Альберт Муртазин
под ред. Дмитрия Викторовича Ковпака

	Если терапевт выполнил все пять вышеперечисленных пунктов		2
	Если терапевт выполнил все пять вышеперечисленных пунктов ПЛЮС... · убедился, что все важные для клиента пункты были рассмотрены и они расставлены в порядке приоритетности; · следовал повестке на протяжении всей сессии, если только не имело место открытое обсуждение об отклонении от повестки.		3

Пункт CTRS-R	Вопросы по критериям	Да/ Нет	Балл
2. Обратная связь	Терапевт... 1. Выяснил реакцию клиента на сессию, терапевта или терапевтический процесс? 2. Убедился, что клиент понял план лечения и согласен с ним? 3. Реагировал на обратную связь подходящим образом?		
	Если терапевт не выполнил ни один из вышеперечисленных пунктов		0
	Если терапевт выполнил один или более из указанных выше пунктов, но не все		1
	Если терапевт выполнил все три вышеперечисленных пункта		2
	Если терапевт выполнил все три вышеперечисленных пункта ПЛЮС... терапевт уместно запрашивал обратную связь на протяжении всей сессии [повестка, переходные моменты, использование техник и/или разработка плана действий].		3

Пункт CTRS-R	Вопросы по критериям	Да/ Нет	Балл
3. Понимание	Терапевт... · демонстрировал, что в целом он услышал и понял содержание того, что выразил клиент, через повторение, резюмирование (и т. д.) того, что клиент сказал во время сессии?		
	Если терапевт не продемонстрировал пункт выше		0
	Если терапевт слушал и отражал высказывания клиента не на постоянной основе		1
	Если терапевт слушал и отражал высказывания клиента на протяжении всей сессии		2
	Если терапевт постоянно слушал и отражал на протяжении всей сессии ПЛЮС ... · терапевт продемонстрировал умение понимать эмоциональное состояние клиента через подтверждение, рефлексию, эмпатию; · обсуждал эмоциональное состояние клиента в контексте концептуализации; · демонстрировал эмоционального состояния достигалась комбинацией слов, выражений, жестов, тона и языка тела на протяжении всей сессии.		3

Пункт CTRS-R	Вопросы по критерию	Да/ Нет	Балл
4.Межличностная эффективность	На протяжении всей сессии терапевт … 1. Демонстрировал заботу о клиенте и помогал клиенту достигать своих целей? 2. Предоставлял положительное подкрепление действий, которые предпринял клиент (например, выполнение планов действий)? 3. Придерживался профессионального и этичного поведения?		
	Если терапевт не выполнил ни один из вышеперечисленных пунктов		0
	Если терапевт выполнил один или два, но не все три вышеперечисленных пункта		1
	Если терапевт выполнил все три вышеперечисленных пункта		2
	Если терапевт выполнил все три вышеперечисленных пункта ПЛЮС… · через слова, жесты и выражения демонстрировал тепло, искренность и безусловное принятие (отсутствие осуждения), делая положительные высказывания о характере или характеристиках клиента (например, о силе, целеустремленности, заботе, видении, ценностях, целостности и т. д.)		3

Оригинал: Beck Institute
Перевод: Ассоциация когнитивно-поведенческой психотерапии — Вера Чиркова, Альберт Муртазин
под ред. Дмитрия Викторовича Ковпака

Пункт CTRS-R	Вопросы по критериям	Да/ Нет	Балл
5.Сотрудничество	Терапевт... 1. Просил клиента внести свой вклад / согласиться при установлении повестки и реагировал подходящим образом на этот вклад? 2. Просил клиента внести свой вклад / согласиться при выборе или использовании КПТ техник и подходящим образом реагировал на этот вклад? 3. Просил клиента внести свой вклад / согласиться при определении плана действий, которому клиент будет следовать между сессиями и подходящим образом реагировал на этот вклад?		
	Если терапевт не выполнил ни один из вышеперечисленных пунктов		0
	Если терапевт выполнил один или более, но не все три вышеперечисленных пункта		1
	Если терапевт выполнил все три вышеперечисленных пункта		2
	Если терапевт выполнил все три вышеперечисленных пункта ПЛЮС... · на протяжении всей сессии терапевт стабильно прилагал усилия, чтобы пригласить клиента к участию/согласию по каждому важному решению в сессии и реагировал подходящим образом. Результатом сотрудничества стало совместно согласованное направление сессии.		3

Пункт CTRS-R	Вопросы по критерию	Да/ Нет	Балл
6. Темп и эффективное распределение времени	Терапевт… 1. Выделил адекватное время на a. переход и установление повестки; b. интервенцию(-и); c. обратную связь и план действий? 2. Завершил сессию в течение 40–60 минут?		
	Если терапевт не выполнил ни один из вышеперечисленных пунктов		0
	Если терапевт выполнил один, но не оба вышеперечисленных пункта		1
	Если терапевт выполнил оба вышеперечисленных пункта		2
	Если терапевт выполнил оба вышеперечисленных пункта ПЛЮС… · обеспечил темп, который позволил обсуждению плавно перемещаться по каждому из сегментов сессии; · и при необходимости предпринимал соответствующие попытки ограничить второстепенные и непродуктивные обсуждения; · и сессия длилась 45–55 минут		3

Пункт CTRS-R	Вопросы по критерию	Да/ Нет	Балл
7. Направляемое открытие	Терапевт... 1. Спланировал и провел сессию так, чтобы помочь клиенту достигнуть когнитивного сдвигав отношении пунктов повестки? 2. На протяжении всей сессии избегал проявления предвзятости и использования указаний, споров или давления, чтобы заставить клиента «видеть» вещи такими, какими терапевт считает, что клиент должен их видеть? 3. Оценил когнитивный сдвиг после интервенции?		
	Если терапевт не пытался помочь клиенту достигнуть когнитивного сдвига		0
	Если терапевт выполнил один или более, но не все вышеперечисленные пункты		1
	Если терапевт выполнил все три вышеперечисленных пункта		2
	Если терапевт выполнил все три вышеперечисленных пункта ПЛЮС... · на протяжении всей сессии умело применял процесс направляемого открытия, чтобы помочь клиенту прийти к своим собственным выводам; · оценил потенциальное влияние когнитивного сдвига на эмоции и поведение клиента.		3

Оригинал: Beck Institute
Перевод: Ассоциация когнитивно-поведенческой психотерапии — Вера Чиркова, Альберт Муртазин
под ред. Дмитрия Викторовича Ковпака

Пункт CTRS-R	Вопросы по критерию	Да/ Нет	Балл
8. Фокусирование на ключевых когнициях и поведении	Терапевт... 1. Фокусировался на конкретных когнициях, образах, ощущениях, эмоциях, поведении и/или смыслах устремлений и проблем, связанных с пунктом(-ами) повестки?		
	Если терапевт не фокусировался на каком-либо определенном пункте в течение сессии		0
	Если терапевт фокусировался на проблеме, которая была не связана с пунктами повестки или не смог выявить конкретные когниции, образы, ощущения, эмоции, поведение и/или смыслы, связанные с пунктами повестки		1
	Если терапевт фокусировался на конкретных когнициях, образах, ощущениях, эмоциях, поведении и/или смыслах устремлений или проблем, связанных с пунктами повестки сессии		2
	Если терапевт выполнил пункт выше ПЛЮС ... · пункт(-ы) были наиболее релевантными когнициями, образами, ощущениями, эмоциями и/или смыслами, которые имели наибольшие перспективы для положительного воздействия на устремления или проблемы клиента, связанные с пунктом(-ами) повестки сессии.		3

Пункт CTRS-R	Вопросы по критерию	Да/ Нет	Балл
9. Стратегия изменений	Терапевт... 1. Обсуждал с клиентом научно обоснованные КПТ техники как часть общей стратегии изменений? 2. Выбирал и использовал, по крайней мере, одну узнаваемую научно-обоснованную технику, которая подходила рассматриваемому пункту повестки?		
	Если у терапевта, по-видимому, не было какой-либо стратегии, включающей использование научно обоснованных (КПТ) техник		0
	Если у терапевта, по-видимому, была стратегия, которая не включала использование подходящей научно обоснованной (КПТ) техники		1
	Если терапевт обсуждал общую стратегию изменений с клиентом и использовал по крайне мере одну подходящую научно обоснованную (КПТ) технику		2
	Если терапевт выполнил оба вышеперечисленных пункта ПЛЮС ... · терапевт обосновал использование техники; · предложил другие варианты (если это уместно); · получил согласие клиента на использование техники.		3

Оригинал: Beck Institute
Перевод: Ассоциация когнитивно-поведенческой психотерапии — Вера Чиркова, Альберт Муртазин
под ред. Дмитрия Викторовича Ковпака

Пункт CTRS-R	Вопросы по критерию	Да/ Нет	Балл
10. Применение КПТ техник	Терапевт... 1. Применял КПТ технику с достаточным мастерством/навыком, чтобы техника была узнаваема? 2. Применял КПТ технику таким образом, чтобы она вероятнее всего способствовала изменениям у мотивированного клиента?		
	Если попытки терапевта применить КПТ технику не были выполнены с достаточным навыком, чтобы она была узнаваема		0
	Если терапевт выполнил один из вышеуказанных пунктов, но не выполнил другой		1
	Если терапевт выполнил технику с достаточным навыком, чтобы она реализовывала оба вышеуказанных пункта		2
	Если терапевт выполнил оба вышеуказанных пункта ПЛЮС · терапевт продемонстрировал хорошее знание техники; · терапевту было комфортно применять технику; · терапевт применил технику технически правильно (т. е. так, как техника описана в литературе).		3

Пункт CTRS-R	Вопросы по критерию	Да/ Нет	Балл
11. План действий	Терапевт... 1. Сделал обзор плана действий с предыдущей сессии? 2. Просил клиента внести свой вклад/согласиться или включить спонтанно предложенные идеи в разработку нового плана действий? 3. Разработал план действий, основанный на проделанной работе на текущей сессии [и/или продолжении предыдущей сессии, если это уместно], который при его выполнении ответит на вопрос или поможет клиенту лучше справляться, развить новый навык или улучшить отношения?		
	Если терапевт не выполнил какой-либо из вышеперечисленных пунктов		0
	Если терапевт выполнил один или более, но не все вышеперечисленные пункты		1
	Если терапевт выполнил все три вышеперечисленных пункта		2
	Если терапевт выполнил все вышеперечисленные пункты ПЛЮС... · терапевт убедился, что клиент знает, что делать, способен это выполнить, и было указано — когда, где, как часто и как долго выполнять план действий; и · терапевт оценил разумную вероятность того, что клиент выполнит план действий; и · терапевт рассмотрел любые проблемы или препятствия, которые потенциально могли бы снизить вероятность выполнения клиентом плана действий.		3

Оригинал: Beck Institute
Перевод: Ассоциация когнитивно-поведенческой психотерапии — Вера Чиркова, Альберт Муртазин
под ред. Дмитрия Викторовича Ковпака