

Formulär för följsamhetsskattning av BRT och IPT i LURIPP (FABIL)

IPT-frågor

1. **Interpersonell rational för depression:** Relaterade terapeuten klientens depression eller specifika depressiva symptom till svårigheter i klientens relationer (eller rollförväntningar i relationer)?

1	2	3	4	5	6	7
inte alls		relaterade lite		relaterade ganska mycket		relaterade väldigt mycket

2. **Rational för interpersonell terapi:** Gav terapeuten en rational som betonade att klientens depression kommer att minska av att arbeta med att förstå och förändra klientens relationer och/eller sociala roller?

1	2	3	4	5	6	7
inte alls		gav lite rational		gav ganska mycket rational		gav väldigt mycket rational

3. **Koppla interpersonella förändringar till terapin:** Kopplade terapeuten förändringar i klientens relationer (eller rollförväntningar i relationer) till att man i terapin har jobbat med att försöka förstå och förändra klientens interpersonella fungerande (eller rollförväntningar i relationer)?

1	2	3	4	5	6	7
inte alls		lite		ganska mycket		väldigt mycket

4. **Interpersonellt fokus:** Fokuserade terapeuten på klientens relationer (eller rollförväntningar i relationer)?

1	2	3	4	5	6	7
inte alls		under en liten del av tiden		under större delen av tiden		enda fokus under sessionen

5. **Relationsmönster:** Drog terapeuten paralleller mellan eller pekade på liknande mönster i två eller fler av klientens relationer för att hjälpa klienten att förstå hur hon/han fungerar i interpersonella relationer?

1	2	3	4	5	6	7
inte alls		lite		ganska mycket		väldigt mycket

6. **Kommunikationsmönster:** Utforskade terapeuten tillsammans med klienten hur klientens sätt att kommunicera påverkar hennes/hans interpersonella relationer?

1	2	3	4	5	6	7
inte alls		lite		ganska mycket		väldigt mycket

7. **Interpersonella förväntningar:** Hjälpte terapeuten klienten att utforska hennes/hans förväntningar OCH den andres förväntningar gällande deras relation?

1	2	3	4	//	5	6	7
inte alls		lite utforskande av klientens förväntningar			ganska mycket utforskande av BÅDE klientens OCH den andres förväntningar		väldigt mycket utforskande av klientens OCH den andres förväntningar

8. **Tillfredsställelse med relationer:** Undersökte terapeuten tillsammans med klienten tillfredsställande OCH icke tillfredsställande aspekter av klientens tidigare eller nuvarande viktiga relationer?

1	2	3	4	//	5	6	7
inte alls		lite undersökande av tillfredsställande ELLER icke tillfredsställande aspekter			ganska mycket undersökande av BÅDE tillfredsställande OCH icke tillfredsställande aspekter		väldigt mycket undersökande av BÅDE tillfredsställande aspekter

9. **Önskvärda förändringar i relationer:** Utforskade terapeuten tillsammans med klienten vilka förändringar klienten önskar se i en viktig relation (eller gällande rollförväntningar i en relation)?

1	2	3	4	5	6	7
inte alls		lite		ganska mycket		väldigt mycket

10. **Överväg alternativ:** Uppmuntrade terapeuten klienten till att fundera över olika alternativ för att hantera ett relationsproblem (eller rollförväntningar i en relation)?

1	2	3	4	5	6	7
inte alls		lite		ganska mycket		väldigt mycket

11. **Olika sätt att förändra relationer:** Hjälpte terapeuten klienten att överväga olika sätt för klienten att få till stånd en önskad förändring i en viktig relation (eller gällande rollförväntningar i relationen)?

1	2	3	4	5	6	7
inte alls		lite		ganska mycket		väldigt mycket

12. **Utveckla nya relationer:** Hjälpte terapeuten klienten att överväga olika sätt att utveckla nya relationer?

1	2	3	4	5	6	7
inte alls		lite		ganska mycket		väldigt mycket

13. **Fokus på interpersonella dispyter:** Fokuserade terapeuten på en nuvarande öppen eller dold konflikt med en, för klienten, viktig person?

1	2	3	4	5	6	7
inte alls		under en liten del av tiden		under större delen av tiden		enda fokus under sessionen

14. **Konsekvenser av olika förväntningar:** Hjälpte terapeuten klienten att relatera interpersonella konflikter till klientens och den andra partens olika förväntningar och värderingar?

1	2	3	4	5	6	7
inte alls		lite		ganska mycket		väldigt mycket

15. **Relatera konfliktfyllda relationer till andra relationer:** Försökte terapeuten hjälpa klienten att se likheter eller skillnader mellan en aktuell konfliktfylld relation och andra relationer (tidigare eller nuvarande) i klientens liv?

1	2	3	4	5	6	7
inte alls		lite		ganska mycket		väldigt mycket

16. **Vidmakthållande av konflikten:** Diskuterade terapeuten och klienten processer som vidmakthåller klientens interpersonella konflikt?

1	2	3	4	5	6	7
inte alls		lite		ganska mycket		väldigt mycket

17. **Fokus på rollövergång:** Fokuserade terapeuten på klientens aktuella övergång från en social roll till en annan?

1	2	3	4	5	6	7
inte alls		under en liten del av tiden		under större delen av tiden		enda fokus under sessionen

18. **Utforskande av positiva aspekter av en ny roll:** Hjälpte terapeuten klienten att utforska de positiva aspekterna av (och möjligheterna med) en ny roll?

1	2	3	4	5	6	7
inte alls		lite		ganska mycket		väldigt mycket

19. **Utvärdera förluster av rollförändringar:** Hjälpte terapeuten klienten att utvärdera vad hon/han förlorat genom sin rollförändring?

1	2	3	4	5	6	7
inte alls		lite		ganska mycket		väldigt mycket

20. **Förberedelse för en ny roll:** Hjälpte eller uppmuntrade terapeuten klienten att förbereda sig för en ny roll (genom att exempelvis utveckla sitt sociala nätverk och nödvändiga sociala färdigheter samt att uppnå en känsla av att klara av kraven i den nya rollen)?

1	2	3	4	5	6	7
inte alls		lite		ganska mycket		väldigt mycket

21. **Fokus på interpersonella brister:** (Definiera som: Social isolering på grund av en betydande brist på hälsosamma viktiga relationer ELLER betydande social otillfredsställelse i alla sina relationer på grund av klientens oförmåga att få sina behov uppfyllda i dem.) Fokuserade terapeuten på klientens interpersonella brister?

1	2	3	4	5	6	7
inte alls		under en liten del av tiden		under större delen av tiden		enda fokus under sessionen

22. **Förståelse för tidigare svårigheter:** Hjälpte terapeuten klienten att utforska tidigare svårigheter i klientens relationer OCH att förstå hur dessa svårigheter uppkom ELLER hur de kan undvikas i framtiden?

1	2	3	4	5	6	7
inte alls		lite		ganska mycket		väldigt mycket

23. **Relatera problem till barndomen:** Föreslog eller antydde terapeuten att klientens nuvarande problem är relaterade till en konflikt eller situation från hennes/hans barndom?

1	2	3	4	5	6	7
inte alls		lite		ganska mycket		väldigt mycket

24. **Användande av den terapeutiska relationen som modell:** Försökte terapeuten använda den terapeutiska relationen för att hjälpa klienten att förstå hur hon/han relaterar till andra ELLER som en modell för klienten att använda vid utvecklandet av tillfredsställande relationer utanför terapin?

1	2	3	//	4	5	6	7
inte alls		lite			ganska mycket		väldigt mycket

25. **Bästa aspekterna av tidigare relationer:** Hjälpte terapeuten klienten att utforska de bästa aspekterna av klientens tidigare relationer för att ge henne/honom en modell att använda vid utvecklandet av nya tillfredsställande relationer?

1	2	3	4	5	6	7
inte alls		lite		ganska mycket		väldigt mycket

26. **Känslor angående förlust/dödsfall:** Hjälpte terapeuten klienten att identifiera OCH utforska känslor som klienten hade för en avliden person när hon/han var i livet, ELLER känslor som klienten har angående förlusten ELLER angående den avlidna personen?

1	2	3	4	//	5	6	7
---	---	---	---	----	---	---	---

inte alls		lite		ganska mycket		väldigt mycket
-----------	--	------	--	---------------	--	----------------

27. **Utforskande av känslor:** Hjälpte terapeuten klienten att utforska sina känslor gällande en relation (eller rollförväntningar i en relation)?

1	2	3	4	5	6	7
inte alls		lite utforskande av klientens känslor		ganska mycket utforskande av klientens känslor		grundligt utforskande av klientens känslor

28. **Uppmärksammande av affekt:** Försökte terapeuten hjälpa klienten att uppmärksamma affekter som hon/han inte uttryckte ELLER som hon/han var omedveten om?

1	2	3	4	5	6	7
inte alls		försökte lite		försökte ganska mycket		försökte väldigt mycket

BRT-frågor

29. **Följer klientens upplevelser minut-för-minut.** Följde terapeuten klientens upplevelser, tankar och känslor när de upplevdes i stunden? Terapeuten kommenterade inte något som klienten inte upplevde i stunden.

1	2	3	4	5	6	7
inte alls		lite		ganska mycket		väldigt mycket

30. **Intervenerar med skicklig försiktighet.** Var terapeuten attityd utforskande och subjektiv; använde terapeuten fraser som "kanske", "det verkar som", "möjligtvis"?

1	2	3	4	5	6	7
inte alls		lite		ganska mycket		väldigt mycket

31. **Ställer utforskande frågor som undersöker vilken känsla/upplevelse som ligger bakom klientens uttalande, inklusive känslor angående känslan/upplevelsen eller uttalandet i sig – att känna sig skamsen för att man känner på ett visst sätt etc.**

Undersökte terapeuten vad klienten upplevde eller har upplevt? "Hur känns det för dig?" "Hur var det för dig när han åkte iväg?" "Hur var det för dig?" "Hur känns det för dig att vara så ångestfylld?"

1	2	3	4	5	6	7
inte alls		lite		ganska mycket		väldigt mycket

32. **Riktar eller återför fokus till här och nu gällande antingen klientens upplevelse eller relationen mellan klienten och terapeuten.** Ställde terapeuten frågor av typen; "Vad händer för dig just nu?", "Vad krävs för att du ska vara tillfreds med mig just nu?", "Vad handlar din rädsla för att undersöka de här känslorna med mig just nu om?"

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

inte alls lite ganska mycket väldigt mycket

33. **Metakommunicerar genom att förmedla sina egna känslor för att hjälpa klienten att bli medveten om sin egen roll i interaktionen eller undersöka klientens inre upplevelse av den? (generell metakommunikationsfråga).** Betonade terapeuten sin egen roll i interaktionen? ”Jag tror att jag har agerat på ett fientligt sätt mot dig” ”Jag känner mig utestängd just nu” ”Jag känner mig förminskad just nu” ”Jag känner mig som om jag spelade schack. Känner du igen dig i det?”

1 2 3 4 5 6 7
inte alls lite ganska mycket väldigt mycket

34. **Respekterar klienten som expert på sin upplevelse.** Bibehöll terapeuten ett ödmjukt, subjektivt, utforskande förhållningssätt? Terapeuten är inte expert på klientens känslor; hon/han underlättar för upplevandet och uttryckandet av dem.

1 2 3 4 5 6 7
inte alls lite ganska mycket väldigt mycket

35. **Fördjupar klientens medvetenhet/upplevelse genom associationsrika reflektioner.** Noterade terapeuten klientens implicit eller explicit uttryckta känslor och uttryckte empati för dessa för att förstärka/utveckla klientens upplevelse av dem? ”Så, du känner dig lite avstängd och arg” ”Så du känner det som om ingen riktigt förstår hur jobbigt du har det.”

1 2 3 4 5 6 7
inte alls lite ganska mycket väldigt mycket

36. **Fördjupar klientens medvetenhet/upplevelse genom medvetandeövningar under och utanför sessionerna.** När klienten hade uttryckt en känsla, sa terapeuten exempelvis; ”Försök att säga det direkt till mig”, ”Försök att säga `jag är arg på dig`”, eller ”Under veckan, försök att vara uppmärksam på när du blir ledsen eller avstängd och drar dig tillbaka.”?

1 2 3 4 5 6 7
inte alls lite ganska mycket väldigt mycket

37. **Riktar på ett icke konfrontativt sätt klientens uppmärksamhet på hennes/hans specifika beteenden, subtila icke verbala kommunikation eller sätt att tala för att öka klientens medvetenhet.** Observerade och kommenterade terapeuten klientens ansiktsuttryck, kropps rörelser, hållning, tonfall etc? Gjordes detta på ett stödjande och icke dömande sätt? ”Jag uppfattar att ett speciellt tonfall i din röst” ”När du säger så tycker jag att du ser väldigt arg ut.”

1 2 3 4 5 6 7
inte alls lite ganska mycket väldigt mycket

38. **Gör empatiska spekuleranden: ställer hypoteser rörande klientens upplevelse för att sedan stämma av med klientens uppfattning (ofta, men inte alltid, frågande).** Rörde

terapeutens spekulerande inre upplevelser, inte psykogenetiska orsaker, mönster i beteenden eller erfarenheter? Intog terapeuten en "gissande" eller "hypotetisk" inställning och kontrollerade med klienten om antagandet stämde med klientens uppfattning? "jag förmodar att det är då som du börjar känna hopplöshet ... stämmer det för dig?" "Kraftfullt, eller hur? Det är som den enda styrkan du har, eller?"

1	2	3	4	5	6	7
inte alls		lite		ganska mycket		väldigt mycket

39. **Undersöker HUR klientens försvar fungerar, inte VARFÖR.** Fokuserade terapeuten på känslorna som ligger till grund för försvaren och INTE orsakerna till försvaren? Målet är inte att etablera orsakssamband utan att identifiera och uppleva känslorna som aktiverar specifika försvar. "Är du medveten om att du försöker kontrollera dina känslor på något sätt?" "Vad är det du undviker?" "Är du medveten att du inte tillåter dig känna vissa känslor just nu?" "Hur gör du för att hindra dina känslor?"

1	2	3	4	5	6	7
inte alls		lite		ganska mycket		väldigt mycket

40. **Underlättar individuation och/eller självhävande.** Uppmuntrade terapeuten klienten att antingen be om det hon/han vill eller att uttrycka sina känslor direkt till terapeuten? "Vet du vad du vill ha från mig just nu?" "Jag undrar om du kan säga direkt till mig hur besviken du är på mig just nu?"

1	2	3	4	5	6	7
inte alls		lite		ganska mycket		väldigt mycket

41. **Terapeutens reaktion på klientens symtom.** Förmedlade terapeuten sin egen reaktion på de uttryck för depression som patienten visade?

1	2	3	4	5	6	7
inte alls		lite		ganska mycket		väldigt mycket

42. **Metakommunikation angående depressionens uttryck i relationen.** Talade terapeuten om relationen mellan henne/honom och patienten med utgångspunkt i hur patientens depressiva symtom påverkade relationen?

1	2	3	4	5	6	7
inte alls		lite		ganska mycket		väldigt mycket

KBT-frågor

43. **Sambandet mellan tankar och känslor:** Uppmuntrade terapeuten klienten att koppla samman känslotillstånd som hon/han har upplevt (ELLER kommer att uppleva i framtiden) till sina då pågående tankar?

1	2	3	4	5	6	7
inte alls		lite diskussion		ganska mycket		väldigt mycket

44. **Koppla förbättringar till kognitiv omstrukturering:** Kopplade terapeuten ihop förbättringar som skett i klientens depressiva symtom eller depressionsrelaterade problem med förändringar i klientens föreställningar/antaganden?

1	2	3	4	5	6	7
inte alls		lite		ganska mycket		väldigt mycket

45. **Utforskande av grundantaganden:** Utforskade terapeuten tillsammans med klienten ett generellt antagande som ligger till grund för flera av klientens specifika negativa tankar och övertygelser?

1	2	3	4	5	6	7
inte alls		benämnde grundantaganden i viss mån		ganska mycket diskussion om klientens grundantaganden		väldigt utförlig diskussion om klientens grundantaganden

46. **Undersöka tillgängliga bevis:** Hjälpte terapeuten klienten att testa giltigheten av hennes/hans föreställningar genom att använda tillgängliga bevis eller information (inklusive klientens tidigare erfarenheter)?

1	2	3	4	5	6	7
inte alls		lite		ganska mycket		väldigt mycket

47. **Öva på "rationella responser":** Övade terapeut och klient på möjliga rationella responser på klientens negativa tankar och föreställningar?

1	2	3	4	5	6	7
inte alls		lite		ganska mycket		väldigt mycket

48. **Beteendeförändring via signaler eller konsekvenser:** Hjälpte terapeuten klienten att kartlägga signaler för (stimulikontroll) ELLER konsekvenser (förstärkningar eller försvagningar) av klientens specifika tankar eller beteenden för att kunna manipulera förekomsten av dessa beteenden?

1	2	3	4	5	6	7
inte alls		lite		ganska mycket		väldigt mycket

Generella faktorer

49. **Terapeutens konversationsstil:** Hur intressant var terapeutens sätt att konversera? Överväg uttrycksfullheten, originaliteten i hans/hennes idéer, livfullheten i talet.

1	2	3	4	5	6	7
inte alls		lite		ganska mycket		väldigt mycket

50. **Terapeuten förmedlar kompetens:** Förmedlade terapeuten att hon/han har förstått klientens problem och är förmögen att hjälpa klienten med detta?

1	2	3	4	5	6	7
inte alls		lite		ganska mycket		väldigt mycket

51. **Terapeutens inlevelse:** Hur engagerad var terapeuten? Överväg graden från likgiltig till engagerad.

1	2	3	4	5	6	7
inte alls		lite		ganska mycket		väldigt mycket

52. **Terapeutens värme:** Förmedlade terapeuten värme?

1	2	3	4	5	6	7
inte alls		lite		ganska mycket		väldigt mycket

53. **Samförstånd:** Till vilken grad fanns samförstånd mellan terapeut och klient? Hur väl kom de överens?

1	2	3	4	5	6	7
inte alls		lite		ganska mycket		väldigt mycket

54. **Mottagande tystnad:** Verkade terapeuten tillåta tystnad att fortsätta genom att använda minimalt med uppmuntran ex: "uh-huh," "mm-hmm" och "okej" för att uppmuntra klienten att fortsätta prata?

1	2	3	4	5	6	7
inte alls		lite		ganska mycket		väldigt mycket

55. **Stödjande uppmuntran:** Stödde terapeuten klienten genom att bekräfta framstegen under terapin eller genom att försäkra klienten om kommande framsteg?

1	2	3	4	5	6	7
inte alls		lite		ganska mycket		väldigt mycket

Globala frågor

56. **Sessionens fokus:** Riktade terapeuten fokus på händelser och relationer utanför terapirummet eller på det som hände i terapirummet och i relationen mellan terapeut och klient?

1	2	3	4	5	6	7
väldigt mycket fokus utanför terapirummet					väldigt mycket fokus i terapirummet	

57. **Terapeutens förhållningssätt:** Intog terapeuten en expertroll där hon/han hade en tydlig förklaring till klientens tillstånd eller förmedlade terapeuten att klienten är expert på sitt eget tillstånd och sina problem?

1	2	3	4	5	6	7
terapeuten						klienten som
som expert						expert

58. **Förändringsfokus eller ej:** Fokuserade terapeuten på att förmå klienten att aktivt lösa interpersonella problem i sitt dagliga liv eller fokuserade terapeuten på att öka klientens medvetenhet och på processen i terapirummet?

1	2	3	4	5	6	7
fokus på						fokus på
aktiv						medvetenhet
problemlösning						

59. **Förhållningssätt till depressionen:** Talade terapeuten om klientens tillstånd som en välkänd och definierbar sjukdom som klienten drabbats av (ger klienten en sjukroll) eller förhöll sig terapeuten till klientens tillstånd som en unik subjektiv upplevelse?

1	2	3	4	5	6	7
depressionen						klientens tillstånd som
som sjukdom						ett unikt subjektiv
						upplevelse

Vilken terapimetod använder terapeuten?

IPT

BRT

Shrout & Fleiss, 1979