

ATOS – Versão Terapeuta
ESCALA DE AQUISIÇÃO DOS OBJETIVOS TERAPÊUTICOS – Guia de Pontuação

AFETO EM CONFLITO: 1) Raiva/Assertividade _____ 2) Tristeza/Luto _____ 3) Proximidade/Ternura _____
4) Sentimentos positivos face ao self_ 4.1) Autocompaixão _____ 4.2) Autoestima _____ 4.3) Respeito por si _____
4.4) Autoconfiança _____ 4.5) Autovalorização _____ 4.6) Autocuidado _____ 4.7) Outro _____
5) Desejo Sexual _____ 6) Alegria _____ 7) Interesse/Excitação _____ 8) Medo Adaptativo _____ 9) Outro _____ 10) Pouco claro _____

O TERAPEUTA TEM CONSCIÊNCIA E *INSIGHT* ACERCA DOS PADRÕES DESADAPTATIVOS DE COMPORTAMENTOS, SENTIMENTOS E PENSAMENTOS E CONSEGUE COMUNICÁ-LOS AO CLIENTE?

- 81-100—Excelente reconhecimento** dos padrões desadaptativos. O terapeuta sugere uma hipótese e descreve claramente o padrão problemático, assinala as defesas e ansiedades utilizadas para evitar um afeto específico, reconhece a origem dos comportamentos desadaptativos e os seus custos. O terapeuta pede colaboração ao cliente.
- 61-80—Bom reconhecimento** dos padrões desadaptativos. O terapeuta reflete em voz alta sobre os padrões desadaptativos, observa as defesas e ansiedades, explora a origem e/ou os custos dos comportamentos desadaptativos, mas não está totalmente consciente das suas intervenções ou não pede colaboração ao cliente.
- 41-60—Reconhecimento moderadamente claro** dos padrões desadaptativos. O terapeuta descreve a ocorrência dos comportamentos desadaptativos, assinalando as defesas e ansiedades, mas não aborda a origem ou os custos. O terapeuta não pede a colaboração do cliente.
- 21-40—Reconhecimento mínimo** dos padrões desadaptativos. O terapeuta assinala partes dos padrões problemáticos (defesas ou ansiedades), mas não explora a origem dos comportamentos ou pede a colaboração do cliente. O cliente descreve os comportamentos problemáticos e o terapeuta valida as suas observações.
- 1-20—Nenhum reconhecimento** dos padrões desadaptativos e/ou insegurança quando o cliente os indica. O terapeuta pode mencionar ansiedades ou defesas, mas parece ter pouco foco ou clareza. O terapeuta resiste ou parece não ter *insight*.

O TERAPEUTA PROCURA FOMENTAR A MOTIVAÇÃO PARA QUE O CLIENTE RENUNCIE AO PADRÃO DESADAPTATIVO?

- 81-100—Excelente intervenção** para ajudar o cliente a renunciar aos padrões desadaptativos, substituindo-os pela experiência e/ou expressão de afetos adaptativos. O terapeuta mantém-se focado no desconforto do cliente, comunica que os padrões desadaptativos são ego-distónicos e descreve o potencial de mudança.
- 61-80—Forte intervenção** para ajudar o cliente a renunciar aos padrões desadaptativos, substituindo-os pela experiência e/ou expressão de afetos adaptativos. O terapeuta tenta manter-se focado no desconforto do cliente; procura comunicar que os padrões desadaptativos são ego-distónicos e tenta descrever o potencial de mudança.
- 41-60—Intervenção moderada/explicita** para ajudar o cliente a renunciar aos padrões desadaptativos. O terapeuta pode assinalar os custos dos padrões desadaptativos, mas não enunciar os benefícios e vice-versa. O terapeuta parece ambivalente e demonstra falta de foco no trabalho em relação ao desconforto do cliente. O terapeuta pode ou não comunicar que os padrões desadaptativos são ego-distónicos e pode ou não descrever o potencial de mudança. O cliente pode fazê-lo por si mesmo e o terapeuta responde.
- 21-40—Intervenção implícita** para ajudar o cliente a renunciar aos padrões desadaptativos. O terapeuta pode não explorar os comportamentos desadaptativos ou não assinalar os custos e benefícios. O terapeuta parece não ter consciência, ou não comunicar que os padrões desadaptativos são ego-distónicos, e não descreve o potencial de mudança. O cliente pode fazê-lo por si mesmo, mas o terapeuta não é responsivo.
- 1-20—Nenhuma intervenção** para ajudar o cliente a renunciar aos padrões desadaptativos e nenhuma responsividade caso o cliente tente fazê-lo por si mesmo.

O TERAPEUTA INTERVÉM COM O OBJETIVO DE EXPÔR O CLIENTE À EXPERIÊNCIA ADAPTATIVA DOS AFETOS?

- 81-100—Excelente intervenção** para a exposição ao afeto adaptativo. As intervenções do terapeuta são deliberadas, focadas e tenazes, com o objetivo de auxiliar o cliente a experienciar o afeto adaptativo.
- 61-80—Forte intervenção** para a exposição ao afeto adaptativo. As intervenções do terapeuta são deliberadas e focadas, com o objetivo de ajudar o cliente a experienciar o afeto adaptativo, mas não auxiliam o cliente a experienciar mais afetos.
- 41-60—Intervenção moderada** para a exposição ao afeto adaptativo. O terapeuta parece focado em ajudar o cliente a experienciar afetos, com recurso a intervenções eficazes; no entanto, não parece particularmente determinado a encontrar uma forma de fomentar a exposição a mais afetos adaptativos.
- 21-40—Pouca intervenção** para a exposição ao afeto adaptativo. O terapeuta não parece focado ou consciente acerca da emergência de um afeto adaptativo, ou pode até estar a bloquear a sua manifestação.
- 1-20—Nenhuma intervenção** para a exposição ao afeto adaptativo. O terapeuta parece não ter consciência acerca dos afetos adaptativos emergentes e não oferece intervenções para aumentar a exposição a esse afetos, podendo até bloquear a sua vivência.

O TERAPEUTA QUESTIONA OU ASSINALA A NOVA APRENDIZAGEM DO PACIENTE: EXPRESSÃO ADAPTATIVA DE PENSAMENTOS, SENTIMENTOS, DESEJOS OU NECESSIDADES.

- 81-100—Excelente intervenção:** O terapeuta assinala as evoluções que observa e ajuda o cliente a ver as mudanças que alcançou, dentro e fora da sessão.
- 61-80—Boa intervenção:** O terapeuta descreve as evoluções que observa, mas não as explora, de modo a entender se o cliente consegue perceber as suas mudanças.
- 41-60—Intervenção moderada:** O terapeuta percebe as mudanças ocorridas dentro e fora da sessão, mas não elabora ou ajuda o cliente a ver essas evoluções.
- 21-40—Pouca intervenção:** O cliente percebe as mudanças que fez dentro e fora da sessão. O terapeuta concorda e, eventualmente, explora-as.
- 1-20—Nenhuma intervenção:** O cliente percebe as mudanças, mas o terapeuta discorda ou não responde.

O TERAPEUTA PROCURA REGULAR OS AFETOS INIBITÓRIOS? (ANSIEDADE, CULPA, VERGONHA, MEDO).

- 81-100—Nenhuma intervenção:** O terapeuta não intervém de modo a regular as ansiedades.
- 61-80—Pouca intervenção:** O terapeuta oferece intervenções neste sentido, mas não persiste.
- 41-60—Intervenção moderada:** O terapeuta intervém, mas parece ambivalente/inseguro quanto a persistir ou não.
- 21-40—Boa intervenção:** O terapeuta intervém e mostra-se confortável em persistir.
- 1-20—Excelente intervenção:** O terapeuta intervém e parece confortável em regular a ansiedade o quanto for necessário.

O TERAPEUTA PROCURA AUXILIAR O CLIENTE A MELHORAR A SUA AUTOIMAGEM

- 81-100—Excelente intervenção:** O terapeuta utiliza intervenções para ajudar o paciente a ter uma autoestima mais saudável, a ser compassivo e a aceitar as suas forças e vulnerabilidades, desafiando a culpa e/ou a vergonha.
- 61-80—Boa intervenção:** O terapeuta ajuda o cliente a ter uma visão mais saudável de si, com compaixão e aceitação das suas forças e vulnerabilidades, mas não desafia a culpa e/ou a vergonha.
- 41-60—Intervenção moderada:** Por vezes, o terapeuta auxilia o cliente a construir uma autoestima mais saudável, mas aceita alguma culpa e/ou vergonha.
- 21-40—Pouca intervenção:** O terapeuta apenas ajuda o cliente a ter uma autoestima mais saudável e parece encorajar a falta de compaixão ou a fraca capacidade de aceitação.
- 1-20—Nenhuma intervenção:** O terapeuta parece validar uma visão pouco saudável de si mesmo e não desafia a falta de compaixão, autocuidado, aceitação, ou a grandiosidade do cliente.

O TERAPEUTA INTERVÉM PARA AUXILIAR O CLIENTE A MELHORAR A SUA PERCEÇÃO DOS OUTROS

- 81-100—Excelente intervenção:** O terapeuta intervém com o intuito de ajudar o cliente a construir uma visão mais saudável dos outros, a ser compassivo e aceitar as suas forças e vulnerabilidades, sem idealização ou desvalorização.
- 61-80—Boa intervenção:** O terapeuta intervém com o intuito de ajudar a construir uma visão mais saudável dos outros, a ser compassivo e aceitar as suas forças e vulnerabilidades, mas não explora totalmente a idealização ou desvalorização.
- 41-60—Intervenção moderada:** O terapeuta intervém com o intuito de ajudar a construir uma visão mais saudável dos outros, a ser moderadamente compassivo e aceitar as suas forças e vulnerabilidades, mas não explora a idealização ou desvalorização.
- 21-40—Pouca intervenção:** O terapeuta não intervém no sentido de auxiliar o cliente a construir uma visão mais saudável dos outros ou a ser mais compassivo e aceitar as suas forças e vulnerabilidades; ao invés, permite a idealização e desvalorização.
- 1-20—Nenhuma intervenção:** O terapeuta não intervém no sentido de auxiliar o cliente a construir uma visão mais saudável dos outros, permitindo uma percepção desadaptativa dos outros, com pouca ou nenhuma compaixão, empatia e aceitação, e muita idealização, desvalorização e clivagem.