

Cooper – Norcross Inventário de Preferências (C-NIP)

Para cada um dos itens, indique a sua preferência sobre o modo como o terapeuta deve trabalhar consigo. Um “3” indica uma preferência *forte*, “2” indica uma preferência *moderada*, “1” indica uma preferência *ligeira*, “0” indica nenhuma preferência ou uma preferência equivalente para ambos os sentidos.

‘Prefiro que o meu terapeuta...’

1. Se foque em objectivos específicos	Sem preferência ou equivalente	Não se foque em objectivos específicos
3 2 1 0 -1		-2 -3
2. Estructure a nossa sessão	Sem preferência ou equivalente	Permita que a terapia não tenha estrutura
3 2 1 0 -1		-2 -3
3. Me ensine competências para lidar com os meus problemas	Sem preferência ou equivalente	Não me ensine competências para lidar com os meus problemas
3 2 1 0 -1		-2 -3
4. Me dê exercícios para fazer em casa	Sem preferência ou equivalente	Não me dê exercícios para fazer em casa
3 2 1 0 -1		-2 -3
5. Me permita tomar a liderança da terapia	Sem preferência ou equivalente	Tome a liderança da terapia
-3 -2 -1 0 1		2 3

Escala 1. Pontuação de 8 a 15: preferência forte por terapeuta directivo. Entre -2 e 7: sem preferência forte. De -3 a -15: preferência forte por terapeuta não-directivo.

6. Me encorage a aproximar-me de emoções difíceis	Sem preferência ou equivalente	Não me encorage a aproximar-me de emoções difíceis
3 2 1 0 -1		-2 -3
7. Fale comigo acerca da nossa relação terapêutica	Sem preferência ou equivalente	Não fale comigo acerca da nossa relação terapêutica
3 2 1 0 -1		-2 -3
8. Se foque na nossa relação	Sem preferência ou equivalente	Não se foque na nossa relação
3 2 1 0 -1		-2 -3
9. Me encorage a expressar emoções fortes	Sem preferência ou equivalente	Não me encorage a expressar emoções fortes
3 2 1 0 -1		-2 -3
10. Se foque principalmente nos meus pensamentos	Sem preferência ou equivalente	Se foque principalmente nas minhas emoções
-3 -2 -1 0 1		2 3

Escala 2. Pontuação de 7 a 15: preferência forte por intensidade emocional. Entre 0 e 6: sem preferência forte. De -1 a 15: preferência por um ambiente emocionalmente reservado.

11. Se foque no meu passado	Sem preferência ou equivalente	Se foque na minha vida presente
3 2 1 0 -1		-2 -3
12. Me ajude a reflectir sobre a minha infância	Sem preferência ou equivalente	Me ajude a reflectir sobre a minha vida adulta
3 2 1 0 -1		-2 -3
13. Se foque no meu futuro	Sem preferência ou equivalente	Se foque no meu passado
-3 -2 -1 0 1		2 3

Escala 3. Pontuação de 3 a 9: preferência forte por orientação para o passado. Entre -2 e 2: sem preferência. De -2 a -9: Preferência forte por orientação para o presente.

14. Seja desafiador Sem preferência ou equivalente Seja gentil
-3 -2 -1 0 1 2 3

15. Me apoie Sem preferência ou equivalente Seja confrontativo
3 2 1 0 -1 -2 -3

16. Não me interrompa Sem preferência ou equivalente Me interrompa e me mantenha focado
3 2 1 0 -1 -2 -3

17. Desafie as minhas crenças e opiniões Sem preferência ou equivalente Não desafie as minhas crenças e opiniões
-3 -2 -1 0 1 2 3

18. Apoie o meu comportamento incondicionalmente Sem preferência ou equivalente Desafie o meu comportamento quando achar que este é errado
3 2 1 0 -1 -2 -3

Escala 4. Pontuação de 4 a 15: preferência forte por apoio. Entre -3 a 3: sem preferência. De -4 a -14: preferência forte por desafio focado.

Outras preferências do cliente a considerar

Tem algum preferência **forte** por:

• **Orientação teórica** da terapia (psicodinâmica, cognitiva, existencial, outra)? _____

• **Número** de sessões. Por exemplo 4, 14, em aberto ou outro. _____

• Uso the material de **auto-ajuda**, como livros ou vídeos, como complemento à psicoterapia?

• Lembra-se de **alguma outra** preferência forte? (poderá levantá-la a qualquer altura durante a terapia)

• O que é que lhe **desagradaria** que acontecesse na sua terapia? O que é que **não quer** que aconteça?
