

Uputstvo: Svako od nas ima različito viđenje i očekivanje od psihoterapijskog tretmana. U tvrdnjama koje slede opisane su dimenzije terapeutovog ponašanja. Molimo da zaokruživanjem odgovarajućeg broja pored svake od tvrdnji **označite način na koji biste želeli da psihoterapeut radi sa Vama**. Brojevi 3 i -3 odnose se na Vašu snažnu želju u odgovarajućem smeru, 1 i -1 označavaju blagu želju u odgovarajućem smeru, dok 0 označava da Vam je svejedno ili da jednako želite da se vaš terapeut ponaša na oba načina opisana u tvrdnji.

Želeo bih terapeuta koji...						
1. ...se usmerava na konkretne ciljeve	3	2	1	svejedno mi je 0	...se ne usmerava na konkretne ciljeve	-1 -2 -3
2. ...daje strukturu tretmanu	3	2	1	svejedno mi je 0	...dozvoljava da tretman nema strukturu	-1 -2 -3
3. ...me uči veštine da se nosim sa svojim problemima	3	2	1	svejedno mi je 0	...me ne uči veštine da se nosim svoiim problemima	-1 -2 -3
4. ...mi daje da radim "domaće zadatke"	3	2	1	svejedno mi je 0	... mi ne daje da radim "domaće zadatke"	-1 -2 -3
5. ... dozvoljava da ja preuzimam vođstvo u terapiji	-3	-2	-1	svejedno mi je 0	... preuzima vođstvo u terapiji	1 2 3
6. ...me ohrabruje da se bavim teškim osećanjima	3	2	1	svejedno mi je 0	...ne ohrabruje me da se bavim teškim osećanjima	-1 -2 -3
7. ...razgovara sa mnom o našem terapijskom odnosu	3	2	1	svejedno mi je 0	...ne razgovara sa mnom o našem terapijskom odnosu	-1 -2 -3
8. ... fokusira se na naš međusobni odnos	3	2	1	svejedno mi je 0	...ne fokusira se na naš međusobni odnos	-1 -2 -3
9. ...ohrabruje me da ispoljavam snažna osećanja	3	2	1	svejedno mi je 0	...ne ohrabruje me da ispoljavam snažna osećanja	-1 -2 -3
10. ...fokusira se pretežno na moje misli	-3	-2	-1	svejedno mi je 0	...fokusira se pretežno na moja osećanja	1 2 3
11. ...fokusira se na moj život u prošlosti	3	2	1	svejedno mi je 0	...fokusira se na moj život u sadašnjosti	-1 -2 -3
12. ...pomaže mi da promišljam svoje detinjstvo	3	2	1	svejedno mi je 0	...pomaže mi da promišljam svoje odraslo doba	-1 -2 -3
13. ...fokusira se na moju budućnost	-3	-2	-1	svejedno mi je 0	...fokusira se na moju prošlost	1 2 3
14. ...bude orijentisan izazivački	-3	-2	-1	svejedno mi je 0	...bude orijentisan negujuće	1 2 3
15. ...podržava me	3	2	1	svejedno mi je 0	...suprotstavlja mi se	-1 -2 -3
16. ...ne prekida me	3	2	1	svejedno mi je 0	...prekida me i fokusira se na temu	-1 -2 -3

17. ...dovodi u pitanje moja uverenja i stavove	-3	-2	-1	0	1	2	3
			svejedno mi je				
						...ne dovodi u pitanje moja uverenja i stavove	
18. ...bezuslovno podržava moje ponašanje	3	2	1	0	-1	-2	-3
			svejedno mi je			...dovodi u pitanje moje ponašanje ukoliko misli da je pogrešno	

Molimo Vas da ispod sledećih pitanja navedete ukoliko imate snažne želje za

1. terapeutom određenog pola, nacionalnosti, religije, seksualne orijentacije, ili drugih ličnih karakteristika?
2. terapeutom koji govori određen jezik na kom Vam je najprijetnije da govorite?
3. modalitetom terapije (npr. individualne, porodične, partnerske ili grupne)?
4. teorijskom orijentacijom terapeuta (npr. psihodinamske, kognitivne, transakcione i dr.)?
5. brojem terapijskih seansi odnosno ukupnom dužinom tretmana (npr. 4, 10, 20 i sl.)?
6. dužinom pojedinačnih terapijskih seansi u minutima?
7. učestalosti tretmanskih seansi (npr. dvaput ili jednom nedeljno, mesečno, bez konkretnog rasporeda i sl.)?
8. Lekovima, terapijom bez lekova ili kombinacijom terapije i lekova?
9. Upotrebom dodatka terapiji (npr. knjiga za samopomoć, grupa za podršku, kompjuterskih programa ili aplikacija za telefon)?
10. Bilo kakve druge želje koje koje Vam padaju na pamet?

Molimo proverite da li ste odgovorili na sva pitanja.

Hvala na saradnji!