

قائمة الإشراف الشخصي لجلسات العلاج المرتكز على المشاعر

١. هل أمضيت وقت كافي مع كل شريك؟
□ لا □ نعم
٢. في حالة الإجابة بـ "لا" ، هل أستطيع تحديد لماذا أمضيت وقت أطول مع أحد الشركين؟
□ لا □ نعم
٣. هل قمت بسؤال و تقييم الزوجين (مثال: كيف حالكم هنا؟ كيف كانت جلسة اليوم بالنسبة لكم؟)
□ لا □ نعم
٤. هل أبديت دفء ، اهتمام ، أصالة ، إخلاص كافيين؟
□ لا □ نعم
٥. هل استعملت بشكل كافي إذا ما كنت قد تفهمت الزوجين بشكل صحيح؟
□ لا □ نعم
٦. هل قمت بتأييد كل شريك عن طريق ربط السلوك و الخبرة باحتياجات التعلق ، المخاوف أو الألم بدون أن يصل للشريك الآخر عدم تأييد؟
□ لا □ نعم
٧. هل أشرت إلى الدورة على الأقل ثلاثة مرات خلال الجلسة بدون إجبار لإعادة الصياغة من الزوجين (بدون عدم تأييد لنسخة الأحداث الخاصة بكل شريك)؟
□ لا □ نعم
٨. هل قمت بشكل كافي بربط مشاعر و سلوكيات كل شريك بمشاعر و سلوكيات الشريك الآخر باستخدام أسئلة الربط ، أسئلة التعقب ، و الإنعكاس؟
□ لا □ نعم
٩. هل حافظت أن يكون التركيز في الجلسة على الدورة ، المشاعر ، أمور التعلق بدون إدخال الزوجين في طريق قد يدمر التحالف العلاجي؟
□ لا □ نعم
١٠. هل قمت بتأييد الشعاعر الثانوية بشكل كافي بدون قطع التعبير عنها؟
□ لا □ نعم
١١. هل لم أعيد تركيز الزوجين عندما كان هناك فتح خصب و محتمل لتوضيح الدورة أو الوصول إلى المشاعر الأساسية أو احتياجات التعلق؟
□ لا □ نعم
١٢. هل ساعدت الشركين على التقاط جوهر خبرتهم العاطفية بشكل ساعدتهم أكثر على التواصل مع مشاعرهم بشكل أكمل؟
□ لا □ نعم
١٣. هل لم أتخلى مبكراً عن تعقب المشاعر الأولية المستجدة؟
□ لا □ نعم

١٤. هل المشاعر التي قمت بالتركيز عليها أولية ، موجهة للتعلق و متعلقة بدوره الزوجين؟
□ لا □ نعم

١٥. هل قمت بوضع المشاعر المستجدة في الدورة المستجدة و ساعدت الزوجين أن يروا كيف أن مشاعر أحدهم هي رد فعل تجاه سلوكيات الشريك الآخر؟
□ لا □ نعم

١٦. هل اجتهدت في وضع قواعد؟
□ لا □ نعم

١٧. هل واجهت ردود أفعال غير موافقة على القواعد و ساعدت الشركين في معرفة المثيرات المتسببة في هذه الإستجابات؟
□ لا □ نعم

١٨. هل بدأت في تعريف احتياجات التعلق و المخاوف؟
□ لا □ نعم

١٩. هل قمت بعمل صلة لاحتياجات التعلق أو المخاوف بالدوره السلبية أو المشاعر الأولية أو الثانوية؟
□ لا □ نعم

٢٠. هل قمت (بشكل عام) باتباع خطوات العلاج المرتكز على المشاعر - و يضاً الرجوع عن ذلك عند الضرورة؟
□ لا □ نعم

٢١. هل اجتهدت في تثبيت التغييرات عن طريق أ- دعم مناقشة عن التغييرات الناشئة من الزوجين أو عن طريق ب- بداية هذه المناقشة أو ج- تسلیط الضوء على السلوكيات و الاستجابات الجديدة تجاه كل فرد أو د- تسلیط الضوء على المآزق و العقبات
□ لا □ نعم