

قائمة الإشراف الشخصي لجلسات العلاج المرتكز على المشاعر

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

١٤. هل المشاعر التي قمت بالتركيز عليها أولية ، موجهة للتعلق و متعلقة بدورة الزوجين؟
☐ نعم ☐ لا
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؟
☐ نعم ☐ لا
١٦. هل اجتهدت في وضع قواعد؟
☐ نعم ☐ لا
١٧. هل واجهت ردود أفعال غير موافقة على القواعد و ساعدت الشريكين في معرفة المثيرات المتسببة في هذه الإستجابات؟
☐ نعم ☐ لا
١٨. هل بدأت في تعريف احتياجات التعلق و المخاوف؟
☐ نعم ☐ لا
١٩. هل قمت بعمل صلة لاحتياجات التعلق أو المخاوف بالدورة السلبية أو المشاعر الأولية أو الثانوية؟
☐ نعم ☐ لا
٢٠. هل قمت (بشكل عام) باتباع خطوات العلاج المرتكز على المشاعر – و أيضاً الرجوع عن ذلك عند الضرورة؟
☐ نعم ☐ لا
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- تسليط الضوء على السلوكيات و الاستجابات الجديدة تجاه كل فرد أو د- تسليط الضوء على المآزق و العقبات
☐ نعم ☐ لا