

## ACT Case Konceptualiseringskema

1) Klientens problemer i egne ord:

Klientens umiddelbare mål (hvad ønsker han/hun at få ud af terapien?):

ACT formulering af klientens problemer:

2) Hvilke tanker, følelser, erindringer, sensationer, situationer er klienten fusioneret med eller søger at undgå?

Tanker

Følelser

Erindringer

Andet

3) Hvad gør klienten for at undgå disse oplevelser?

- Indre kontrolstrategier (f.eks. distraktion, udtalt rumination/bekymring, dissociation, gøre sig følelsesløs, dagdrømmer)
- Ydre kontrolstrategier (f.eks. stoffer, selvskade, sikkerheds- og undgåelsesadfærd)
- Undgåelse og/eller kontrol i sessionerne (f.eks. skifter emne, diskussionslysten, risiko for at droppe ud af terapien)

Intensiteten af den oplevelsesorienterede undgåelse : "Lav" 1 2 3 4 5 "Høj"

4) Beskriv domæner og på hvilke måder klientens adfærd er indsnævret og ufleksibel (f.eks. familiært, i parforhold, som forældre, venner/socialt, arbejde, uddannelse, job, rekreativt, i forhold til åndelighed/spiritualitet, som en del af en gruppe/samfundet, egenomsorg).

5) Overvej andre domæner af psykologisk infleksibilitet og deres implikationer (*fusion; dominerende koncepter om fortiden og fremtiden, begrænset selvindsigt/kendskab, at være knyttet til selvet som indhold, manglende klarhed omkring værdier, passivitet, impulsivitet, udtalt undgåelse*)

Domæne	Mønster	Behandlingsmæssige implikationer

6) Motiverende faktorer (f.eks. hvilke erkendte ulemper har adfærden i det daglige liv, hvorledes oplever klienten at det ikke virker, hvilke værdier motiverer, den terapeutiske relation),

Motivations mønster	Behandlingsmæssige implikationer

7) Forhindringer i miljø i forhold til forandring (F.eks. manglende støtte i hjemmet/ det sociale miljø, forhold der ikke kan ændres, økonomiske forhold, ulemper ved forandring)

8) Klientens styrker (og hvorledes du kan anvende dem i behandling):

9) Indledende ACT behandlingsplan: