**Cooper – Norcrossova škála preferencí (C-NIP) v1.1**

U každé z následujících položek, prosím, vyberte (zakroužkujte) možnost, která vyjadřuje, jaký způsob práce psychoterapeuta nebo poradce by Vám jako jeho klientovi/klientce nejvíce vyhovoval. „3“ znamená *výraznou* preferenci v daném směru, „2“ znamená *středně velkou* preferenci v daném směru, „1“ znamená *mírnou* preferenci v daném směru, „0“ znamená žádnou preferenci *nebo* stejně silné preference v obou směrech.

**„Rád bych, aby terapeut/ka...“**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1. zaměřil/a se na konkrétní cíle | | |  |  | žádné *nebo* stejně silné preference | | |  |  | nezaměřoval/a se na konkrétní cíle | | |
| 3 | 2 | | 1 | | 0 | -1 | | -2 | | -3 |
| 2. dával/a terapii jasný řád | | |  |  | žádné *nebo* stejně silné preference | | |  |  | nechal/a terapii volně plynout | | |
| 3 | 2 | | 1 | | 0 | -1 | | -2 | | -3 |
| 3. učil/a mě dovednosti, jak se vypořádat s mými problémy | | |  |  | žádné *nebo* stejně silné preference | | |  |  | neučil/a mě dovednosti, jak se vypořádat s mými problémy | | |
| 3 | 2 | | 1 | | 0 | -1 | | -2 | | -3 |
| 4. dával/a mi úkoly na doma | | |  |  | žádné *nebo* stejně silné preference | | |  |  | nedával/a mi úkoly na doma | | |
| 3 | 2 | | 1 | | 0 | -1 | | -2 | | -3 |
| 5. vedl/a terapii sám/sama | | |  |  | žádné *nebo* stejně silné preference | | |  |  | umožnil/a mi vést terapii | | |
| 3 | 2 | | 1 | | 0 | -1 | | -2 | | -3 |

**Škála 1.** Skór 8-15 značí silnou preferenci pro direktivitu terapeuta/ky. Skór -2 až 7 vyjadřuje nepřítomnost silné preference. Skór -3 až -15 značí silnou preferenci pro direktivitu klienta/ky.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 6.podporoval/a mě, abych se otevíral/a obtížným emocím | | |  |  | žádné *nebo* stejně silné preference | | |  | |  | nepodporoval/a mě, abych se otevíral/a obtížným emocím | | |
| 3 | 2 | | 1 | | 0 | -1 | | -2 | | | -3 |
| 7. mluvil/a se mnou o našem terapeutickém vztahu | | |  |  | žádné *nebo* stejně silné preference | | |  | |  | nemluvil/a se mnou o našem terapeutickém vztahu | | |
| 3 | 2 | | 1 | | 0 | -1 | | -2 | | | -3 |
| 8. zaměřil/a se na vztah mezi námi | | |  |  | žádné *nebo* stejně silné preference | | |  | |  | nezaměřoval/a se na vztah mezi námi | | |
| 3 | 2 | | 1 | | 0 | -1 | | -2 | | | -3 |
| 9. podporoval/a mě ve vyjadřování silných pocitů | | |  |  | žádné *nebo* stejně silné preference | | |  | |  | nepodporoval/a mě ve vyjadřování silných pocitů | | |
| 3 | 2 | | 1 | | 0 | -1 | | -2 | | | -3 |
| 10. zaměřil/a se především na mé pocity | | |  |  | žádné *nebo* stejně silné preference | | |  | |  | zaměřil/a se především na mé myšlenky | | |
| 3 | 2 | | 1 | | 0 | -1 | | -2 | | | -3 |

**Škála 2.** Skór 7-15 značí silnou preferenci pro emoční a vztahovou intenzitu. Skór 0-6 vyjadřuje nepřítomnost silné preference. Skór -15 až -1 značí silnou preferenci pro emoční rezervovanost.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 11. zaměřil/a se na můj život v minulosti | | |  |  | žádné *nebo* stejně silné preference | | |  | |  | zaměřil/a se na můj život v přítomnosti | | |
| 3 | 2 | | 1 | | 0 | -1 | | -2 | | | -3 |
| 12. pomohl/a mi zamýšlet se nad mým dětstvím | | |  |  | žádné *nebo* stejně silné preference | | |  | |  | pomohl/a mi zamýšlet se nad mým životem v dospělosti | | |
| 3 | 2 | | 1 | | 0 | -1 | | -2 | | | -3 |
| 13. zaměřil/a se na mou minulost | | |  |  | žádné *nebo* stejně silné preference | | |  | |  | zaměřil/a se na mou budoucnost | | |
| 3 | 2 | | 1 | | 0 | -1 | | -2 | | | -3 |

**Škála 3.** Skór 3-9 značí silnou preferenci pro zaměření se na minulost. Skór -2 až 2 vyjadřuje nepřítomnost silné preference. Skór -3 až -9 značí silnou preferenci pro zaměření se na současnost.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 14. byl/a mírný/á | | |  |  | žádné *nebo* stejně silné preference | | | | |  | |  | kladl/a přede mě výzvy | | | | |
| 3 | 2 | | 1 | | | 0 | | -1 | | -2 | | | | -3 | |
| 15. byl/a podporující | | |  |  | žádné *nebo* stejně silné preference | | | | |  | |  | byl/a konfrontující | | | | |
| 3 | 2 | | 1 | | | 0 | | -1 | | -2 | | | | -3 | |
| 16. nepřerušoval/a mě | | |  |  | žádné *nebo* stejně silné preference | | | | |  | |  | přerušoval/a mě, když odbočím od tématu | | | | |
| 3 | 2 | | 1 | | | 0 | | -1 | | -2 | | | | -3 | |
| 17. nezpochybňoval/a mé přesvědčení a názory | | |  |  | žádné *nebo* stejně silné preference | | | | |  | |  | zpochybňoval/a mé přesvědčení a názory | | | | |
| 3 | 2 | | 1 | | | 0 | | -1 | | -2 | | | | -3 | |
| 18. bezvýhradně podporoval/a mé chování | | |  |  | žádné *nebo* stejně silné preference | | | | |  | |  | zpochybňoval/a mé chování, pokud si myslí, že je špatné | | | | |
| 3 | 2 | | 1 | | 0 | | -1 | | | -2 | | | -3 | |

**Škála 4.** Skór 4-15 značí silnou preferenci pro laskavou podporu. Skór -3 až 3 vyjadřuje nepřítomnost silné preference. Skór -4 až -15 značí silnou preferenci pro zacílenost a výzvy/konfrontaci.

**Další preference klienta/ky, které lze prozkoumat a zvážit**

**Upřednostňujete *výrazně*:**

* terapeuta/ku určitého **pohlaví, rasy/etnického původu, sexuální orientace, náboženského vyznání** nebo **jiných osobních charakteristik**?
* terapeuta/ku, který/á mluví **určitým jazykem**, který je pro vás nejpřirozenější?
* **uspořádání** terapie, například individuální, párovou, rodinnou nebo skupinovou terapii?
* terapeutický **přístup**, například psychodynamický, kognitivní, na osobu zaměřený, nebo jiný?
* **počet** terapeutických sezení, například čtyři, podle průběhu, dopředu neomezený počet, nebo jiný?
* **délku** terapeutického sezení, například 50 minut, 60 minut, 90 minut nebo jinou?
* **frekvenci** terapie, například dvakrát týdně, jednou týdně, měsíčně, podle potřeby nebo jinou?
* **léky**, psychoterapii, nebo jejich kombinaci?
* použití **svépomocných** knih, svépomocných skupin, nebo počítačových programů jako doplněk k terapii?
* **jakékoliv další** silné preference, které Vám přicházejí na mysl? (neváhejte je sdělit v jakékoli fázi terapie)
* co by Vám v terapii nebo poradenství nejvíce **vadilo** nebo Vás nejvíce **odradilo**?

Translation: Skálův institut (http://www.skaluvinstitut.cz/), Centrum pro výzkum psychoterapie (https://psychotherapyresearch.fss.muni.cz/)

© licensed under the Creative Commons Attribution-NoDerivatives 4.0 International licence