

---

# 鉴定妨碍治疗的行为

---

什么是妨碍治疗的行为 (Treatment Interfering Behaviours, TIBs)? TIB 指的是任何会干预一个人成功参与治疗的任何行为。找出和鉴定这些行为是很重要的,因为这些行为会导致人们无法解决问题。TIBs 主要是由一个人的行为(或所缺乏的行为)来界定的,而不是他的意图。比方说,一个患者因为得照顾家里的病人而没有进行暴露练习,他并不是特意不去做练习(没有意图)。虽然如此,这个行为还是必须被辨识认定。有些 TIBs 的理由对于用来设计“反妨碍治疗行为”会很有用。TIBs 是一直在进行的行为,并不包括一次性的中断或影响治疗的行为。如果你的 TIBs 是没有理由的那也没关系,把这些干预和妨碍治疗的行为找出来比较重要。

说明:如果你在康复计划中遇到一些困难,请查看下列的选项并在有关的部分打勾。

## 暴露的问题:

- 1. 没有进行每日的暴露练习
  - a. 它让我太过焦虑紧张
  - b. 我没有时间
  - c. 我不要冒险
  - d. 其它 \_\_\_\_\_
- 2. 对帮助你的人说谎 (关于暴露练习或治疗)
- 3. 其它 \_\_\_\_\_

## 反应预防的问题:

- 1. 没有预防反应
  - a. 它让我感到过于紧张焦虑
  - b. 我不要冒险
  - c. 其它 \_\_\_\_\_
- 2. 暴露后依然进行反应/强迫行为
  - a. 它让我太过焦虑紧张
  - b. 我不要冒险
  - c. 除非我进行反应行为,否则我的头脑不会让我休息平静下来
  - d. 其它 \_\_\_\_\_
- 3. 其它 \_\_\_\_\_

## 手稿的问题:

- 1. 没有尽量频密的听手稿录音
  - a. 太麻烦了
  - b. 我不要冒险
  - c. 其它 \_\_\_\_\_
- 2. 完全没有写出手稿或者听录音Not
  - a. 太麻烦了
  - b. 我没有录音仪器
  - c. 我不会写字/我不知道怎么写
  - d. 我不喜欢听自己的声音
  - e. 其它 \_\_\_\_\_

## 准备治疗的问题:

- 1. 没有填写用来辅助治疗的表格
  - a. 我不觉得有这必要
  - b. 太麻烦了
  - c. 其它 \_\_\_\_\_