Formulario de evaluación de la acomodación familiar en adultos con TOC

Formulario de evaluación para familiares

Este formulario permite explorar cómo los familiares pueden verse implicados en el patrón del TOC. Su finalidad no es atribuir culpas, sino identificar situaciones en las que una ayuda bienintencionada acaba proporcionando al TOC certeza, control o evitación.

Este formulario es una herramienta de trabajo clínico. No es un instrumento diagnóstico ni sustituye una evaluación clínica.

Datos de quien completa el formulario

Nombre

Relación con la persona con TOC

Fecha

Período evaluado

Instrucciones breves

Toma como punto de partida los patrones del TOC que ya se hayan identificado en el tratamiento.

Piensa en los últimos 7 días y asigna a cada ítem una puntuación de 0 a 4. Utiliza el formulario para identificar situaciones en las que una ayuda bienintencionada puede acabar proporcionando al TOC certeza, control o evitación.

Escala de respuesta

Piensa en los últimos 7 días.

0	nunca	1	1 día	2	de 2 a 3 días	3	de 4 a 6 días	4	7 días

© Uncompelled

Sección 1: Respuestas de los familiares al TOC

Asigna a cada ítem una puntuación de 0 a 4. Piensa en los últimos 7 días.

Ítems 1-8

1	He dado repetidamente respuestas tranquilizadoras, consuelo o confirmación cuando la persona con TOC buscaba certeza.	0	1	2	3	4
2	He confirmado que una comprobación, un lavado, un repaso o un ritual se había hecho suficientemente bien.	0	1	2	3	4
3	He esperado a que la persona con TOC terminara sus rituales, comprobaciones, repeticiones o repasos mentales.	0	1	2	3	4
4	He participado directamente en rituales, por ejemplo comprobando, lavando, repitiendo, respondiendo de determinadas maneras o haciendo las cosas en un orden concreto.	0	1	2	3	4
5	He hecho algo que facilitaba que la persona con TOC realizara una compulsión.	0	1	2	3	4
6	He conseguido o adaptado objetos que se utilizaban en rituales o conductas de seguridad.	0	1	2	3	4
7	He ayudado a la persona con TOC a evitar lugares, objetos, palabras, temas, personas o situaciones.	0	1	2	3	4
8	He evitado decir o hacer determinadas cosas para no desencadenar malestar relacionado con el TOC.	0	1	2	3	4

© Uncompelled

Sección 1: Respuestas de los familiares al TOC

Asigna a cada ítem una puntuación de 0 a 4. Piensa en los últimos 7 días.

Ítems 9-16

9	He cambiado las rutinas del hogar a causa del TOC.	0	1	2	3	4
10	He ayudado a tomar decisiones que a la persona con TOC le resultaban difíciles por la duda, el malestar o la necesidad de certeza.	0	1	2	3	4
11	He asumido tareas prácticas o responsabilidades que la persona normalmente podría realizar.	0	1	2	3	4
12	He encubierto, explicado o justificado las ausencias, los retrasos o las dificultades de la persona para desenvolverse a causa del TOC.	0	1	2	3	4
13	He aceptado reglas especiales, restricciones o formas inusuales de organizar la vida en casa a causa del TOC.	0	1	2	3	4
14	He reducido mi tiempo libre, mis horas de sueño, mis actividades sociales, mi trabajo u otros compromisos a causa del TOC de la persona.	0	1	2	3	4
15	Ha habido presión, conflictos, enfado, llanto o malestar cuando no he ayudado al TOC.	0	1	2	3	4
16	Me he sentido sobrecargado, atrapado o agotado por tener que afrontar el patrón del TOC.	0	1	2	3	4

Puntuación total: _____

© Uncompelled

Sección 2: Prioridades

Anota los ítems con una puntuación de 3 o 4

Anota los tres ítems que más afectan a la vida cotidiana

1. _____
2. _____
3. _____

¿Qué forma de acomodación parece más importante cambiar primero?

© Uncompelled

Sección 3: Análisis funcional

Elige una situación concreta para explorarla con más detalle.

Situación

¿Qué está exigiendo el TOC?

¿Qué suele hacer el familiar?

¿Qué ocurre poco después?

¿Qué alivio se produce a corto plazo?

¿Cómo podría este patrón mantener el TOC a largo plazo?

¿Cómo podría ofrecerse apoyo sin acomodación?

© Uncompelled

Sección 4: Acuerdo de tratamiento

Empezaremos por trabajar en esta forma de acomodación

La respuesta anterior era

La nueva respuesta será

El familiar seguirá ofreciendo apoyo de esta manera

El familiar dejará de

Frase de apoyo acordada

Ejemplo

«Veo que esto te resulta difícil ahora. Me quedaré aquí contigo, pero no ayudaré al TOC ofreciendo más certeza».

© Uncompelled

Sección 4: Acuerdo de tratamiento (continuación)

Cuando el TOC presione, haremos lo siguiente

Si la persona con TOC siente mucho malestar, haremos lo siguiente

Si el familiar acaba ayudando al TOC, después haremos lo siguiente

© Uncompelled

Sección 5: Revisión

Para revisar la próxima vez

¿Qué salió bien?

¿Qué resultó difícil?

¿Qué forma de acomodación se redujo?

¿Qué forma de acomodación aumentó?

¿Conviene mantener, ajustar o ampliar el acuerdo?

Próximo pequeño paso

© Uncompelled