

Компетенції програми «Самодопомога плюс (СД+)»

1. НЕВЕРБАЛЬНА КОМУНІКАЦІЯ ТА АКТИВНЕ СЛУХАННЯ

Відмітьте усі типи поведінки, продемонстровані в кожній із категорій.		
Некорисна або потенційно шкідлива поведінка	Базові навички надання допомоги	
<input type="checkbox"/> Займається іншими справами (відповідає на дзвінки, заповнює документи) <input type="checkbox"/> Насміхається з учасника <input type="checkbox"/> Демонструє невідповідний вираз обличчя, відповідаючи учасникам <input type="checkbox"/> Дозволяє собі неналежний фізичний контакт з учасниками	<input type="checkbox"/> Дозволяє паузи, коли слухає клієнта <input type="checkbox"/> Підтримує належний зоровий контакт з учасником <input type="checkbox"/> Зберігає відкриту позу, коли слухає учасника (тіло повернуте до учасника) <input type="checkbox"/> Постійно виражає підтримку за допомогою мови тіла (киває головою) та висловлювань (так / ага) <input type="checkbox"/> <i>Нічого з вище зазначеного</i>	
Відмітьте рівень, який є найбільш відповідним (лише один)		
<input type="checkbox"/> Рівень 1 <i>будь-яка некорисна поведінка</i>	<input type="checkbox"/> Рівень 2 <i>немає базових навичок чи є деякі, але не всі базові навички</i>	<input type="checkbox"/> Рівень 3 <i>усі базові навички</i>
Примітки:		

2. ВЕРБАЛЬНА КОМУНІКАЦІЯ

Відмітьте усі типи поведінки, продемонстровані в кожній із категорій.		
Некорисна або потенційно шкідлива поведінка	Базові навички надання допомоги	
<input type="checkbox"/> Перебиває учасника <input type="checkbox"/> Ставить навідні запитання або запитання закритого типу («Насправді ви не хотіли цього робити, правда ж?») <input type="checkbox"/> Використовує звинувачувальні твердження («Не треба було говорити це своєму чоловікові») <input type="checkbox"/> Використовує мову й терміни, які не відповідають культурі й віку учасників	<input type="checkbox"/> Ставить запитання відкритого типу, коли розмовляє з окремим учасником <input type="checkbox"/> Підсумовує або перефразовує твердження у розмові з окремими учасниками <input type="checkbox"/> Дозволяє учаснику закінчити висловлювання, перш ніж починає відповідати <input type="checkbox"/> <i>Нічого із вище зазначеного</i>	
Відмітьте рівень, який є найбільш відповідним (лише один)		
<input type="checkbox"/> Рівень 1 <i>будь-яка некорисна поведінка</i>	<input type="checkbox"/> Рівень 2 <i>немає базових навичок чи є деякі, але не всі базові навички</i>	<input type="checkbox"/> Рівень 3 <i>усі базові навички</i>
Примітки:		

3. ДЕМОНСТРАЦІЯ ЕМПАТІЇ, ТЕПЛОГО СТАВЛЕННЯ ТА ЩИРОСТІ

Відмітьте усі типи поведінки, продемонстровані в кожній із категорій.		
Некорисна або потенційно шкідлива поведінка	Базові навички надання допомоги	
<input type="checkbox"/> Критикує те, що непокоїть учасника, висловлює оцінювальні судження щодо занепокоєнь учасника <input type="checkbox"/> Заперечує те, що непокоїть учасника <input type="checkbox"/> Емоційна реакція консультанта видається невідповідною, вдаваною або напускною	<input type="checkbox"/> Виявляє теплі, дружні й щирі реакції протягом зустрічі <input type="checkbox"/> Постійно демонструє турботу або небайдужість до учасників («Звучить сумно. Можете розповісти більше про це?») <input type="checkbox"/> Ставить запитання, спрямовані на краще розуміння того, що відчував учасник («Хотів би знати, які у вас були почуття, коли це сталося: суму чи розлюченості») під час індивідуальних бесід <input type="checkbox"/> Нічого з вище зазначеного	
Відмітьте рівень, який є найбільш відповідним (лише один)		
<input type="checkbox"/> Рівень 1 <i>будь-яка некорисна поведінка</i>	<input type="checkbox"/> Рівень 2 <i>немає базових навичок чи є деякі, але не всі базові навички</i>	<input type="checkbox"/> Рівень 3 <i>усі базові навички</i>
Примітки:		

4. ЗАЛУЧЕННЯ МЕХАНІЗМІВ ПОДОЛАННЯ ТРУДНОЩІВ І ПОПЕРЕДНІХ РІШЕНЬ

Відмітьте усі типи поведінки, продемонстровані в кожній із категорій.		
Некорисна або потенційно шкідлива поведінка	Базові навички надання допомоги	
<input type="checkbox"/> Негативно висловлюється стосовно прийомів подолання труднощів, які застосовує учасник («Це б вам ніколи не допомогло...») <input type="checkbox"/> Схвалює негативні прийоми подолання труднощів (споживання алкоголю, жорстоку поведінку тощо)	<input type="checkbox"/> Ставить учаснику запитання стосовно механізмів подолання труднощів сьогодні й в минулому <input type="checkbox"/> Хвалить учасника за використання позитивних механізмів подолання труднощів (турбота про себе, фізичні вправи, розмови з іншими) <input type="checkbox"/> Нічого з вище зазначеного	
Відмітьте рівень, який є найбільш відповідним (лише один)		
<input type="checkbox"/> Рівень 1 <i>будь-яка некорисна поведінка</i>	<input type="checkbox"/> Рівень 2 <i>немає базових навичок чи є деякі, але не всі базові навички</i>	<input type="checkbox"/> Рівень 3 <i>усі базові навички</i>
Примітки:		

5. ПОЯСНЕННЯ ТА СПРИЯННЯ ДОТРИМАННЮ КОНФІДЕНЦІЙНОСТІ

Відмітьте усі типи поведінки, продемонстровані в кожній із категорій.		
Некорисна або потенційно шкідлива поведінка	Базові навички надання допомоги	
<input type="checkbox"/> Примушує клієнта розкрити інформацію консультанту або іншим особам <input type="checkbox"/> Неточно описує положення конфіденційності («Я розповім лише вашій родині») <input type="checkbox"/> Обіцяє, що все без винятку залишиться конфіденційним <input type="checkbox"/> Мінімізує занепокоєння клієнта щодо конфіденційності («Не важливо, чи хтось інший нас чує»)	<input type="checkbox"/> Пояснює поняття конфіденційності <input type="checkbox"/> Надає перелік випадків, коли конфіденційність буде порушено – за наявності ризику заподіяння шкоди собі або іншим <input type="checkbox"/> Пояснює, чому порушення конфіденційності може бути важливим <input type="checkbox"/> <i>Нічого з вище зазначеного</i>	
Відмітьте рівень, який є найбільш відповідним (лише один)		
<input type="checkbox"/> Рівень 1 <i>будь-яка некорисна поведінка</i>	<input type="checkbox"/> Рівень 2 <i>немає базових навичок чи є деякі, але не всі базові навички</i>	<input type="checkbox"/> Рівень 3 <i>усі базові навички</i>
Примітки:		

6. ОЦІНЮВАННЯ РИЗИКІВ ЗАВДАННЯ ШКОДИ СОБІ АБО ІНШИМ ТА РОЗРОБЛЕННЯ СПІЛЬНОГО ПЛАНУ РЕАГУВАННЯ НА ТАКІ РИЗИКИ

Відмітьте усі типи поведінки, продемонстровані в кожній із категорій.		
Некорисна або потенційно шкідлива поведінка	Базові навички надання допомоги	
<input type="checkbox"/> Не ставить запитання про завдання шкоди собі <input type="checkbox"/> Повчає учасника, вказуючи, що релігія або закон не схвалюють завдання шкоди самому собі («Це гріх» або «Це суперечить закону») <input type="checkbox"/> Висловлює недовіру (звинувачує учасника в тому, що він / вона говорить про самоушкодження, щоб привернути увагу, що насправді ніхто не завдасть шкоди учаснику або його / її дітям) <input type="checkbox"/> Заохочує учасника нікому не розповідати про заподіяння шкоди собі або іншим	<input type="checkbox"/> Запитує про заподіяння шкоди собі чи іншим, якщо це питання піднімає учасник <input type="checkbox"/> Запитує про теперішні наміри, засоби або попередні спроби <input type="checkbox"/> Запитує про фактори ризику та/або захисту <input type="checkbox"/> <i>Нічого з вище зазначеного</i>	
Відмітьте рівень, який є найбільш відповідним (лише один)		
<input type="checkbox"/> Рівень 1 <i>будь-яка некорисна поведінка</i>	<input type="checkbox"/> Рівень 2 <i>немає базових навичок чи є деякі, але не всі базові навички</i>	<input type="checkbox"/> Рівень 3 <i>усі базові навички</i>
Примітки:		

7. НАВИЧКИ ГОЛОВНОГО ФАСИЛІТАТОРА

Відмітьте усі типи поведінки, продемонстровані в кожній із категорій.		
Некорисна або потенційно шкідлива поведінка	Базові навички надання допомоги	
<input type="checkbox"/> Не дотримується інструкцій до сесії* <input type="checkbox"/> Опускає важливу інформацію зі сценарію* <input type="checkbox"/> Манера читання не залучає до участі (одноманітний тон голосу, не відриває очі від сценарію*)	<input type="checkbox"/> Чітко дотримується інструкцій до заняття <input type="checkbox"/> Доносить всю важливу інформацію зі сценарію <input type="checkbox"/> Читає сценарії у спосіб, що залучає до участі (виразно, відриваючи очі від тексту, встановлюючи відповідний зоровий контакт) <input type="checkbox"/> Нічого з вище зазначеного	
Відмітьте рівень, який є найбільш відповідним (лише один)		
<input type="checkbox"/> Рівень 1 <i>будь-яка некорисна поведінка</i>	<input type="checkbox"/> Рівень 2 <i>немає базових навичок чи є деякі, але не всі базові навички</i>	<input type="checkbox"/> Рівень 3 <i>усі базові навички</i>
Примітки:		

8. НАВИЧКИ КОФАСИЛІТАТОРА

Відмітьте усі типи поведінки, продемонстровані в кожній із категорій.		
Некорисна або потенційно шкідлива поведінка	Базові навички надання допомоги	
<input type="checkbox"/> Не надає допомогу тому, хто про неї просить, або тому, хто має труднощі під час програвання аудіо <input type="checkbox"/> Залишає без уваги й не реагує на порушення порядку під час заняття <input type="checkbox"/> Втручається, коли не потрібно (наприклад, змушує учасника приєднатися до вправи)	<input type="checkbox"/> Уважно слідкує, чи потрібна комусь індивідуальна допомога під час програвання аудіо, чи просить хтось про допомогу (періодично оглядає кімнату, не заплющує очі під час виконання вправ) <input type="checkbox"/> Оперативно реагує на порушення порядку, прохання про допомогу або запитання <input type="checkbox"/> Не втручається, якщо це не потрібно (наприклад, коли учасник не виконує вправу або відволікається, але не порушує порядок) <input type="checkbox"/> Нічого з вище зазначеного	
Відмітьте рівень, який є найбільш відповідним (лише один)		
<input type="checkbox"/> Рівень 1 <i>будь-яка некорисна поведінка</i>	<input type="checkbox"/> Рівень 2 <i>немає базових навичок чи є деякі, але не всі базові навички</i>	<input type="checkbox"/> Рівень 3 <i>усі базові навички</i>
Примітки:		

9. НАВИЧКИ, СПІЛЬНІ ДЛЯ ОБОХ ФАСИЛІТАТОРІВ (ГОЛОВНОГО ФАСИЛІТАТОРА Й КОФАСИЛІТАТОРА)

Відмітьте усі типи поведінки, продемонстровані в кожній із категорій.		
Некорисна або потенційно шкідлива поведінка	Базові навички надання допомоги	
<input type="checkbox"/> Не пильнує під час програвання аудіо (погляд опущений, не оглядає кімнату, перевіряючи, чи потрібна комусь допомога) <input type="checkbox"/> Надає некоректну інформацію під час відповідей на запитання <input type="checkbox"/> Надає детальну інформацію замість заохочення на підтримки	<input type="checkbox"/> Пильнує та повністю залучений під час програвання аудіо <input type="checkbox"/> Активно відповідає на запитання <input type="checkbox"/> Націлений заохочувати, а не надавати детальні пояснення <input type="checkbox"/> <i>Нічого з вище зазначеного</i>	
Відмітьте рівень, який є найбільш відповідним (лише один)		
<input type="checkbox"/> Рівень 1 <i>будь-яка некорисна поведінка</i>	<input type="checkbox"/> Рівень 2 <i>немає базових навичок чи є деякі, але не всі базові навички</i>	<input type="checkbox"/> Рівень 3 <i>усі базові навички</i>
Примітки:		

Acknowledgement

We extend our gratitude to FHI360 for providing the Ukrainian translation for the tool.