

## Problem Solving Competencies

### 1. تمييز المشكلات القابلة للحل والمشكلات غير القابلة للحل

| تحقق من جميع السلوكيات الموضحة في كل فئة.                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                      |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| مهارات المساعدة المتقدمة                                                                                                                                                                       | قياسات مساعدة الأمل اتارامه                                                                                                                                                                                                                                                                    | مهارات مساعدة متقدمة                                                                                                                                                                                                                                 |
| <input type="checkbox"/> يلوم العميل على مشاكله (مثال: أنت أوقعت نفسك في هذا الموقف، وعليك أن تخرج نفسك منه)<br><input type="checkbox"/> يقول بأن جميع مشكلات العميل صعبة جداً أو لا يمكن حلها | <input type="checkbox"/> يقوم بالعصف الذهني مع العميل حول المشكلات الجديدة أو السابقة التي ذكرها العميل<br><input type="checkbox"/> يضع المشكلات بقائمة مع العميل يوضح أو يُعطي أمثلة عن الفرق بين المشكلات القابلة للحل والمشكلات غير القابلة للحل<br><input type="checkbox"/> لا شيء مما ذكر | <input type="checkbox"/> لديه جميع مهارات المساعدة الأساسية<br><input type="checkbox"/> يُسهّل على العميل ترتيب المشكلات بحسب الأولوية<br><input type="checkbox"/> يتحدث مع العميل للتوصل إذا ما كانت المشكلات الأكثر أولوية قابلة أو غير قابلة للحل |
| اختار المستوى المناسب أكثر ( فقط مستوى واحد يجب اختياره )                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                      |
| <input type="checkbox"/> المستوى 4<br>جميع مهارات المساعدة الأساسية بالإضافة إلى أي مهارة متقدمة                                                                                               | <input type="checkbox"/> المستوى 3<br>جميع المهارات الأساسية                                                                                                                                                                                                                                   | <input type="checkbox"/> المستوى 2<br>لا مهارات أساسية أو البعض منها                                                                                                                                                                                 |
| الملاحظات                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                      |

### 2. اختيار المشكلة

| تحقق من جميع السلوكيات الموضحة في كل فئة.                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                               |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| مهارات المساعدة المتقدمة                                                                                         | قياسات مساعدة الأمل اتارامه                                                                                                                                                                                                                                      | مهارات مساعدة متقدمة                                                                                                                          |
| <input type="checkbox"/> يختار المشكلة للعميل<br><input type="checkbox"/> يختار مشكلة خارجة عن نطاق سيطرة العميل | <input type="checkbox"/> يعمل مع العميل لاختيار مشكلة معينة تكون ضمن سيطرة العميل<br><input type="checkbox"/> يسأل عن ملاحظات العميل حول المشكلة التي تم اختيارها (مثال: "هل تشعر بالراحة للبدء بتعريف هذه المشكلة؟")<br><input type="checkbox"/> لا شيء مما ذكر | <input type="checkbox"/> لديه جميع مهارات المساعدة الأساسية<br><input type="checkbox"/> يشرح للعميل كل خطوة من خطوات اختيار المشكلة بشكل واضح |
| اختار المستوى المناسب أكثر ( فقط مستوى واحد يجب اختياره )                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                               |
| <input type="checkbox"/> المستوى 4<br>جميع مهارات المساعدة الأساسية بالإضافة إلى أي مهارة متقدمة                 | <input type="checkbox"/> المستوى 3<br>جميع المهارات الأساسية                                                                                                                                                                                                     | <input type="checkbox"/> المستوى 2<br>لا مهارات أساسية أو البعض منها                                                                          |
| الملاحظات                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                               |

## 3. تحديد المشكلة والهدف

| تحقق من جميع السلوكيات الموضحة في كل فئة.                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                              |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| مهارات المساعدة المتقدمة                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | قياسات مساعدة الأمل اتارامه                                                                                                                                                          | مهارات مساعدة متقدمة                                                                                                                                                         |
| <input type="checkbox"/> لديه جميع مهارات المساعدة الأساسية<br><input type="checkbox"/> يركز على العناصر العملية للمشكلة التي يمكن التحكم فيها<br><input type="checkbox"/> يشجع العميل ويحثه على تصوّر المشكلة كما لو تم حلها<br><input type="checkbox"/> يعمل مع العميل على تفكيك المشكلة إلى أجزاء أو خطوات صغيرة لجعلها أكثر تحديداً | <input type="checkbox"/> يجد بعض الأفكار مع العميل لتحديد المشكلة والهدف<br><input type="checkbox"/> يضع مع العميل تعريفاً محدداً للمشكلة<br><input type="checkbox"/> لا شيء مما ذكر | <input type="checkbox"/> يُخبر العميل بأن المشكلة ميؤوس منها<br><input type="checkbox"/> يسخر من العميل بسبب أهدافه المتوقعة (مثال: هذا الهدف مستحيل، لماذا قد تفكر في ذلك؟) |
| اختار المستوى المناسب أكثر ( فقط مستوى واحد يجب اختياره )                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                              |
| <input type="checkbox"/> المستوى 4<br>جميع مهارات المساعدة الأساسية بالإضافة إلى أي مهارة متقدمة                                                                                                                                                                                                                                        | <input type="checkbox"/> المستوى 3<br>جميع المهارات الأساسية                                                                                                                         | <input type="checkbox"/> المستوى 2<br>لا مهارات أساسية أو البعض منها                                                                                                         |
| <input type="checkbox"/> المستوى 1<br>أية سلوك غير مفيد                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                              |
| الملاحظات                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                              |

## 4. العصف الذهني لإيجاد حلول

| تحقق من جميع السلوكيات الموضحة في كل فئة.                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| مهارات مساعدة متقدمة                                                                                                                                                                                                                                                                                             | قياسات مساعدة الأمل اتارامه                                                                                                                                                            | مهارات المساعدة المتقدمة                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| <input type="checkbox"/> لديه جميع مهارات المساعدة الأساسية<br><input type="checkbox"/> يعمل مع العميل لطرح الأفكار بحرية لإيجاد أكبر عدد ممكن من الحلول دون الحكم عليها (مثال: سخيفة، واقعية)<br><input type="checkbox"/> يُحفز العميل على العصف الذهني بشكل فعال (مثال: "ما الذي قد تنصح به صديقاً في مكانك؟") | <input type="checkbox"/> يسهل على العميل التوصل إلى حل أو حلان عمليان<br><input type="checkbox"/> يستبعد الحلول غير الواقعية أو غير المفيدة<br><input type="checkbox"/> لا شيء مما ذكر | <input type="checkbox"/> يطرح أسئلة موجّهة حول الحلول التي يطرحها العميل (مثال: أنت لا تريد فعلاً حلها بهذه الطريقة، أليس كذلك؟)<br><input type="checkbox"/> يشجع أو يركز على الحلول التي لا يمكن تحقيقها<br><input type="checkbox"/> يركز فقط على الحلول التي "تحل المشكلة بأكملها"<br><input type="checkbox"/> يُخبر العميل كيف يحل المشكلة (مثال: "يجب عليك...") |
| اختار المستوى المناسب أكثر ( فقط مستوى واحد يجب اختياره )                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| <input type="checkbox"/> المستوى 4<br>جميع مهارات المساعدة الأساسية بالإضافة إلى أي مهارة متقدمة                                                                                                                                                                                                                 | <input type="checkbox"/> المستوى 3<br>جميع المهارات الأساسية                                                                                                                           | <input type="checkbox"/> المستوى 2<br>لا مهارات أساسية أو البعض منها                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| <input type="checkbox"/> المستوى 1<br>أية سلوك غير مفيد                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| الملاحظات                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |

## 5. اختيار الحل

| تحقق من جميع السلوكيات الموضحة في كل فئة.                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| مهارات المساعدة المتقدمة                                                                                                                                                                                                                           | قياسات مساعدة الأمل اتارامه                                                                                                                                                                                          | مهارات مساعدة متقدمة                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| <input type="checkbox"/> يختار حلاً غير واقعي أو حلاً ذا تأثير سلبي (مثال: "اهرط من المنزل")<br><input type="checkbox"/> يُخبر العميل أي حل عليه أن يختار<br><input type="checkbox"/> يحكم على الحل الذي يختاره العميل (مثال: "لن ينجح ذلك أبداً") | <input type="checkbox"/> يُشجّع العميل على مشاركة مشاعره<br><input type="checkbox"/> يساعد العميل على اختيار حل قابل للتحقيق لديه أقل تأثير سلبي ممكن وأكبر إمكانية للنفع<br><input type="checkbox"/> لا شيء مما ذكر | <input type="checkbox"/> لديه جميع مهارات المساعدة الأساسية<br><input type="checkbox"/> يسأل العميل عن كيفية حله للمشكلات في السابق ويناقش ما قد ينجح أو لا ينجح منها في هذه الحالة<br><input type="checkbox"/> يناقش الإيجابيات والسلبيات أو النتائج الإيجابية والسلبية لكل من الحلول المطروحة |
| اختار المستوى المناسب أكثر ( فقط مستوى واحد يجب اختياره )                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| <input type="checkbox"/> المستوى 1<br>أية سلوك غير مفيد                                                                                                                                                                                            | <input type="checkbox"/> المستوى 2<br>لا مهارات أساسية أو البعض منها                                                                                                                                                 | <input type="checkbox"/> المستوى 3<br>جميع المهارات الأساسية                                                                                                                                                                                                                                    |
| الملاحظات                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |

## 6. وضع خطة عمل للحل

| تحقق من جميع السلوكيات الموضحة في كل فئة.                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                        |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| مهارات المساعدة المتقدمة                                                                                                                                                                                                                                                                          | قياسات مساعدة الأمل اتارامه                                                                                                                                                                                                     | مهارات مساعدة متقدمة                                                                                                                                                                                                                                   |
| <input type="checkbox"/> يقول للعميل ما عليه فعله<br><input type="checkbox"/> يضع حواجز أمام العميل أو يثبط العميل عن المحاولة (مثال: "لن يسمح زوجك بذلك أبداً")<br><input type="checkbox"/> ينتقد مساهمة أو آراء العميل<br><input type="checkbox"/> يتجاهل الحواجز أو لا يعمل على إيجاد حلول لها | <input type="checkbox"/> يضع خطة عمل تتضمن خطوات محددة وقابلة للقياس<br><input type="checkbox"/> يحدد جدولاً زمنياً لخطة العمل<br><input type="checkbox"/> يضل مشجعاً ووعوئاً للعميل<br><input type="checkbox"/> لا شيء مما ذكر | <input type="checkbox"/> لديه جميع مهارات المساعدة الأساسية<br><input type="checkbox"/> يقوم بإنشاء تذكيرات<br><input type="checkbox"/> يناقش الحواجز المحتملة التي قد تُعيق تنفيذ خطة العمل<br><input type="checkbox"/> يساعد العميل في وضع خطة بديلة |
| اختار المستوى المناسب أكثر ( فقط مستوى واحد يجب اختياره )                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                        |
| <input type="checkbox"/> المستوى 1<br>أية سلوك غير مفيد                                                                                                                                                                                                                                           | <input type="checkbox"/> المستوى 2<br>لا مهارات أساسية أو البعض منها                                                                                                                                                            | <input type="checkbox"/> المستوى 3<br>جميع المهارات الأساسية                                                                                                                                                                                           |
| الملاحظات                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                        |

## 7. تقييم نتائج تطبيق حل ما

| تحقق من جميع السلوكيات الموضحة في كل فئة.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                            |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| مهارات المساعدة المتقدمة                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | قياسات مساعدة الأمل اتارامه                                                                                                                                                                                                                                                                       | مهارات مساعدة متقدمة                                                                                                                                                                                       |
| <input type="checkbox"/> لديه جميع مهارات المساعدة الأساسية<br><input type="checkbox"/> إذا لم تنجح خطة العمل (أو لم تنجح تماماً)، يقوم المساعد بتعديلها مع العميل وفقاً لذلك (مثال: يضع تذكيرات أكثر فعالية)<br><input type="checkbox"/> يختار مشكلة جديدة أو حلاً جديداً أنسب عند الحاجة<br><input type="checkbox"/> إذا نجح العميل في وضع حل، يقوم المساعد بمناقشة خطوات للاستمرار بالتمكن من المشكلة | <input type="checkbox"/> يناقش تنفيذ خطة العمل<br><input type="checkbox"/> يُثني على العميل لأي محاولة قام بها لتنفيذ خطة العمل، حتى وإن لم تكن ناجحة<br><input type="checkbox"/> يستكشف التحديات ويضع أي من التحديات التي يذكرها العميل في إطار طبيعي<br><input type="checkbox"/> لا شيء مما ذكر | <input type="checkbox"/> يلقي اللوم على العميل أو يوبّخه بسبب المهام غير المكتملة<br><input type="checkbox"/> يخبر العميل بما كان يجب فعله وما لم يجب فعله (مثال: "هذا ذنبك، كان عليك أن تكون أكثر شجاعة") |
| اختر المستوى المناسب أكثر ( فقط مستوى واحد يجب اختياره )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                            |
| <input type="checkbox"/> المستوى 4<br>جميع مهارات المساعدة الأساسية بالإضافة إلى أي مهارة متقدمة                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | <input type="checkbox"/> المستوى 3<br>جميع المهارات الأساسية                                                                                                                                                                                                                                      | <input type="checkbox"/> المستوى 2<br>لا مهارات أساسية أو البعض منها                                                                                                                                       |
| <input type="checkbox"/> المستوى 1<br>أية سلوك غير مفيد                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                            |
| الملاحظات                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                            |

**Acknowledgement.** This scale is adapted with permission from the original ENACT scale, which was published CC BY-NC-ND by Kohrt et al in: Kohrt BA, Jordans MJD, Rai S, Shrestha P, Luitel NP, Ramaiya M, Singla D, Patel V. Therapist Competence in Global Mental Health: Development of the Enhancing Assessment of Common Therapeutic Factors (ENACT) Rating Scale. *Behaviour Research and Therapy*. 2015;69:11-21. <http://dx.doi.org/10.1016/j.brat.2015.03.009>.

These competencies were informed by research described in: Pedersen, G. A., Lakshmin, P., Schafer, A., Watts, S., Carswell, K., Willhoite, A., Ottman, K., van 't Hof, E., & Kohrt, B. A. (2020). Common factors in psychological treatments delivered by non-specialists in low- and middle-income countries: Manual review of competencies. *Journal of behavioral and cognitive therapy*, 30(3), 165–186. <https://doi.org/10.1016/j.jbct.2020.06.001>

See full acknowledgements and copyright information on <https://equipcompetency.org/>