

Sorun Çözme Yetkinlikleri

1. ÇÖZÜLEBİLİR VE ÇÖZÜLEMEZ SORUNLARI FARK EDEBİLME

Her kategoride gösterilen bütün davranışları işaretleyiniz.		
Yararsız veya olası zararlı davranışlar	Temel yardım becerileri	İleri düzey yardım becerileri
<input type="checkbox"/> Sorunlardan ötürü hizmet kullanıcıyı suçluyor (örn. "Kendini bu duruma kendin soktun, şimdi de kendi başına çıkman lazım") <input type="checkbox"/> Hizmet kullanıcının sorunlarının hepsinin çok büyük, çözümlerinin imkansız olduğunu söylüyor	<input type="checkbox"/> Hizmet kullanıcısıyla paylaştığı yeni veya eski sorunları hakkında beyin fırtınası yapıyor <input type="checkbox"/> Hizmet kullanıcısıyla birlikte sorunların listesini çıkarıyor <input type="checkbox"/> Çözülebilir ve çözülemez sorunları tanımlıyor ve bunlar arasındaki farklarla ilgili örnekler veriyor <input type="checkbox"/> Yukarıdakilerin hiçbiri	<input type="checkbox"/> Bütün temel becerileri gösteriyor <input type="checkbox"/> Hizmet kullanıcıya sorunlarını önceliklendirmede yardımcı oluyor <input type="checkbox"/> Önceliklendirilen sorunların çözülebilir olup olmadığını hizmet kullanıcısıyla birlikte kontrol ediyor

En uygun düzeyi işaretleyiniz (sadece bir düzey işaretlenmelidir)

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Düzyen 1 <i>herhangi bir yararsız davranış</i>	Düzyen 2 <i>temel becerileri yok veya temel becerilerin tümüne değil bazılarına sahip</i>	Düzyen 3 <i>tüm temel becerilere sahip</i>	Düzyen 4 <i>temel becerilerin tümünün yanısıra herhangi bir ileri düzey beceriye sahip</i>

2. SORUN SEÇME

Her kategoride gösterilen bütün davranışları işaretleyiniz.			
Yararsız veya olası zararlı davranışlar	Temel yardım becerileri	İleri düzey yardım becerileri	
<input type="checkbox"/> izmet kullanıcısı adına sorun seçiyor <input type="checkbox"/> Hizmet kullanıcının kontrolü dışındaki bir sorunu seçiyor	<input type="checkbox"/> Hizmet kullanıcısı ile birlikte onunkontrolü altında olan spesifik bir sorun seçmek için çalışıyor <input type="checkbox"/> Hizmet kullanıcının seçilen sorunla ilgili geribildirimini alıyor (örn. "Bu sorunu tanımlamaya hazır hissediyor musun kendini?") <input type="checkbox"/> Yukarıdakilerin hiçbiri	<input type="checkbox"/> Bütün temel becerileri gösteriyor <input type="checkbox"/> Sorun seçmenin her bir adımını hizmet kullanıcıya açık biçimde izah ediyor	
En uygun düzeyi işaretleyiniz (sadece bir düzey işaretlenmelidir)			
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Notlar:			
Düzye 1 <i>herhangi bir yararsız davranış</i>	Düzye 2 <i>temel becerileri yok veya temel becerilerin tümüne değil bazılarına sahip</i>	Düzye 3 <i>tüm temel becerilere sahip</i>	Düzye 4 <i>temel becerilerin tümünün yanı sıra herhangi bir ileri düzey beceriye sahip</i>

3. SORUNU VE HEDEFİ TANIMLAMA

Her kategoride gösterilen bütün davranışları işaretleyiniz.			
Yararsız veya olası zararlı davranışlar	Temel yardım becerileri	İleri düzey yardım becerileri	
<input type="checkbox"/> Hizmet kullanıcıya sorunun çaresiz olduğunu söylüyor <input type="checkbox"/> Olası hedeflerle ilgili olarak hizmet kullanıcısıyla alay ediyor (örn. "Bu imkansız bir hedef, amma da yaptın!")	<input type="checkbox"/> Sorunu ve hedefi tanımlama konusunda hizmet kullanıcısıyla birlikte birtakım fikirler üretiyor <input type="checkbox"/> Hizmet kullanıcısıyla birlikte sorunu spesifik bir şekilde tanımlıyor <input type="checkbox"/> Yukarıdakilerin hiçbiri	<input type="checkbox"/> Bütün temel becerileri gösteriyor <input type="checkbox"/> Sorunun ele alınabilecek pratik unsurları üzerine odaklanıyor <input type="checkbox"/> Hizmet kullanıcısını sorunun çözüldüğünü hayal etme konusunda motive ediyor ve yönlendirmede bulunuyor <input type="checkbox"/> Hizmet kullanıcısıyla birlikte sorunu küçük parçalara ayırıp daha spesifik hale getiriyor	
En uygun düzeyi işaretleyiniz (sadece bir düzey işaretlenmelidir)			
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Notlar:			
Düzye 1	Düzye 2	Düzye 3	Düzye 4

Commented [KKA1]: Focuses on practical elements of the problem that can be influenced

<i>herhangi bir yararsız davranış</i>	<i>temel becerileri yok veya temel becerilerin tümüne değil bazılarına sahip</i>	<i>tüm temel becerilere sahip</i>	<i>temel becerilerin tümünün yanısıra herhangi bir ileri düzey beceriye sahip</i>
---------------------------------------	--	-----------------------------------	---

4. BEYİN FIRTINASI ÇÖZÜMLERİ

Her kategoride gösterilen bütün davranışları işaretleyiniz.			
Yararsız veya olası zararlı davranışlar	Temel yardım becerileri	İleri düzey yardım becerileri	
<input type="checkbox"/> Hizmet kullanıcının beyin fırtınası sonucu bulduğu çözümler hakkında imalı sorular soruyor (örn. "Bu sorunu gerçekten böyle çözme düşünmüyorsun değil mi?") <input type="checkbox"/> Hizmet kullanıcısını sonuç alması imkansız çözümlere başvurmaya teşvik ediyor <input type="checkbox"/> Sadece "sorunun bütününe çözecek" çözümlere odaklanıyor <input type="checkbox"/> Hizmet kullanıcıya sorunu nasıl çözmesi gerektiğini söylüyor (örn. "..... yapmalısın")	<input type="checkbox"/> Hizmet kullanıcısını 1 veya 2 "pratik" (uygulanabilir) çözüm bulma konusunda destekliyor <input type="checkbox"/> Gerçekçi veya yardımcı olmayan çözümlerin elimine edilmesini sağlıyor <input type="checkbox"/> <i>Yukarıdakilerin hiçbiri</i>	<input type="checkbox"/> <i>Bütün temel becerileri gösteriyor</i> <input type="checkbox"/> Yargılayıcı bir tutuma girmeksizin hizmet kullanıcısıyla birlikte beyin fırtınası yaparak mümkün olduğunca çok çözüm belirliyor <input type="checkbox"/> Beyin fırtınası yapması için hizmet kullanıcısını aktif şekilde yönlendiriyor (örn. "Senin durumunda olan bir arkadaşına ne tavsiye ederdin?")	
En uygun düzeyi işaretleyiniz (sadece bir düzey işaretlenmelidir)			
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Notlar:			
Düzy 1 <i>herhangi bir yararsız davranış</i>	Düzy 2 <i>temel becerileri yok veya temel becerilerin tümüne değil bazılarına sahip</i>	Düzy 3 <i>tüm temel becerilere sahip</i>	Düzy 4 <i>temel becerilerin tümünün yanısıra herhangi bir ileri düzey beceriye sahip</i>

5. BİR ÇÖZÜM SEÇME

Her kategoride gösterilen bütün davranışları işaretleyiniz.			
Yararsız veya olası zararlı davranışlar	Temel yardım becerileri	İleri düzey yardım becerileri	
<input type="checkbox"/> Gerçekçi olmayan veya olumsuz bir etki doğuracak bir çözüm seçiyor (örn. "Evden kaçma") <input type="checkbox"/> Hizmet kullanıcıya hangi çözümü seçmesi gerektiğini söylüyor <input type="checkbox"/> Hizmet kullanıcı seçtiği çözüm nedeniyle yargılıyor (örn. "Bu çözümün işe yaraması imkansız")	<input type="checkbox"/> Gerçekçi olmayan çözümleri elimine ediyor <input type="checkbox"/> Hizmet kullanıcıya olumsuz etkisi en az ve fayda potansiyeli en fazla olabilecek, ulaşılabilir bir çözüm seçme konusunda yardımcı oluyor <input type="checkbox"/> <i>Yukarıdakilerin hiçbiri</i>	<input type="checkbox"/> <i>Bütün temel becerileri gösteriyor</i> <input type="checkbox"/> Önceden sorunlarını nasıl çözdüğü konusunda hizmet kullanıcılarından bilgi alıyor ve neyin işe yaradığını veya yaramadığını tartışıyor <input type="checkbox"/> Listeye konan TÜM çözümlerin (dez)avantajlarını VEYA olumlu /olumsuz sonuçlarını tartışıyor	
En uygun düzeyi işaretleyiniz (sadece bir düzey işaretlenmelidir)			
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Notlar:			
Düzyey 1 <i>herhangi bir yararsız davranış</i>	Düzyey 2 <i>temel becerileri yok veya temel becerilerin tümüne değil bazılarına sahip</i>	Düzyey 3 <i>tüm temel becerilere sahip</i>	Düzyey 4 <i>temel becerilerin tümünün yanısıra herhangi bir ileri düzey beceriye sahip</i>

6. BİR ÇÖZÜMÜ UYGULAMA

Her kategoride gösterilen bütün davranışları işaretleyiniz.		
Yararsız veya olası zararlı davranışlar	Temel yardım becerileri	İleri düzey yardım becerileri
<input type="checkbox"/> Hizmet kullanıcıya ne yapması gerektiğini söylüyor <input type="checkbox"/> Hizmet kullanıcıya engeller çıkarıyor veya denemekten alıkoymuyor (örn. "Kocan buna asla müsaade etmez") <input type="checkbox"/> Hizmet kullanıcının fikirlerini eleştiriyor <input type="checkbox"/> Engelleri dikkate almıyor veya bunlar için sorun çözümü önermiyor	<input type="checkbox"/> Spesifik ve ölçülebilir adımları bulunan bir eylem planı oluşturuyor <input type="checkbox"/> Eylem planı için bir takvim belirliyor <input type="checkbox"/> Teşvik edici ve yardıma dönük bir tutum sergiliyor <input type="checkbox"/> <i>Yukarıdakilerin hiçbiri</i>	<input type="checkbox"/> <i>Bütün temel becerileri gösteriyor</i> <input type="checkbox"/> Hatırlatıcılar belirliyor <input type="checkbox"/> Eylem planının uygulanmasının önündeki olası engelleri tartışıyor <input type="checkbox"/> Hizmet kullanıcıya alternatif bir plan oluşturmada yardımcı oluyor

En uygun düzeyi işaretleyiniz (sadece bir düzey işaretlenmelidir)

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
--------------------------	--------------------------	--------------------------	--------------------------

Notlar:

Düzye 1*herhangi bir yararsız davranış***Düzye 2***temel becerileri yok veya temel becerilerin tümüne değil bazılarına sahip***Düzye 3***tüm temel becerilere sahip***Düzye 4***temel becerilerin tümünün yanı sıra herhangi bir ileri düzey beceri***7. ÇÖZÜM UYGULAMASININ SONUÇLARINI DEĞERLENDİRME**

Her kategoride gösterilen bütün davranışları işaretleyiniz.

Yararsız veya olası zararlı davranışlar	Temel yardım becerileri	İleri düzey yardım becerileri
<input type="checkbox"/> Aktiviteyi tamamlamadığı zaman hizmet kullanıcıyı azarlıyor veya suçluyor <input type="checkbox"/> Hizmet kullanıcıya neyi yapması ve yapmaması gerektiğini söylüyor (örn. "Bu senin hatan, daha cesur davranmalydın")	<input type="checkbox"/> Eylem planının uygulamasını tartışıyor <input type="checkbox"/> Başarılı sonuçlanmasa dahi eylem planının uygulanmasına yönelik çabayı takdir ediyor <input type="checkbox"/> Hizmet kullanıcının bahsettiği güçlükleri irdeliyor ve normalleştiriyor <input type="checkbox"/> Yukarıdakilerin hiçbiri	<input type="checkbox"/> Bütün temel becerileri gösteriyor <input type="checkbox"/> (Tam) Başarılı olmadığında, eylem planını uygun şekilde adapte ediyor (örn. daha etkili hatırlatıcılar belirleme) <input type="checkbox"/> Gerektiğinde daha uygulanabilir yeni bir sorun veya çözüm seçiyor <input type="checkbox"/> Hizmet kullanıcı başarılı olduysa, sorun yönetimini devam ettirmeye ilişkin adımları tartışıyor

En uygun düzeyi işaretleyiniz (sadece bir düzey işaretlenmelidir)

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
--------------------------	--------------------------	--------------------------	--------------------------

Notlar:

Düzye 1*herhangi bir yararsız davranış***Düzye 2***temel becerileri yok veya temel becerilerin tümüne değil bazılarına sahip***Düzye 3***tüm temel becerilere sahip***Düzye 4***temel becerilerin tümünün yanı sıra herhangi bir ileri düzey beceriye sahip*

Teşekkür. Bu yetkinlikler için şu araştırmalardan yararlanılmıştır: 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* (Düşük ve orta gelirli ülkelerde uzman olmayan personel tarafından uygulanacak psikolojik tedavilerdeki ortak faktörler: Yetkinliklerin elle değerlendirilmesi. *Davranışçı ve bilişsel terapi*), 30(3), 165–186. <https://doi.org/10.1016/j.jbct.2020.06.001>

Yetkinlik tanımlamaları geliştirilirken şu dokümanlardan yararlanılmıştır:

- Dawson KS, Watts S, Carswell K, vd.. Improving access to evidence-based interventions for young adolescents: early adolescent skills for emotions (EASE, Genç adolesanlar için kanıta dayalı müdahalelere erişimin iyileştirilmesi: duygular için erken dönem adolesan becerileri). *World Psychiatry*. 2019
- Murray L, Dorsey S, Skavenski S, Metz K: Common Elements Treatment Approach (CETA) Counselor Manual (Adult) (Ortak Tedavi Unsurlarına Yaklaşım (CETA) Danışman Kılavuzu (Yetişkin)): Lebanon. 2017. <https://www.jhsph.edu/research/centers-andinstitutes/global-mental-health/our-projects/by-intervention/>
- Verhey R, Turner JB, Chibanda D: The Friendship Bench: Training Manual for Health Promoters. Harare, Zimbabwe. King's College London, London School of Hygiene and Tropical Medicine, Northwestern University, Zimbabwe AIDS Prevention Project ZAPP UZ, University of Bristol, ZEE Bags, Nectar Chris Imherz, Zimbabwe Health Training Support, The Funding Network, MISEREOR. <https://www.friendshipbenchzimbabwe.org/project-resources>
- World Health Organization: Problem Management Plus (PM+): Individual psychological help for adults impaired by distress in communities exposed to adversity Dünya Sağlık Örgütü: Sorun Yönetimi ve Fazlası (PM+): Husumet/çatışma ortamlarında sıkıntı yaşayan yetişkinlere yardım bireysel psikolojik yardım). Generic field-trial version 1.0 (Genel saha deneme sürümü 1.0). Geneva, 2016. <https://www.who.int/publications/i/item/WHO-MSD-MER-16.2>

Teşekkürlerin bütünü ve telif hakkı bilgileri için bkz. <https://equipcompetency.org/>

Standartlaştırılmış canlandırma için yetkinlik tanımları ve kısaltılmış yönergeler

Standartlaştırılmış canlandırma kullanıyorsanız, farklı yetkinliklerle ilgili aşağıdaki tanımlar ve yönergeler kullanılabilir. Standartlaştırılmış canlandırma uygulamasına dair bütün ayrıntılar için bkz. <https://equipcompetency.org/>

1. Çözülebilir ve çözülemez sorunları fark etme

&

2. Sorun Seçme

Uygulayıcı, yeni sorun yönetme stratejisinin nasıl uygulanacağını öğretir, uygulama konusunda hizmet kullanıcısıyla birlikte çalışır ve her bir adımı net biçimde açıklar. Uygulayıcı, hizmet kullanıcının değerlendirme sırasında ortaya çıkan olumsuz duygularıyla bağlantı kurarak bu stratejinin olumlu etkisini açıklar. Ardından, hizmet kullanıcısıyla birlikte çalışarak onun yaşadığı sorunların bir listesini çıkarır ve bunların içinden hizmet kullanıcının kontrolü dahilinde olan, çözülebilecek kolay bir çözüm seçmesinde yardımcı olur. Bu noktada hizmet kullanıcısı listeden yararlanabileceği söylenebilir. Uygulayıcı listeden hizmet kullanıcının bağımsız şekilde başarıyla çözebileceği kolay bir sorun seçmesinde yardımcı olur.

TEK YETKİNLİK CANLANDIRMASI

Eğitici Uygulayıcıya yönlendirmede bulunur: "Bugün ben hizmet kullanıcısı rolündeyim: birtakım sorunlarım var. Sizin yapmanız gereken, bana bir sorun seçmemde yardım etmek. Beni (hizmet kullanıcısını) olan bitenden istediğim gibi bahsetmeye teşvik etmeli, tartıştığımız ve "liste" haline getirdiğimiz sorunları özetlememde ve üzerinde çalışacak bir sorun seçmemde yardımcı olmalısınız".

Bu canlandırmada hizmet kullanıcısı rolünü eğitici veya eğitilmiş bir oyuncu üstlenmelidir.

Canlandırmada "hizmet kullanıcı" çeşitli sorunlarından bahsetmektedir (örn. "Üç çocuğum var ve evi yalnız başıma çekip çevirmek zorundayım. Maddi durumumuz da iyi değil").

Yetkinlik puanlandığında VEYA belirlenen süre (5-15 dk) dolduğunda **canlandırma durmalıdır**.

Yapılmaması gerekenler	Yapılması gerekenler
<input type="checkbox"/> Sorunlarından ötürü hizmet kullanıcıyı suçlamak <input type="checkbox"/> Hizmet kullanıcının dile getirdiği sorunları yok saymak <input type="checkbox"/> Hizmet kullanıcıyı çok zor (çözülmesi neredeyse imkansız) bir soruna yoğunlaşmaya zorlamak	<input type="checkbox"/> Hizmet kullanıcısıyla birlikte sorunlarının listesini çıkarmak <input type="checkbox"/> Hizmet kullanıcısıyla birlikte bir pratik, çözülebilir kolay sorun belirlemek <input type="checkbox"/> Her bir adımı net biçimde açıklamak <input checked="" type="checkbox"/> Hizmet kullanıcının duygularına empati göstermek

Commented [KKA2]: Relate to client's feelings

3. SPESİFİK, ÖLÇÜLEBİLİR BİR HEDEF BELİRLEME

Uygulayıcı hizmet kullanıcısıyla birlikte sorunu spesifik ve kısa biçimde tanımlar. Uygulayıcı hizmet kullanıcısından bir sorun seçmesini ister, gerekirse sorunu küçük parçalara ayırıp her biriyle ayrı bir şekilde ele alması konusunda yardımcı olur. Uygulayıcı, hizmet kullanıcının kontrolü dahilinde olan pratik bir sorun seçmesinde hizmet kullanıcıya yardımcı olmalıdır. Uygulayıcı hizmet alandan seçtiği sorunu çözmüş olduğunu hayal etmesini ister (örn. "Bu sorun çözülsüydi nasıl olurdu?", "Bu sorunu yaşamamış olsaydın, hayatınızda ne gibi bir farklılık olurdu?") ve bu bakış açısıyla bir hedef belirlemesinde yardımcı olur. Uygulayıcı hedefi davranışsal terimler kullanarak açıklar ve hedefin ulaşılabilir ve doğrudan tanımlanan soruna yönelik olmasını sağlamak adına hizmet kullanıcısıyla birlikte çalışır.

TEK YETKİNLİK CANLANDIRMASI

Eğitici Uygulayıcıyı yönlendirir: "Bir, hizmet kullanıcı sizinle (uygulayıcı) bir sorun listesi çıkardı ve listeden bir sorun seçti. Ben bu sorunu ele almak için neler yapabileceğini irdelemek isteyen hizmet kullanıcıyı canlandıracağım. Sizin yapmanız gereken sorunu spesifik ve kısa biçimde tanımlamak ve gerçekçi ve ulaşılabilir bir çözüm belirlemek için benimle (hizmet kullanıcısıyla) birlikte çalışmak."

Bu canlandırmada hizmet kullanıcı rolünü eğitici veya eğitilmiş bir oyuncu üstlenmelidir.

Canlandırmada yardımcı ve hizmet alan bir sorun ve bir hedef tanımlar.

Yetkinlik puanlandığında VEYA belirlenen süre (5-15 dk) dolduğunda **canlandırma durmalıdır**.

Yapılmaması gerekenler	Yapılması gerekenler
<input type="checkbox"/> Belirlenen hedefin ulaşılabilir olduğunu veya hizmet kullanıcının durumunun umutsuz olduğunu söylemek <input type="checkbox"/> Hizmet kullanıcının hedefleriyle alay etmek <input type="checkbox"/> Büyük veya hizmet kullanıcının kontrolü dışındaki sorunları seçmek <input type="checkbox"/> Muğlak tanımlar yapmak	<input type="checkbox"/> Sorunu spesifik şekilde ve kısaca tanımlamak <input type="checkbox"/> Hizmet kullanıcısını sorunun çözüldüğünü hayal etme konusunda motive etmek ve yönlendirmek <input checked="" type="checkbox"/> Sorunun ele alınabilecek pratik unsurları üzerine odaklanmak <input type="checkbox"/> Gerekirse sorunu küçük parçalara ayırıp her birini ayrı ayrı ele almak

Commented [KKA3]: Yukarı ile eşleştirilecek

4. BEYİN FIRTINASI ÇÖZÜMLERİ

Uygulayıcı hizmet kullanıcısıyla birlikte beyin fırtınası yaparak mümkün olduğunca çok sayıda çözüm belirler. Uygulayıcı yargılayıcı bir tutuma girmez ve hizmet kullanıcıyı yararlı veya gerçekleştirilebilir olmayanlar da dahil olmak üzere her türlü çözüm ve fikri göz önünde bulundurmaya teşvik eder. Uygulayıcı, beyin fırtınası sırasında hizmet

kullanıcıyı desteklemek için soru ve yönlendirme gibi teknikler kullanır ve kendisi çözüm dillendirmekten kaçınır. Çözümler mümkünse yazılmalıdır.

TEK YETKİNLİK CANLANDIRMASI

Eğitici Uygulayıcıya yönlendirmede bulunur: "Hizmet kullanıcı bir sorun ve hedef tanımladı. Sorun yönetimi eğitimini kullanarak hizmet kullanıcının beyin fırtınası ile sorununun yönetimi ve hedefine ulaşmak için çözümler geliştirmesine destek olun".

Bu canlandırmada hizmet kullanıcı rolünü eğitici veya eğitilmiş bir oyuncu üstlenmelidir.

Canlandırmada yardımcı, önceki iki canlandırma sonucu tanımlanan ve oluşturulan hedef ile başlar.

Yetkinlik puanlandığında VEYA belirlenen süre (5-15 dk) dolduğunda **canlandırma durmalıdır**.

Yapılmaması gerekenler	Yapılması gerekenler
<input type="checkbox"/> Hizmet kullanıcıyı "saçma", sağlıksız veya etkisiz çözümler bulmakla yargılamak	<input type="checkbox"/> Yargılayıcı bir tutuma girmeksizin hizmet kullanıcısıyla birlikte beyin fırtınası yaparak mümkün olduğunca çok çözüm belirlemek
<input type="checkbox"/> Hizmet kullanıcının görüşlerini almadan doğrudan çözüm tavsiyelerinde bulunmak	<input type="checkbox"/> Hizmet kullanıcıyı belirlenen bütün çözümleri dikkate almaya teşvik etmek
<input type="checkbox"/> Hizmet kullanıcıyı gerçekleştirilemez çözümlere başvurmaya teşvik etmek	<input type="checkbox"/> Beyin fırtınası sırasında hizmet kullanıcıyı sorularla desteklemek

5. BİR ÇÖZÜM SECME

Uygulayıcı hizmet kullanıcısıyla birlikte seçilen sorunla ilgili hedefe ulaşmaya yardımcı olabilecek bir veya birkaç çözüm seçer. Uygulayıcı hizmet kullanıcısıyla birlikte yararlı dokunmayacak ve ulaşılması imkansız çözümleri listeden çıkarır, her bir çözümün kısa ve uzun vadeli sonuçlarını değerlendirir, avantaj ve dezavantajlarını karşılaştırır. Uygulayıcı her bir çözümün uygulanmasının önündeki engelleri değerlendirir (örn. evde anlaşmazlıklara yol açabilecek çözümler); çözümün hizmet kullanıcının imkanları dahilinde gerçekleştirilebilir olduğundan emin olur. Uygulayıcı hizmet kullanıcısına olumsuz etkisi en az olan ve en yararlı olabilecek, ulaşılabilir bir çözüm seçme konusunda yardımcı olur (örn. "En faydalı ve denemesi kolay çözüm hangisi olabilir?") Uygulayıcı hizmet kullanıcının önceki sorunlarını yönetmek için bulunduğu çözümleri göz önünde bulundurarak neyin işe yarayıp neyin yaramayacağını anlamasında yardımcı olmalıdır.

TEK YETKİNLİK CANLANDIRMASI

Eğitici Uygulayıcıyı yönlendirir: "Bir hizmet kullanıcı sorununun yönetimi konusunda sizinle farklı çözümler konusunda beyin fırtınası yapmış. Sizin yapmanız gereken, hizmet kullanıcısıyla birlikte seçilen sorunu yönetmek için bir veya birkaç çözüm seçmek. Çözümleri karşılaştırmayı ve değerlendirmeyi unutmayın".

Bu canlandırmada hizmet kullanıcı rolünü eğitici veya eğitilmiş bir oyuncu üstlenmelidir.

Canlandırmada Uygulayıcı, önceki iki canlandırmada gerçekleştirilen beyin fırtınası sonucu ortaya çıkan çözüm listesi, tanımlanan sorun ve oluşturulan hedef ile başlar.

Yetkinlik puanlandığında VEYA belirlenen süre (5-15 dk) dolduğunda **canlandırma durmalıdır**.

Yapılmaması gerekenler	Yapılması gerekenler
<input type="checkbox"/> Gerçekçi olmayan veya olumsuz etki doğuracak bir çözüm seçmek	<input type="checkbox"/> Hizmet kullanıcısıyla çözüm seçme ve değerlendirme konusunda çalışmak
<input type="checkbox"/> Hizmet kullanıcısına hangi çözümü seçmesi	<input type="checkbox"/> Her bir çözümü değerlendirmek ve yararlı olmayacak veya gerçekleştirilemeyecek çözümleri listeden çıkarmak
	<input type="checkbox"/> Gerçekçi çözümlerin olumlu ve olumsuz yönleri ile kısa ve uzun vadeli sonuçlarını tartmak
	<input type="checkbox"/> Neyin işe yarayıp neyin yaramadığını belirlemek için hizmet kullanıcının önceki çözümlerini tartışmak
	<input type="checkbox"/> Engelleri tartışmak ve olumsuz etkisi en az (zararsız) ve başarı potansiyeli en fazla olabilecek bir çözüm seçmek

Commented [KKA4]: Using your training in problem management, support the client in brainstorming solutions to manage his/her problem and achieve their goal."

Commented [KKA5R4]: Beceremedim 😊

gerekliğini söylemek	<input type="checkbox"/> Hizmet kullanıcının gerçekçi olmayan veya olumsuz etki doğuracak bir çözüm seçmesi durumunda kaygıları doğrudan ele almak
<input type="checkbox"/> Hizmet kullanıcıyı seçtiği çözüm nedeniyle yargılamak	

6. ÇÖZÜMÜ UYGULAMA

Uygulayıcı hizmet kullanıcısıyla birlikte çözümü başarıyla uygulamak ve hedefine ulaşmak için gerekli adımları belirler (bir "eylem planı" oluşturur). (SMART) hedefler kullanılarak spesifik, küçük adımlar oluşturulmalıdır; sözelimi, haftanın belli bir gününü seçmek, bunu bir takvim üzerine kaydetmek, hatırlatıcılar oluşturmak, meydana gelebilecek iç ve dış zorlukları dikkate almak (örn. yağmur yağabilir ve dışarıda egzersiz yapmak mümkün olmayabilir (dış); hizmet kullanıcı yardım isteme konusunda kaygılanabilir (iç)) ve eylem planının uygulanması için gerekli kaynakları (örn. zaman, malzeme, sosyal destek) belirlemek. Uygulayıcı gerekirse engellerin üstesinden gelmek için bir "B Planı" hazırlama konusunda hizmet kullanıcıya yardımcı olur. Uygulayıcı ayrıca hizmet kullanıcıyı çözümünü uygulama konusunda hazırlamak için seans sırasında canlandırma veya başka aktiviteler yürütebilir.

TEK YETKİNLİK CANLANDIRMASI

Eğitici Uygulayıcıya yönlendirmede bulunur: "Bir hizmet kullanıcı hedefine ulaşmak için bir çözüm seçmiştir. Sizin yapmanız gereken, çözümü başarıyla uygulamak için bir eylem planı hazırlamada ona yardımcı olmak. Ortaya çıkabilecek güçlükleri göz önünde bulundurmaya unutmamalısınız".

Bu canlandırmada hizmet kullanıcı rolünü eğitici veya eğitilmiş bir oyuncu üstlenmelidir.

Canlandırmada Uygulayıcı, önceki canlandırma sonucu seçilen çözüm ile başlar.

Yetkinlik puanlandığında VEYA belirlenen süre (5-15 dk) dolduğunda **canlandırma durmalıdır**.

Yapılmaması gerekenler	Yapılması gerekenler
<input type="checkbox"/> Hizmet kullanıcıya ne yapması gerektiğini söylemek	<input type="checkbox"/> Hizmet kullanıcıya çözümü başarıyla uygulama ve hedefine ulaşma konusunda yardımcı olmak için spesifik, küçük adımlardan oluşan ayrıntılı bir eylem planı oluşturmak
<input type="checkbox"/> Hizmet kullanıcının görüşlerini eleştirmek veya engelleri yok saymak	<input type="checkbox"/> Hizmet kullanıcısıyla birlikte olası güçlük veya engelleri belirlemek ve eylem planını gerçekleştirmek için neye gereksinim olduğunu belirlemek
<input type="checkbox"/> Muğlak, hizmet kullanıcının uygulamakta zorlanacağı / karmaşık bir plan yapmak	<input type="checkbox"/> Gerektiğinde olası bir engeli aşmak için alternatif bir plan geliştirmek
<input type="checkbox"/> Plan yaparken hizmet kullanıcının görüşünü almamak	<input type="checkbox"/> Hizmet kullanıcıya hedefine ulaşmada yardımcı olabilecek kaynak ve destek unsurlarını tartışmak

7. ÇÖZÜM UYGULAMASININ SONUÇLARINI DEĞERLENDİRME

[5 . maddedeki Yetkinlik için izlem seansı] Uygulayıcı hizmet kullanıcısıyla birlikte çözüm uygulamasının sonucunu değerlendirmelidir. Uygulayıcı, önceki seansa oluşturulan eylem planındaki bütün görevleri gözden geçirmeli, başarılar konusunda hizmet kullanıcıya övgüde bulunmalı, çabasından dolayı takdirlerini ifade etmelidir. Uygulayıcı, hizmet kullanıcının ilgili adımları gerçekleştirilmesini engelleyen güçlükleri normalleştirmeli, bunların nedenlerini irdelemeli, hizmet kullanıcıya bunlarla ilgili sorunları çözmeye yardımcı olmalı ve onu bu adımları tekrar denemeye teşvik etmelidir. Uygulayıcı başarı ve güçlükleri değerlendirirken hizmet kullanıcının bunlarla ilgili duygularını da sormalıdır. Hizmet kullanıcı bir çözümü başarıyla uyguladığında, Uygulayıcı sorun yönetiminin devamına ilişkin sonraki adımları tartışmalıdır.

TEK YETKİNLİK CANLANDIRMASI

Eğitici Uygulayıcıya yönlendirmede bulunur: "Geçen hafta hizmet kullanıcısıyla birlikte ____ çözümünü uygulama ____ adımlarını takip etme konusunda bir eylem planı oluşturduz. Bu izlem seansında yapmanız gereken sonucu değerlendirmek, uygulama ile ilgili başarıları ve engelleri irdelemek".

Bu canlandırmada hizmet kullanıcı rolünü eğitici veya eğitimli bir oyuncu üstlenmelidir.

Uygulayıcı **canlandırmaya** önceki canlandırmada geliştirilen eylem planını değerlendirerek başlar.

Yetkinlik puanlandığında VEYA belirlenen süre (5-15 dk) dolduğunda **canlandırma durmalıdır**.

Yapılmaması gerekenler	Yapılması gerekenler
<input type="checkbox"/> Aktiviteyi tamamlamadığı zaman hizmet kullanıcıyı azarlamak veya suçlamak	<input type="checkbox"/> Önceki seansta / seanslarda belirlenen görevleri gözden geçirmek
<input type="checkbox"/> Hizmet kullanıcının çözümü başarıyla uygulayacağına olan umudunu yitirmek	<input type="checkbox"/> Hizmet kullanıcıyı başarıları için takdir etmek
<input type="checkbox"/> Hizmet kullanıcıya nasihat etmek	<input type="checkbox"/> Güçlükleri normalleştirmek ve nedenlerini irdelemek
	<input type="checkbox"/> Gerekirse eylem planını adapte etmek VEYA yeni bir sorun/gerçekleştirilebilir bir çözüm seçmek
	<input type="checkbox"/> Hizmet kullanıcıyı sonraki hafta yeniden denemeye teşvik etmek VEYA hizmet kullanıcı başarılı olmuşsa sorun yönetimine ilişkin sonraki adımları tartışmak