

# ENhancing Assessment of Common Therapeutic factors (ENACT) Remote

## Foundational Helping Competencies for Adults - REMOTE

### 1. अमौखिक सञ्चार तथा सक्रिय सुनाई

हरेक बिधामा देखिएको सबै सीप र व्यवहारलाई गोलो लगाएर अंकित गर्नुहोस ।			
हानि पुर्‍याउन सक्ने व्यवहार	आधारभूत सहयोगि सिपहरू	उत्तम र उच्च सहयोगि सिपहरू	
<input type="checkbox"/> अन्य कुनै क्रियाकलापमा संलग्न (जस्तै: मोबाइल चलाउनु, फोनमा कुरा गर्नु, कागजि काम गर्नु) <input type="checkbox"/> सेवाग्राहीलाई खिसी गरेर हाँसेको <input type="checkbox"/> अनुहारमा अनुपयुक्त हाउभाउ देखाएको <input type="checkbox"/> अनुचित खालको अवरोधहरू (जस्तै: वेबसाइट वा फोन प्रयोग गर्दा बिच बिचमा आउने जानकारी वा सूचनाहरू बन्द गर्ने) कम नगरेको	<input type="checkbox"/> मौन बसेको <input type="checkbox"/> भिडियोमै पनि सेवाग्राहीसँग आँखाको उपयुक्त सम्पर्क कायम राखेको (जस्तै: सेवाग्राही तिर नै हेरेको) <input type="checkbox"/> सहयोगी हुने अमौखिक शारीरिक हाउभाउ (जस्तै टाउको हल्लाउने) तथा मौखिक उच्चारणहरू (जस्तै अ, अह, अम्) आवश्यकता अनुसार प्रयोग गरेको <input type="checkbox"/> भिडियोमा दुबै स्पष्टसँग देखिने गरी व्यवस्था गरेको (जस्तै: पछाडीबाट धेरै उज्यालो नआएको, टाउको पूरै देखिएको) <input type="checkbox"/> माथिको कुनै पनि कुरा लागु नहुने	<input type="checkbox"/> सबै आधारभूत सहयोगी सीपहरू पुरा गरेको <input type="checkbox"/> राप्ररी कुराकानी गर्न आवाज/भिडियो व्यवस्था गर्न सहयोगी तरिकाले सेवाग्राहीलाई सघाएको । <input type="checkbox"/> सहयोगीकर्ताको आवाज सहज र स्पष्ट तरिकाले सुनेको छ छैन सेवाग्राहीसँग सुनिश्चित गरेको <input type="checkbox"/> यदी अडिओ वा भिडिओ कल बिचमै रोकिएमा फेरि सम्पर्क गर्ने प्रयास गरेको (जस्तै: त्यही कलमा फेरी कोशिस गरेको, ५ मिनेट पछाडी फेरी सम्पर्क गरेको, आदी) <input type="checkbox"/> सत्रको अवधिभरी शरिरको हाउभाउलाई बिषयबस्तु तथा सेवाग्राहीको हाउभाउ अनुसार परिवर्तन गरेको	
हरेक भागमा प्रदर्शन गरिएका व्यवहारहरूको लेखाजोखा गर्नुहोस ।			
<input type="checkbox"/> <b>स्तर १.</b> कुनै पनि प्रकारको हानि पुर्‍याउन सक्ने	<input type="checkbox"/> <b>स्तर २.</b> आधारभूत सहयोगि सिपहरू प्रदर्शन नगरेको वा केही प्रदर्शन गरेक	<input type="checkbox"/> <b>स्तर ३.</b> सबै आधारभूत सहयोगि सिपहरू प्रयोग गरिएको	<input type="checkbox"/> <b>स्तर ४.</b> सबै आधारभूत सहयोगि सिपहरू साथसाथै केहि उत्तम १बमखबलअभम० सहयोगि सिपहरू प्रयोग गरिएको
Notes:			

## 2. मौखिक सञ्चारका सीपहरु

हरेक बिधामा देखिएको सबै सीप र व्यवहारलाई गोलो लगाएर अंकित गर्नुहोस ।			
हानि पुर्याउन सक्ने व्यवहार	आधारभूत सहयोगि सिपहरु	उत्तम र उच्च सहयोगि सिपहरु	
<input type="checkbox"/> सेवाग्राहीलाई बिच बिचमा रोकेको <input type="checkbox"/> सल्लाहमूलक वा बन्द प्रश्नहरु सोधेको (जस्तै: तपाईंलाई त्यो साँच्चिकै गर्न मन थिएन हगी?) <input type="checkbox"/> सेवाग्राहीको कुरालाई सच्याएको (तपाईंले भन्न खोज्नु भएको यस्तो हो?) अथवा सेवाग्राहीलाई दोष लगाउने खालका भनाईहरुको प्रयोग गरेको (जस्तै: तपाईंले तपाईंको शीमानलाई यस्तो भन्नु हुँदैन थियो) <input type="checkbox"/> संस्कृति र उमेर अनुसार अनुपयुक्त शब्द र भाषा प्रयोग गरेको	<input type="checkbox"/> खुल्ला प्रश्नहरु सोधेको <input type="checkbox"/> सेवाग्राहीको भनाइलाई सारांश वा शब्दान्तरण गरेको <input type="checkbox"/> आफ्ना प्रतिक्रिया दिनुअघि सेवाग्राहीलाई भनाई पुरा गर्न समय दिएको <input type="checkbox"/> <i>माथिको कुनै पनि कुरा लागु नहुने</i>	<input type="checkbox"/> <i>सबै आधारभूत सहयोगि सीपहरु पुरा गरेको</i> <input type="checkbox"/> सेवाग्राहीलाई आफ्ना कुराहरुलाई बिस्तार रुपमा भन्न प्रोत्साहन गरेको (...को बारेमा मलाई अझै विस्तारमा बताउन सक्नुहुन्छ?) <input type="checkbox"/> सेवाग्राहीका भनाईहरुलाई आफुले बुझे अनुसार स्पष्ट पारेको (तपाईंले भन्नुभए अनुसार... यदि तपाईंले भनेको मैले सहि बुझेको छु भने...) <input type="checkbox"/> कुराकानीको बीच बीचमा अनुकूलता अनुसार लामो अथवा छोटो समय मौन रही सेवाग्राहीको कुरामा तालमेल मिलाएको	
हरेक भागमा प्रदर्शन गरिएका व्यवहारहरुको लेखाजोखा गर्नुहोस ।			
<input type="checkbox"/> <b>स्तर १.</b> कुनै पनि प्रकारको हानि पुर्याउन सक्ने	<input type="checkbox"/> <b>स्तर २.</b> आधारभूत सहयोगि सिपहरु प्रदर्शन नगरेको वा केही प्रदर्शन गरेक	<input type="checkbox"/> <b>स्तर ३.</b> सबै आधारभूत सहयोगि सिपहरु प्रयोग गरिएको	<input type="checkbox"/> <b>स्तर ४.</b> सबै आधारभूत सहयोगि सिपहरु साथसाथै केहि उत्तम १बमखबलअभम० सहयोगि सिपहरु प्रयोग गरिएको
Notes:			

## 3. गोपनीयताको ब्याख्या र प्रोत्साहन ।

हरेक बिधामा देखिएको सबै सीप र व्यवहारलाई गोलो लगाएर अंकित गर्नुहोस ।			
हानि पुर्याउन सक्ने व्यवहार	आधारभूत सहयोगि सिपहरु	उत्तम र उच्च सहयोगि सिपहरु	
<input type="checkbox"/> सहयोगकर्ता वा अरु व्यक्तिसँग सेवाग्राहीलाई आफ्ना कुरा व्यक्त गर्न दबाव दिएको <input type="checkbox"/> गोपनीयताको बारेमा गलत ब्याख्या गरेको (जस्तै: म तपाईंको परिवारलाई मात्रै भन्नेछु) वा गोपनीयताको बारेमा उल्लेख नै नगरेको <input type="checkbox"/> सबै कुराहरु कुनै अपवाद बिना गोप्य राखिन्छ भनेर बाचा गरेको <input type="checkbox"/> सेवाग्राहीको गोपनीयता सम्बन्धी कुराहरुलाई बेवास्ता गरेको (जस्तै: अरुले हाम्रो कुराहरु सुन्दैमा को भो त)	<input type="checkbox"/> गोपनीयताको बारेमा बुझाएको <input type="checkbox"/> सञ्चारका साधनको प्रयोगले गर्दा आउन सक्ने गोपनीयता सम्बन्धी समस्यालाई सम्बोधन गरेको (जस्तै: परिवारले सुनेमा) <input type="checkbox"/> आत्महानी वा अरुलाई हानी पुर्याउने व्यवहारहरु बाहेक अरु कुराहरु गोप्य राखिन्छ भनी जानकारी दिएको <input type="checkbox"/> गोपनीयता भगं गर्न किन जरुरी पर्दछ भनेर बुझाएको <input type="checkbox"/> <i>माथिको कुनै पनि कुरा लागु नहुने</i>	<input type="checkbox"/> <i>सबै आधारभूत सहयोगि सीपहरु पुरा गरेको</i> <input type="checkbox"/> गोपनीयता र गोपनीयता खुलाउनु पर्ने अवस्था र यसको प्रक्रियाबारे विस्तृत जानकारी दिएको <input type="checkbox"/> गोपनीयताको बारेमा सेवाग्राहीको बुझाइ जात्र प्रश्न सोधेको <input type="checkbox"/> गोपनीयता राख्न सहज महसुस गराउन सेवाग्राहीलाई सहयोग गरेको (जस्तै: अलग्गै कोठा, हेडफोनको प्रयोग आदी) <input type="checkbox"/> सेवाग्राहीले कुराकानी रोकू परेको खण्डमा उनीसँग केही “सांकेतिक शब्दहरु” निर्धारण गरेको	
हरेक भागमा प्रदर्शन गरिएका व्यवहारहरुको लेखाजोखा गर्नुहोस ।			
<input type="checkbox"/> <b>स्तर १.</b> कुनै पनि प्रकारको हानि पुर्याउन सक्ने	<input type="checkbox"/> <b>स्तर २.</b> आधारभूत सहयोगि सिपहरु प्रदर्शन नगरेको वा केही प्रदर्शन गरेक	<input type="checkbox"/> <b>स्तर ३.</b> सबै आधारभूत सहयोगि सिपहरु प्रयोग गरिएको	<input type="checkbox"/> <b>स्तर ४.</b> सबै आधारभूत सहयोगि सिपहरु साथसाथै केहि उत्तम १बमखबलअभम० सहयोगि सिपहरु प्रयोग गरिएको
Notes:			

#### 4. सम्बन्ध बिस्तार तथा आफ्नो अनुभवहरूको बताउने

हरेक बिधामा देखिएको सबै सीप र व्यवहारलाई गोलो लगाएर अंकित गर्नुहोस ।			
हानि पुर्याउन सक्ने व्यवहार	आधारभूत सहयोगि सिपहरू	उत्तम र उच्च सहयोगि सिपहरू	
<input type="checkbox"/> सत्रभरि सहयोगकर्ताले आफ्नो व्यक्तिगत अनुभवहरू मात्रै सुनाएको <input type="checkbox"/> सेवाग्राहीको समस्यालाई बेवास्ता गर्दै आफुले पहिला यस्ता समस्यालाई समाधान गर्न प्रयोग गरेको उपाय बताएको <input type="checkbox"/> अनावश्यक वा लज्जित गराउने प्रश्नहरू सोधेको <input type="checkbox"/> अरु सेवाग्राहीहरूको गोप्य जानकारीहरू बारे छलफल गरेको	<input type="checkbox"/> आफ्नो परिचय र भूमिकाको बारेमा जानकारी दिएको <input type="checkbox"/> सामान्य र अनौपचारिक कुराकानी गरेको <input type="checkbox"/> सेवाग्राहिलाई आफ्नो परिचयको लागि सोधेको (जस्तै: तपाईंलाई के भनेर बोलाउदा मन पर्छ भनि सोधेको) <input type="checkbox"/> आवश्यकता अनुसार सेवाग्राहीसंग सम्बन्धित आफ्नो अनुभवहरू सुनाएको । (जस्तै: समुदाय, क्षेत्रको बारेमा कुराकानी गरेको ) <input type="checkbox"/> माथिको कुनै पनि कुरा लागु नहुने	<input type="checkbox"/> सबै आधारभूत सहयोगि सीपहरू पुरा गरेको <input type="checkbox"/> सहयोगकर्ताले दिएको जानकारीमा सेवाग्राहिको प्रतिक्रिया बारे सोधेको <input type="checkbox"/> सेवाग्राहीलाई सहज भएको छ छैन चेक गरेको (जस्तै: आराम संग बस्न अनुरोध गरेको, कुन भाषामा कुरा गर्न मन पर्छ सोधेको )	
हरेक भागमा प्रदर्शन गरिएका व्यवहारहरूको लेखाजोखा गर्नुहोस ।			
<input type="checkbox"/> <b>स्तर १.</b> कुनै पनि प्रकारको हानि पुर्याउन सक्ने	<input type="checkbox"/> <b>स्तर २.</b> आधारभूत सहयोगि सिपहरू प्रदर्शन नगरेको वा केही प्रदर्शन गरेक	<input type="checkbox"/> <b>स्तर ३.</b> सबै आधारभूत सहयोगि सिपहरू प्रयोग गरिएको	<input type="checkbox"/> <b>स्तर ४.</b> सबै आधारभूत सहयोगि सिपहरू साथसाथै केहि उत्तम १बमखबलअभम० सहयोगि सिपहरू प्रयोग गरिएको
Notes:			

#### 5. भावनाहरूको लेखाजोखा तथा सामान्यीकरण (Normalization)

हरेक बिधामा देखिएको सबै सीप र व्यवहारलाई गोलो लगाएर अंकित गर्नुहोस ।			
हानि पुर्याउन सक्ने व्यवहार	आधारभूत सहयोगि सिपहरू	उत्तम र उच्च सहयोगि सिपहरू	
<input type="checkbox"/> सेवाग्राहीको प्रतिक्रिया असाधारण हो भनेर दर्साएको (जस्तै: अन्य व्यक्तिहरूले प्रायः त्यसरी प्रतिक्रिया दिंदैनन् भन्नु) <input type="checkbox"/> सेवाग्राहीका विचारहरू वा भावनाहरूलाई कम मात्रै वास्ता गरेको वा वास्ता नगरेको <input type="checkbox"/> सेवाग्राहिलाई भावनाहरू वर्णन गर्न दवाब दिएको	<input type="checkbox"/> सेवाग्राहिलाई आफ्ना भावनाहरू व्यक्त गर्न उचित रूपमा प्रोत्साहन गरेको <input type="checkbox"/> समान परिस्थितिमा अन्य व्यक्तिहरूलेपनि समान खालका लक्षणहरू, प्रतिक्रियाहरू र चासोहरू व्यक्त गर्दछन् भनेर बुझाएको <input type="checkbox"/> भावनाहरू व्यक्त गर्दा कस्तो अनुभव भयो भनी सोधेको <input type="checkbox"/> माथिको कुनै पनि कुरा लागु नहुने	<input type="checkbox"/> सबै आधारभूत सहयोगि सीपहरू पुरा गरेको <input type="checkbox"/> भावनाहरू व्यक्त गर्न हिचकिचाउनुको सम्भावित कारणहरू पत्ता लगाएको <input type="checkbox"/> सेवाग्राहीको अनुहारको हाउभाऊलाई सोचविचार गर्दै भावना व्यक्त गर्न प्रोत्साहन गरेको <input type="checkbox"/> भावनात्मक प्रतिक्रियालाई मान्यता दिँदै अप्रिय भावनाहरूलाई फरक ढंगले हेर्न प्रोत्साहन गरेको ।	
हरेक भागमा प्रदर्शन गरिएका व्यवहारहरूको लेखाजोखा गर्नुहोस ।			
<input type="checkbox"/> <b>स्तर १.</b> कुनै पनि प्रकारको हानि पुर्याउन सक्ने	<input type="checkbox"/> <b>स्तर २.</b> आधारभूत सहयोगि सिपहरू प्रदर्शन नगरेको वा केही प्रदर्शन गरेक	<input type="checkbox"/> <b>स्तर ३.</b> सबै आधारभूत सहयोगि सिपहरू प्रयोग गरिएको	<input type="checkbox"/> <b>स्तर ४.</b> सबै आधारभूत सहयोगि सिपहरू साथसाथै केहि उत्तम १बमखबलअभम० सहयोगि सिपहरू प्रयोग गरिएको
Notes:			

## 6. समानुभूति, न्यानोपन तथा यथार्थता

हरेक बिधामा देखिएको सबै सीप र व्यवहारलाई गोलो लगाएर अंकित गर्नुहोस ।			
हानि पुर्याउन सक्ने व्यवहार	आधारभूत सहयोगि सिपहरू	उत्तम र उच्च सहयोगि सिपहरू	
<input type="checkbox"/> सेवाग्राहीको चासो वा चिन्ताहरूलाई आलोचना गरेको <input type="checkbox"/> सेवाग्राहिको चासोहरूलाई वास्ता नगरेको <input type="checkbox"/> सहयोगकर्ताले देखावटी वा बनावटी भावनात्मक प्रतिक्रिया देखाएको	<input type="checkbox"/> सत्रभरी सेवाग्राही प्रति न्यानो, सहयोगी तथा इमान्दार व्यवहार गरेको <input type="checkbox"/> सेवाग्राहिप्रति निरन्तर वा सक्रियरूपमा चासो वा ध्यान दिएको (जस्तै: तपाईंको कुरा सुन्दा, तपाईं दुखि हुनुहुन्छ, यसको बारेमा विस्तृत रूपमा भन्नु हुन्छ ?) <input type="checkbox"/> सेवाग्राहीको दृष्टिकोणबाट समस्या बुझ्न प्रश्नहरू सोधेको (उदाहरणको लागि- तपाईं अलि दुखि हुनु भएजस्तो देखिनु भएको छ, मलाई अलिकति यसको बारेमा भनिदिनुस् न है ।) <input type="checkbox"/> माथिको कुनै पनि कुरा लागु नहुने	<input type="checkbox"/> सबै आधारभूत सहयोगी सीपहरू पुरा गरेको <input type="checkbox"/> सेवाग्राहीलाई सहयोगकर्ताको समानुभूतिपूर्ण बनाईबारे प्रतिविम्बन गर्न भनेको( उदाहरणको लागि: जब मैले तपाईं दुःखी देखिइरहनु भएको छ भने, तपाईंलाई कस्तो लाग्यो?)	
हरेक भागमा प्रदर्शन गरिएका व्यवहारहरूको लेखाजोखा गर्नुहोस ।			
<input type="checkbox"/> <b>स्तर १.</b> कुनै पनि प्रकारको हानि पुर्याउन सक्ने	<input type="checkbox"/> <b>स्तर २.</b> आधारभूत सहयोगि सिपहरू प्रदर्शन नगरेको वा केही प्रदर्शन गरेक	<input type="checkbox"/> <b>स्तर ३.</b> सबै आधारभूत सहयोगि सिपहरू प्रयोग गरिएको	<input type="checkbox"/> <b>स्तर ४.</b> सबै आधारभूत सहयोगि सिपहरू साथसाथै केहि उत्तम १बमखबलअभम० सहयोगि सिपहरू प्रयोग गरिएको
Notes:			

## 7. आफु तथा अरुलाई हानी पुर्याउने र अरु बाट आफुलाई हानी हुने ब्यवहारको लेखाजोखा तथा सहकार्यमा योजनाको बिकास

हरेक बिधामा देखिएको सबै सीप र ब्यवहारलाई गोलो लगाएर अंकित गर्नुहोस ।		
हानि पुर्याउन सक्ने ब्यवहार	आधारभूत सहयोगि सिपहरु	उत्तम र उच्च सहयोगि सिपहरु
<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> आत्महानीको बारेमा नसोधेको</li> <li><input type="checkbox"/> आफुलाई हानी पुर्याउनु भनेको धर्म वा कानुको विपरित हो भनेर शिक्षा दिएको (जस्तै: यो पाप हो)</li> <li><input type="checkbox"/> अविश्वास व्यक्त गरेको(जस्तै: अरुको ध्यान आफूतिर केन्द्रित गराउन आत्महानीको बारेमा कुरा गरेको भनी दोष लगाएको, अरु कसैले पनि आफू र बच्चाहरुलाई हानी पुर्याउँदैन भनेको)</li> <li><input type="checkbox"/> आफु तथा अरुलाई हानी पुर्याउने कुरा कसैलाई नभन्न प्रोत्सान गरेको</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> आफु तथा अरुलाई हानी पुर्याउने बारे सोधेको वा सेवाग्राहीले हानी पुर्याउने कुरा गरेमा यस बारे सोधखोज गरेको</li> <li><input type="checkbox"/> हालको आत्महानीको आशय, प्रतिबद्धता, वा विगतको आत्महत्या प्रयासहरुको बारेमा सोधेको</li> <li><input type="checkbox"/> जोखिम तथा सुरक्षात्मक तत्वहरु बारे सोधेको</li> <li><input type="checkbox"/> <i>माथिको कुनै पनि कुरा लागु नहुने</i></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> <i>सबै आधारभूत सहयोगी सीपहरु पुरा गरेको</i></li> <li><input type="checkbox"/> जोखिम कम भए पनि वा बढी भए पनि सेवाग्राहीलाई सुरक्षा योजना बनाउन मदत गरेको । (जस्तै: सामना गर्ने सीपहरु र सहयोग माग्रे तरिका)</li> <li><input type="checkbox"/> सेवाग्राही कहाँ बसिरहेको छ सोधेर सो अनुसार प्रत्यक्ष रुपमा सहयोग लिन सकिने सहयोगी श्रोतको बारेको सोधेको (उदाहरणको लागि, यदि तपाईं सुरक्षित महसुस गरिरहनु भएको छैन भने सहयोगको लागि जान सकिने नजिकैको स्वास्थ्य केन्द्र कहाँ छ?)</li> <li><input type="checkbox"/> आपतकालिन अवस्थामा सहयोग लिनका लागि स्थानीय हेल्पलाईन नम्बर वा अन्य कुनै सहयोगको श्रोत (प्रेषणका लागि) को बारेमा जानकारी दिई सहयोग लिन भनेको( उदाहरणको लागि, यदि तपाईंलाई आपत परेमा .....मा सम्पर्क गर्नुहोस्)</li> </ul>
हरेक भागमा प्रदर्शन गरिएका ब्यवहारहरुको लेखाजोखा गर्नुहोस ।		
<input type="checkbox"/> <b>स्तर १.</b> कुनै पनि प्रकारको हानि पुर्याउन सक्ने	<input type="checkbox"/> <b>स्तर २.</b> आधारभूत सहयोगि सिपहरु प्रदर्शन नगरेको वा केही प्रदर्शन गरेक	<input type="checkbox"/> <b>स्तर ३.</b> सबै आधारभूत सहयोगि सिपहरु प्रयोग गरिएको
<input type="checkbox"/> <b>स्तर ४.</b> सबै आधारभूत सहयोगि सिपहरु साथसाथै केहि उत्तम श्रमखबलअभम सहयोगि सिपहरु प्रयोग गरिएको		
Notes:		

## 8. सामाजिक क्रियाकलापमा संलग्नता र जीवनमा यसको प्रभाव

हरेक बिधामा देखिएको सबै सीप र व्यवहारलाई गोलो लगाएर अंकित गर्नुहोस ।			
हानि पुर्याउन सक्ने व्यवहार	आधारभूत सहयोगि सिपहरू	उत्तम र उच्च सहयोगि सिपहरू	
<input type="checkbox"/> सेवाग्राहीमा देखिएको लक्षणहरूकै कारणले गर्दा दैनिक क्रियाकलापमा असर हुन दिएको भनेर आलोचना गरेको (उदाहरणको लागि, तपाईं कमजोर हुनुहुन्छ, तपाईंमा आत्मबल नै छैन) <input type="checkbox"/> सेवाग्राहिलाई मन (मानसिक स्वास्थ्य) र दैनिक क्रियाकलापको कुनै सम्बन्ध छैन भनेको वा मनले कसरी दैनिक क्रियाकलापमा असर गर्छ भनेर नसोधेको। <input type="checkbox"/> सेवाग्राहीको समस्याहरूले उसको शीमान् /श्रीमती, बालबालिका वा परिवारका सदस्यहरूमा असर पारेको भनेर आलोचना गरेको <input type="checkbox"/> सेवाग्राहीको कारणले बालबालिका, परिवार र अरुलाई प्रभाव परेको भनेर दोषी महसूस गराएको	<input type="checkbox"/> सेवाग्राहिको दैनिक क्रियाकलापको बारेमा सोधेको <input type="checkbox"/> दैनिक क्रियाकलाप र यसले मनमा पारेको असर बीचको सम्बन्ध बारेमा सोधेको <input type="checkbox"/> <i>माथिको कुनै पनि कुरा लागु नहुने</i>	<input type="checkbox"/> <i>सबै आधारभूत सहयोगि सीपहरू पुरा गरेको</i> <input type="checkbox"/> दैनिक क्रियाकलाप र मानसिक स्वास्थ्य बिच सम्बन्ध भएको कुरा स्पष्ट पारेको/वा सेवाग्राहिलाई समर्थन गरेको, वा आवश्यकता अनुसार पुनर्व्याख्या गरेको व्यक्तिको दैनिक क्रियाकलाप र समस्याको ४ पक्षिय असरहरू बीचको दोहोरो प्रभाव बारेमा खोतलेको (Daily life to symptoms; Symptoms to daily life) <input type="checkbox"/> सेवाग्राहीको अहिलेको सामाजिक अवस्थसँग जोड्दै पहिलेको दैनिक क्रियाकलापको बारेमा सोधेको (जस्तै: कोरोना महामारी: कहिले देखि यस्तो समस्या भैरहेको छ ?)	
हरेक भागमा प्रदर्शन गरिएका व्यवहारहरूको लेखाजोखा गर्नुहोस ।			
<input type="checkbox"/> <b>स्तर १.</b> कुनै पनि प्रकारको हानि पुर्याउन सक्ने	<input type="checkbox"/> <b>स्तर २.</b> आधारभूत सहयोगि सिपहरू प्रदर्शन नगरेको वा केही प्रदर्शन गरेक	<input type="checkbox"/> <b>स्तर ३.</b> सबै आधारभूत सहयोगि सिपहरू प्रयोग गरिएको	<input type="checkbox"/> <b>स्तर ४.</b> सबै आधारभूत सहयोगि सिपहरू साथसाथै केहि उत्तम षडमखबलअभम सहयोगि सिपहरू प्रयोग गरिएको
Notes:			

## 9. सेवाग्राहिको र उनको सामाजिक सञ्जालको समस्या प्रतिको धारणा/ बुझाई/ ब्याख्यालाई खोतलेको (Causal and Explanatory models)

हरेक बिधामा देखिएको सबै सीप र व्यवहारलाई गोलो लगाएर अंकित गर्नुहोस ।			
हानि पुर्‍याउन सक्ने व्यवहार	आधारभूत सहयोगि सिपहरू	उत्तम र उच्च सहयोगि सिपहरू	
<input type="checkbox"/> सेवाग्राहिको समस्या प्रतिको दृष्टिकोणलाई अज्ञानी,अन्धविश्वासी, आदि भनेर आलोचना गरेको <input type="checkbox"/> सेवाग्राही वा साथीभाई/आफन्तहरूको नकारात्मक विश्वास अथवा अन्धबिश्वासलाई सहमती जनाएको	<input type="checkbox"/> समस्याको कारणबारे सेवाग्राहीको धारणा सोधेको <input type="checkbox"/> समस्याको कारणका बारेमा परिवार तथा सहयोगि सञ्जालहरूको धारणा बारे सोधेको ( जस्तै: तपाईंको परिवाले यो समस्या के कारणले भएको भन्नुहुन्छ ? ) <input type="checkbox"/> माथिको कुनै पनि कुरा लागु नहुने	<input type="checkbox"/> सबै आधारभूत सहयोगि सीपहरू पुरा गरेको <input type="checkbox"/> सेवाग्राहीको कारण सम्बन्धी बुझाइलाई हानी नपर्ने गरि सहयोगको योजना तथा लक्ष्य बनाउन समावेश गरेको <input type="checkbox"/> समस्याप्रति सम्भावित नकारात्मक / असहयोगि बुझाइहरूको विकल्पहरूको बारेमा छलफल गरेको( जस्तै: तपाईंले भन्नु भयो की तपाईंले आफ्नो परिवारलाई असफल बनाउनु भयो, त्यो भन्दा फरक तरिकाले सोच्न सकिने कुनै तरिकाहरू छ कि भनेर मलाई जिज्ञासा भैरहेको छ । ) <input type="checkbox"/> सेवाग्राहीको समस्याका कारण सम्बन्धीको बुझाई र अरुको बुझाईमा भएको भिन्नताहरूलाई सम्बोधन गरेको	
हरेक भागमा प्रदर्शन गरिएका व्यवहारहरूको लेखाजोखा गर्नुहोस ।			
<input type="checkbox"/> <b>स्तर १.</b> कुनै पनि प्रकारको हानि पुर्‍याउन सक्ने	<input type="checkbox"/> <b>स्तर २.</b> आधारभूत सहयोगि सिपहरू प्रदर्शन नगरेको वा केही प्रदर्शन गरेक	<input type="checkbox"/> <b>स्तर ३.</b> सबै आधारभूत सहयोगि सिपहरू प्रयोग गरिएको	<input type="checkbox"/> <b>स्तर ४.</b> सबै आधारभूत सहयोगि सिपहरू साथसाथै केहि उत्तम श्रमखबलअभमो सहयोगि सिपहरू प्रयोग गरिएको
Notes:			

## 10. आवश्यकता अनुसार परिवारका सदस्य तथा अरु व्यक्तिहरूको उपयुक्त संलग्नता

हरेक बिधामा देखिएको सबै सीप र व्यवहारलाई गोलो लगाएर अंकित गर्नुहोस ।			
हानि पुर्याउन सक्ने व्यवहार	आधारभूत सहयोगि सिपहरू	उत्तम र उच्च सहयोगि सिपहरू	
<input type="checkbox"/> सेवाग्राहिलाई उपचार वा सुधारका क्रममा आफ्नो परिवार वा नजिकको व्यक्तिलाई संलग्न नगर्न भनेको <input type="checkbox"/> सेवाग्राहिलाई उपचारको क्रममा आफ्नो परिवार वा नजिकको व्यक्तिलाई संलग्न गराउन दवाब दिएको <input type="checkbox"/> सेवाग्राहीको अनुमति विना परिवार वा नजिकको व्यक्तिसँग कुरा गर्न माग गरेको <input type="checkbox"/> सेवाग्राहिको नजीकको व्यक्तिलाई सेवाग्राहिलाई असशक्त महसुस गराउन दिएको	<input type="checkbox"/> सेवाग्राहीको जीवनमा नजिकका व्यक्ति (हरू) को बारेमा सोधेको (जस्तै: घरको सदस्यहरू? परिवार, वा अन्य) <input type="checkbox"/> आफ्नो नजिकको व्यक्ति (हरू) लाई उपचार प्रक्रियामा कसरी संलग्न गराउन चाहनु हुन्छ भनेर सेवाग्राहीलाई सोधेको <input type="checkbox"/> उनी कोसँग बस्छन् सेवाग्राहीलाई सोधेको <input type="checkbox"/> माथिको कुनै पनि कुरा लागु नहुने	<input type="checkbox"/> सबै आधारभूत सहयोगि सीपहरू पुरा गरेको <input type="checkbox"/> सेवाग्राहीलाई उसको परिवार वा नजिकको व्यक्तिलाई संलग्न गराउन चाहनु या नचाहनुका कारणहरू पत्ता लगाएको <input type="checkbox"/> सेवाग्राहि र उनको नजिकको व्यक्ति बीच सहज तथा सफल रूपमा अन्तरक्रिया गराउन भूमिका अभिनय गरेको वा अन्य विकल्पहरूको बारे छलफल गरेको (उदाहरणका लागि सहयोगकर्ताले परिवारको कुनै सदस्य को भूमिका निभाएर भूमिका प्रदर्शन गर्नु)	
हरेक भागमा प्रदर्शन गरिएका व्यवहारहरूको लेखाजोखा गर्नुहोस ।			
<input type="checkbox"/> <b>स्तर १.</b> कुनै पनि प्रकारको हानि पुर्याउन सक्ने	<input type="checkbox"/> <b>स्तर २.</b> आधारभूत सहयोगि सिपहरू प्रदर्शन नगरेको वा केही प्रदर्शन गरेक	<input type="checkbox"/> <b>स्तर ३.</b> सबै आधारभूत सहयोगि सिपहरू प्रयोग गरिएको	<input type="checkbox"/> <b>स्तर ४.</b> सबै आधारभूत सहयोगि सिपहरू साथसाथै केहि उत्तम श्रमखबलअभम सहयोगि सिपहरू प्रयोग गरिएको
Notes:			

## 11. सेवाग्राहिको सहकार्यमा लक्ष्य निर्धारण र अपेक्षा सम्बोधन

हरेक बिधामा देखिएको सबै सीप र व्यवहारलाई गोलो लगाएर अंकित गर्नुहोस ।			
हानि पुर्याउन सक्ने व्यवहार	आधारभूत सहयोगि सिपहरू	उत्तम र उच्च सहयोगि सिपहरू	
<input type="checkbox"/> सेवाग्राहीका लक्ष्य (अपेक्षाहरू) पुरा गर्न सकिदैन भनी बताएको तर कारण नखुलाएको <input type="checkbox"/> उपचारको लक्ष्यहरूको बारेमा गलत मार्गदर्शन वा अवास्तविक जानकारी दिएको <input type="checkbox"/> सेवाग्राहीलाई उपचारको लक्ष्यहरू आफैले जबरजस्ती लादेको	<input type="checkbox"/> सेवाग्राहीलाई लक्ष्यहरू (अपेक्षाहरू) बारे सोधेको <input type="checkbox"/> सेवाग्राहीको लक्ष्यहरू र अपेक्षाहरू उपचारको योजनासँग कसरी मेल खान्छ स्पष्ट रूपमा व्याख्या गरेको <input type="checkbox"/> माथिको कुनै पनि कुरा लागु नहुने	<input type="checkbox"/> सबै आधारभूत सहयोगि सीपहरू पुरा गरेको <input type="checkbox"/> सेवाग्राहीको अपेक्षा अनुसार उपचारको योजनालाई प्राथमिकीकरण गरी परिमार्जन गरेको <input type="checkbox"/> सेवाग्राहीसँगै सहकार्य गरेर उपचार योजना कै सीमा भित्र रहेर लक्ष्यहरू पुनःव्याख्या गरेको (जस्तै: तपाईंको लक्ष्य जागिर पाउनु हो, हामी त्यसै लक्ष्यमा रहेर काम गरौं जसले गर्दा तपाईंलाई जागिर पाउन मद्दत मिल्नेछ ?)	
हरेक भागमा प्रदर्शन गरिएका व्यवहारहरूको लेखाजोखा गर्नुहोस ।			
<input type="checkbox"/> <b>स्तर १.</b> कुनै पनि प्रकारको हानि पुर्याउन सक्ने	<input type="checkbox"/> <b>स्तर २.</b> आधारभूत सहयोगि सिपहरू प्रदर्शन नगरेको वा केही प्रदर्शन गरेक	<input type="checkbox"/> <b>स्तर ३.</b> सबै आधारभूत सहयोगि सिपहरू प्रयोग गरिएको	<input type="checkbox"/> <b>स्तर ४.</b> सबै आधारभूत सहयोगि सिपहरू साथसाथै केहि उत्तम श्रमखबलअभम सहयोगि सिपहरू प्रयोग गरिएको
Notes:			



## 12. सुधारका लागि वास्तविक आशा र प्रोत्साहन

हरेक बिधामा देखिएको सबै सीप र व्यवहारलाई गोलो लगाएर अंकित गर्नुहोस ।			
हानि पुर्याउन सक्ने व्यवहार	आधारभूत सहयोगि सिपहरू	उत्तम र उच्च सहयोगि सिपहरू	
<input type="checkbox"/> सेवाग्राहीका शंका प्रति नकारात्मक टिप्पणी गरेको (जस्तै: यदि तपाईंमा आशा नै छैन भने कसरी सुधार हुन्छ भनेर अपेक्षा गर्नु हुन्छ ?) <input type="checkbox"/> अवास्तविक आशा देखाएको (जस्तै: सबै कुरा ठीक हुन्छ वा समाधान हुन्छ ।) <input type="checkbox"/> सुधारका कुनै आशा नदेखाएको (जस्तै: यो समस्या समाधान हुन सक्दैन) ।	<input type="checkbox"/> सुधार हुने सम्भावना प्रति सेवाग्राही कसरी आशावादी हुन सकिन्छ भनेर बुझाएको <input type="checkbox"/> उपचार वा सहयोग खोजेकोमा सेवाग्राहिलाई प्रशंसा गरेको <input type="checkbox"/> <i>माथिको कुनै पनि कुरा लागु नहुने</i>	<input type="checkbox"/> <i>सबै आधारभूत सहयोगि सीपहरू पुरा गरेको</i> <input type="checkbox"/> उपचार प्रति सेवाग्राहिको के शंका वा सन्देह छ भनि सोधेको र खोजी गरेको <input type="checkbox"/> आफ्नो अनुभव वा सेवाग्राहीको व्यवहारको आधारमा सहयोगकर्ताले आशाका कारणहरूका बारे बताएको <input type="checkbox"/> सेवाग्राहिमा शंका वा असन्तुष्टता हुँदा आशाका कारणहरूका बारेमा छलफल गरेको	
हरेक भागमा प्रदर्शन गरिएका व्यवहारहरूको लेखाजोखा गर्नुहोस ।			
<input type="checkbox"/> <b>स्तर १.</b> कुनै पनि प्रकारको हानि पुर्याउन सक्ने	<input type="checkbox"/> <b>स्तर २.</b> आधारभूत सहयोगि सिपहरू प्रदर्शन नगरेको वा केही प्रदर्शन गरेक	<input type="checkbox"/> <b>स्तर ३.</b> सबै आधारभूत सहयोगि सिपहरू प्रयोग गरिएको	<input type="checkbox"/> <b>स्तर ४.</b> सबै आधारभूत सहयोगि सिपहरू साथसाथै केहि उत्तम र उच्च सहयोगि सिपहरू प्रयोग गरिएको
Notes:			

## 13. सामना गर्ने बिधिहरू र बिगतका समाधानका उपायहरूको उपयोग

हरेक बिधामा देखिएको सबै सीप र व्यवहारलाई गोलो लगाएर अंकित गर्नुहोस ।			
हानि पुर्याउन सक्ने व्यवहार	आधारभूत सहयोगि सिपहरू	उत्तम र उच्च सहयोगि सिपहरू	
<input type="checkbox"/> सेवाग्राहीको सामना गर्ने विधिहरू बारे नकारात्मक टिप्पणी गरेको (जस्तै: यसले कहिले पनि काम गर्दैन ...) <input type="checkbox"/> नकारात्मक सामना गर्ने शैलीहरूलाई प्रोत्साहन गरेको	<input type="checkbox"/> पहिले वा अहिलेको सामना गर्ने शैलीहरूको बारेमा सेवाग्राहिलाई सोधेको (जस्तै: समस्या शुरू भए पछि कसरी सामना गर्दै आधि बढ्दै जानुभयो ?) <input type="checkbox"/> सेवाग्राहीका सकारात्मक वा सुरक्षित खालको अहिलेको वा पहिलाको सामना गर्ने शैलीहरूको प्रशंसा गरेको <input type="checkbox"/> <i>माथिको कुनै पनि कुरा लागु नहुने</i>	<input type="checkbox"/> <i>सबै आधारभूत सहयोगि सीपहरू पुरा गरेको</i> <input type="checkbox"/> सकारात्मक सामना गर्ने शैलीहरूको निरन्तर प्रयोगलाई प्रोत्साहन गरेको <input type="checkbox"/> पहिलेका नकारात्मक सामना गर्ने शैलीहरूको प्रतिविम्बन गरेको र सकारात्मक विकल्पहरूबारे छलफल गरेको	
हरेक भागमा प्रदर्शन गरिएका व्यवहारहरूको लेखाजोखा गर्नुहोस ।			
<input type="checkbox"/> <b>स्तर १.</b> कुनै पनि प्रकारको हानि पुर्याउन सक्ने	<input type="checkbox"/> <b>स्तर २.</b> आधारभूत सहयोगि सिपहरू प्रदर्शन नगरेको वा केही प्रदर्शन गरेक	<input type="checkbox"/> <b>स्तर ३.</b> सबै आधारभूत सहयोगि सिपहरू प्रयोग गरिएको	<input type="checkbox"/> <b>स्तर ४.</b> सबै आधारभूत सहयोगि सिपहरू साथसाथै केहि उत्तम र उच्च सहयोगि सिपहरू प्रयोग गरिएको
Notes:			

## 14. स्थानीय भाषा तथा शब्दहरूको प्रयोग गरि मनोशिक्षा

हरेक बिधामा देखिएको सबै सीप र व्यवहारलाई गोलो लगाएर अंकित गर्नुहोस ।			
हानि पुर्याउन सक्ने व्यवहार	आधारभूत सहयोगि सिपहरू	उत्तम र उच्च सहयोगि सिपहरू	
<input type="checkbox"/> सेवाग्राहीको बुझाइ नबुझी प्राविधिक शब्दहरूको प्रयोग गरेको <input type="checkbox"/> मानसिक स्वास्थ्य सम्बन्धित लाञ्छनात्मक शब्दहरू प्रयोग गरेको (बहुला, पागल आदि)	<input type="checkbox"/> मनोशिक्षा दिँदा सरल शब्द र उपयुक्त वाक्यहरूको प्रयोग गरेको <input type="checkbox"/> मनोशिक्षामा स्थानीय अवधारणा र शब्दावलीहरूको समावेश गरेका <input type="checkbox"/> <i>माथिको कुनै पनि कुरा लागु नहुने</i>	<input type="checkbox"/> <i>सबै आधारभूत सहयोगि सीपहरू पुरा गरेको</i> <input type="checkbox"/> मनोशिक्षा दिँदा समस्याप्रति सेवाग्राहीले दिएका जानकारीहरू समावेश गरेको <input type="checkbox"/> सेवाग्राहिले मनोशिक्षा बुझ्यो बुझेन भनी चेक गरेको	
हरेक भागमा प्रदर्शन गरिएका व्यवहारहरूको लेखाजोखा गर्नुहोस ।			
<input type="checkbox"/> <b>स्तर १.</b> कुनै पनि प्रकारको हानि पुर्याउन सक्ने	<input type="checkbox"/> <b>स्तर २.</b> आधारभूत सहयोगि सिपहरू प्रदर्शन नगरेको वा केही प्रदर्शन गरेक	<input type="checkbox"/> <b>स्तर ३.</b> सबै आधारभूत सहयोगि सिपहरू प्रयोग गरिएको	<input type="checkbox"/> <b>स्तर ४.</b> सबै आधारभूत सहयोगि सिपहरू साथसाथै केहि उत्तम १बमखबलअभम० सहयोगि सिपहरू प्रयोग गरिएको
Notes:			

## 15. सल्लाह र सुझाव दिँदा पृष्ठपोषण लिने

हरेक बिधामा देखिएको सबै सीप र व्यवहारलाई गोलो लगाएर अंकित गर्नुहोस ।			
हानि पुर्याउन सक्ने व्यवहार	आधारभूत सहयोगि सिपहरू	उत्तम र उच्च सहयोगि सिपहरू	
<input type="checkbox"/> सेवाग्राहिको प्रतिक्रिया (पृष्ठपोषण) नलिई के गर्ने भनी प्रबचन दिएको <input type="checkbox"/> नकारात्मक वा असहयोगी सुझावहरू दिएको	<input type="checkbox"/> दिईएका सल्लाह र सुझावहरू सहयोगी छन् वा छैनन् भनी सेवाग्राहिसँग प्रतिक्रिया (पृष्ठपोषण) लिएको <input type="checkbox"/> सेवाग्राहीको (पृष्ठपोषण) प्रतिक्रिया अनुसार स्पष्टीकरण, पुनःव्याख्या वा वैकल्पिक सुझावहरू प्रदान गरेको <input type="checkbox"/> <i>माथिको कुनै पनि कुरा लागु नहुने</i>	<input type="checkbox"/> <i>सबै आधारभूत सहयोगि सीपहरू पुरा गरेको</i> <input type="checkbox"/> सेवाग्राहीले दिएका प्रतिक्रियालाई (पृष्ठपोषणलाई) सारांश गर्दै सो व्याख्या सही छ छैन भनी जाँच गरेको ।(उदाहरणको लागि- हामी भेट्नको लागि यातायातले गर्दा अलि गाह्रो हुन्छ भनेर तपाईंले पृष्ठपोषण/प्रतिक्रिया दिनु भयो । के सेवा लिन आउनको लागि पनि यही समस्या हुन्छ?)	
हरेक भागमा प्रदर्शन गरिएका व्यवहारहरूको लेखाजोखा गर्नुहोस ।			
<input type="checkbox"/> <b>स्तर १.</b> कुनै पनि प्रकारको हानि पुर्याउन सक्ने	<input type="checkbox"/> <b>स्तर २.</b> आधारभूत सहयोगि सिपहरू प्रदर्शन नगरेको वा केही प्रदर्शन गरेक	<input type="checkbox"/> <b>स्तर ३.</b> सबै आधारभूत सहयोगि सिपहरू प्रयोग गरिएको	<input type="checkbox"/> <b>स्तर ४.</b> सबै आधारभूत सहयोगि सिपहरू साथसाथै केहि उत्तम १बमखबलअभम० सहयोगि सिपहरू प्रयोग गरिएको
Notes:			

**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.2015.03.002>.

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/>

ENhancing Assessment of Common Therapeutic factors (ENACT) - Remote competency assessment tool (English, remote) (version 1.0): World Health Organization2021, CC BY-NC-SA, <https://whoquip.org/en-gb>