

## Competencias de Enfrentando Problemas Plus (EP+)

### 1. COMUNICACIÓN NO VERBAL [ENACT #1]

Marque todos los comportamientos demostrados en cada categoría.			
Comportamientos inútiles o potencialmente perjudiciales	Habilidades básicas de ayuda	Habilidades avanzadas de ayuda	
<input type="checkbox"/> Participa de otras actividades (ej. responde al móvil, realiza los trámites) <input type="checkbox"/> Se ríe del usuario <input type="checkbox"/> Utiliza expresiones faciales inapropiadas <input type="checkbox"/> Contacto físico inapropiado	<input type="checkbox"/> Permite silencios <input type="checkbox"/> Mantiene contacto visual apropiado <input type="checkbox"/> Mantiene una postura abierta (cuerpo hacia el usuario) <input type="checkbox"/> Continuamente usa un lenguaje corporal que demuestra soporte (asentir con la cabeza) y expresiones (uh huh) <input type="checkbox"/> <i>Ninguna de las anteriores</i>	<input type="checkbox"/> <i>Completa todas las habilidades básicas de soporte</i> <input type="checkbox"/> Varía el lenguaje corporal en relación al contenido y las expresiones que el usuario muestra durante la sesión	
Marque el nivel que mejor corresponda (solo debe marcar un nivel)			
<input type="checkbox"/> <b>Nivel 1</b> <i>cualquier comportamiento ineficiente</i>	<input type="checkbox"/> <b>Nivel 2</b> <i>no hay habilidades básicas, o hay algunas, pero no todas</i>	<input type="checkbox"/> <b>Nivel 3</b> <i>todas las habilidades básicas</i>	<input type="checkbox"/> <b>Nivel 4</b> <i>todas las habilidades básicas más cualquier habilidad avanzada</i>
Notas			

### 2. COMUNICACIÓN VERBAL [ENACT #2]

Marque todos los comportamientos demostrados en cada categoría.			
Comportamientos inútiles o potencialmente perjudiciales	Habilidades básicas de ayuda	Habilidades avanzadas de ayuda	
<input type="checkbox"/> Interrumpe al usuario <input type="checkbox"/> Induce a las respuestas usando preguntas cerradas (ej. “en realidad no quería hacer eso, ¿verdad?”) <input type="checkbox"/> Corrige al usuario (ej. “lo que realmente quieres decir es...” o usa declaraciones acusatorias (ej. “no debería haberle dicho eso...”) <input type="checkbox"/> Utiliza términos inadecuados para la cultura y la edad	<input type="checkbox"/> Realiza preguntas abiertas <input type="checkbox"/> Resume o parafrase la información <input type="checkbox"/> Permite que el usuario complete sus ideas antes de responder <input type="checkbox"/> <i>Ninguna de las anteriores</i>	<input type="checkbox"/> <i>Completa todas las habilidades básicas de soporte</i> <input type="checkbox"/> Alienta al usuario a continuar explicando (ej. “cuéntame más...”) <input type="checkbox"/> Realiza aclaraciones en primera persona (ej. “te escuché decir, entendí...”) <input type="checkbox"/> Sigue el ritmo de la conversación con el usuario, lo que permite pausas más largas o más cortas de acuerdo al ritmo de la conversación	
Marque el nivel que mejor corresponda (solo debe marcar un nivel)			
<input type="checkbox"/> <b>Nivel 1</b> <i>cualquier comportamiento ineficiente</i>	<input type="checkbox"/> <b>Nivel 2</b> <i>no hay habilidades básicas, o hay algunas, pero no todas</i>	<input type="checkbox"/> <b>Nivel 3</b> <i>todas las habilidades básicas</i>	<input type="checkbox"/> <b>Nivel 4</b> <i>todas las habilidades básicas más cualquier habilidad avanzada</i>
Notas			

### 3. EXPLICACIÓN Y PROMOCIÓN DE CONFIDENCIALIDAD [ENACT #3]

Marque todos los comportamientos demostrados en cada categoría.			
Comportamientos inútiles o potencialmente perjudiciales	Habilidades básicas de ayuda	Habilidades avanzadas de ayuda	
<input type="checkbox"/> Obliga al usuario a compartir información confidencial al proveedor de salud mental no especializado o a otras personas <input type="checkbox"/> Describe la confidencialidad de manera inexacta (ej. “solo se lo diré a tu familia”) <input type="checkbox"/> Promete total confidencialidad sin excepciones <input type="checkbox"/> Minimiza las preocupaciones del usuario sobre la confidencialidad (ej. “no importa si alguien más nos escucha”)	<input type="checkbox"/> Explica el concepto de confidencialidad <input type="checkbox"/> Enumera excepciones por autolesiones o daños a otros <input type="checkbox"/> Explica por qué puede ser importante romper la confidencialidad <input type="checkbox"/> <i>Ninguna de las anteriores</i>	<input type="checkbox"/> <i>Completa todas las habilidades básicas de soporte</i> <input type="checkbox"/> Detalla el flujo de comunicación relacionado a la confidencialidad y excepciones <input type="checkbox"/> Realiza preguntas para evaluar la comprensión del usuario sobre la confidencialidad <input type="checkbox"/> Los temas de discusión son apropiados para el entorno	
Marque el nivel que mejor corresponda (solo debe marcar un nivel)			
<input type="checkbox"/> <b>Nivel 1</b> cualquier comportamiento ineficiente	<input type="checkbox"/> <b>Nivel 2</b> no hay habilidades básicas, o hay algunas, pero no todas	<input type="checkbox"/> <b>Nivel 3</b> todas las habilidades básicas	<input type="checkbox"/> <b>Nivel 4</b> todas las habilidades básicas más cualquier habilidad avanzada
Notas			

### 4. CONSTRUCCIÓN DE RELACIONES Y DIVULGACION VOLUNTARIA [ENACT #4]

Marque todos los comportamientos demostrados en cada categoría.			
Comportamientos inútiles o potencialmente perjudiciales	Habilidades básicas de ayuda	Habilidades avanzadas de ayuda	
<input type="checkbox"/> Domina la sesión comentando su experiencia personal <input type="checkbox"/> Minimiza los problemas al describir soluciones personales <input type="checkbox"/> Hace preguntas innecesarias o embarazosas <input type="checkbox"/> Comenta información confidencial de otras personas	<input type="checkbox"/> Se presenta y explica el rol <input type="checkbox"/> Conversa de manera casual <input type="checkbox"/> Pide la presentación del usuario (ej. cómo prefiere ser llamado) <input type="checkbox"/> Comparta una experiencia similar con el usuario (ej. acerca de la comunidad/región) <input type="checkbox"/> <i>Ninguna de las anteriores</i>	<input type="checkbox"/> <i>Completa todas las habilidades básicas de soporte</i> <input type="checkbox"/> Pide la reflexión sobre la información que le comparte <input type="checkbox"/> Comprueba con el usuario si se siente cómodo (ej. ofrece asiento, idioma preferido)	
Marque el nivel que mejor corresponda (solo debe marcar un nivel)			
<input type="checkbox"/> <b>Nivel 1</b> cualquier comportamiento ineficiente	<input type="checkbox"/> <b>Nivel 2</b> no hay habilidades básicas, o hay algunas, pero no todas	<input type="checkbox"/> <b>Nivel 3</b> todas las habilidades básicas	<input type="checkbox"/> <b>Nivel 4</b> todas las habilidades básicas más cualquier habilidad avanzada
Notas			

## 5. EXPLORACIÓN Y NORMALIZACIÓN DE SENTIMIENTOS [ENACT #5]

Marque todos los comportamientos demostrados en cada categoría.			
Comportamientos inútiles o potencialmente perjudiciales	Habilidades básicas de ayuda	Habilidades avanzadas de ayuda	
<input type="checkbox"/> Critica las respuestas del usuario y/o las compara con las respuestas de otras personas en situaciones similares (ej. “la gente no suele reaccionar de esta manera”) <input type="checkbox"/> Minimiza los sentimientos o emociones del usuario <input type="checkbox"/> Obliga al usuario a describir sus emociones	<input type="checkbox"/> Alienta apropiadamente al usuario a compartir sus sentimientos (ej. “gracias por tu confianza...”) <input type="checkbox"/> Explica que otros pueden compartir síntomas, reacciones y preocupaciones similares, ante experiencias semejantes (ej. “es normal que...”) <input type="checkbox"/> Pide al usuario que reflexione sobre la experiencia de compartir sus emociones (ej. “¿cómo te sentiste al comentarme...?”) <input type="checkbox"/> <i>Ninguna de las anteriores</i>	<input type="checkbox"/> <i>Completa todas las habilidades básicas de soporte</i> <input type="checkbox"/> Explora posibles razones por las cuales el usuario no desea compartir sus emociones <input type="checkbox"/> Comenta sobre la expresión facial del usuario para fomentar la expresión emocional <input type="checkbox"/> Valida las reacciones emocionales y además reformula las reacciones dañinas (ej. “es normal que te sientas así, pero estas emociones pueden causar...”) 	
Marque el nivel que mejor corresponda (solo debe marcar un nivel)			
<input type="checkbox"/> <b>Nivel 1</b> <i>cualquier comportamiento ineficiente</i>	<input type="checkbox"/> <b>Nivel 2</b> <i>no hay habilidades básicas, o hay algunas, pero no todas</i>	<input type="checkbox"/> <b>Nivel 3</b> <i>todas las habilidades básicas</i>	<input type="checkbox"/> <b>Nivel 4</b> <i>todas las habilidades básicas más cualquier habilidad avanzada</i>
Notas			

## 6. DEMOSTRACIÓN DE EMPATÍA, CALIDEZ Y SINCERIDAD [ENACT #6]

Marque todos los comportamientos demostrados en cada categoría.			
Comportamientos inútiles o potencialmente perjudiciales	Habilidades básicas de ayuda	Habilidades avanzadas de ayuda	
<input type="checkbox"/> Critica las preocupaciones del usuario <input type="checkbox"/> Minimiza las preocupaciones del usuario <input type="checkbox"/> Muestra una respuesta emocional inapropiada, falsa o poco sincera	<input type="checkbox"/> Es cálido, amigable, y sincero durante la sesión <input type="checkbox"/> Muestra activamente atención y/o preocupación al usuario (ej. “eso suena triste, ¿puedes contarme más al respecto?”) <input type="checkbox"/> Hace preguntas para comprender cuales emociones el usuario estaba sintiendo (ej. “me pregunto si te sentiste triste o enojada cuando sucedió esto”) <input type="checkbox"/> <i>Ninguna de las anteriores</i>	<input type="checkbox"/> <i>Completa todas las habilidades básicas de soporte</i> <input type="checkbox"/> Solicita al usuario que reflexione sobre las declaraciones empáticas del agente (ej. “¿qué pensaste cuando dije que sonabas triste?”) 	
Marque el nivel que mejor corresponda (solo debe marcar un nivel)			
<input type="checkbox"/> <b>Nivel 1</b> <i>cualquier comportamiento ineficiente</i>	<input type="checkbox"/> <b>Nivel 2</b> <i>no hay habilidades básicas, o hay algunas, pero no todas</i>	<input type="checkbox"/> <b>Nivel 3</b> <i>todas las habilidades básicas</i>	<input type="checkbox"/> <b>Nivel 4</b> <i>todas las habilidades básicas más cualquier habilidad avanzada</i>
Notas			

## 7. EVALUACIÓN DEL DAÑO Y DESARROLLO DEL PLAN DE RESPUESTA [ENACT #7]

Marque todos los comportamientos demostrados en cada categoría.			
Comportamientos inútiles o potencialmente perjudiciales	Habilidades básicas de ayuda	Habilidades avanzadas de ayuda	
<input type="checkbox"/> No pregunta sobre autolesiones o intento de suicidio <input type="checkbox"/> Brinda un sermón utilizando razones religiosas o legales contra la autolesión o intento de suicidio del usuario (ej. “esto es pecado o esto es ilegal”) <input type="checkbox"/> Muestra incredulidad (ej. acusa al usuario de hablar de autolesión para llamar la atención; no cree que otros dañarían al usuario o a sus familiares) <input type="checkbox"/> Alienta al usuario a que no le cuente a nadie más sobre la autolesión o el daño a otros	<input type="checkbox"/> Pregunta sobre la autolesión, intento de suicidio, o el daño a otros, o explore el daño si el usuario lo refiere <input type="checkbox"/> Pregunta sobre la intención actual del daño, y medios, o intentos anteriores <input type="checkbox"/> Pregunta sobre factores de riesgo y/o protectores <input type="checkbox"/> <i>Ninguna de las anteriores</i>	<input type="checkbox"/> <i>Completa todas las habilidades básicas de soporte</i> <input type="checkbox"/> Si el riesgo actual es bajo o alto, ayuda al usuario a desarrollar un plan de seguridad (ej. brinda estrategias de afrontamiento y búsqueda de ayuda)	
Marque el nivel que mejor corresponda (solo debe marcar un nivel)			
<input type="checkbox"/> <b>Nivel 1</b> cualquier comportamiento ineficiente	<input type="checkbox"/> <b>Nivel 2</b> no hay habilidades básicas, o hay algunas, pero no todas	<input type="checkbox"/> <b>Nivel 3</b> todas las habilidades básicas	<input type="checkbox"/> <b>Nivel 4</b> todas las habilidades básicas más cualquier habilidad avanzada
Notas:			

## 8. INTRODUCIENDO Y EXPLICANDO LA RESPIRACIÓN LENTA

Marque todos los comportamientos demostrados en cada categoría.			
Comportamientos inútiles o potencialmente perjudiciales	Habilidades básicas de ayuda	Habilidades avanzadas de ayuda	
<input type="checkbox"/> Obliga o presiona al cliente a practicar la respiración lenta <input type="checkbox"/> Critica al cliente por su desempeño (“Esto está mal; tienes que hacerlo así”) <input type="checkbox"/> Se apresura durante la práctica o utiliza un tono de voz fuerte o brusco <input type="checkbox"/> Da sugerencias poco específicas o de poca ayuda (“Intenta respirar mejor”)	<input type="checkbox"/> Explica los beneficios de la respiración lenta <input type="checkbox"/> Demuestra la técnica, incluyendo la colocación adecuada de las manos (ej., sobre el abdomen) <input type="checkbox"/> Guía al cliente durante la práctica de respiración, verificando su nivel de comodidad en cada paso <input type="checkbox"/> Marca el ritmo de los pasos de la respiración contando la inhalación, la retención y la exhalación <input type="checkbox"/> <i>Ninguna de las anteriores</i>	<input type="checkbox"/> <i>Completa todas las habilidades básicas de soporte</i> <input type="checkbox"/> Reasegura al cliente que no es necesario hacerlo perfectamente (ej., “Esto requiere práctica, ya sabrás qué se siente bien para ti”) <input type="checkbox"/> Elogia al cliente por practicar y normaliza cualquier dificultad o desafío durante la práctica <input type="checkbox"/> Adapta la estrategia según sea necesario para asegurar la comodidad del cliente <input type="checkbox"/> Utiliza metáforas comprensibles para el cliente (por ejemplo, la metáfora del globo)	
Marque el nivel que mejor corresponda (solo debe marcar un nivel)			
<input type="checkbox"/> <b>Nivel 1</b> cualquier comportamiento ineficiente	<input type="checkbox"/> <b>Nivel 2</b> no hay habilidades básicas, o hay algunas, pero no todas	<input type="checkbox"/> <b>Nivel 3</b> todas las habilidades básicas	<input type="checkbox"/> <b>Nivel 4</b> todas las habilidades básicas más cualquier habilidad avanzada
Notas:			

## 9. IDENTIFICACIÓN Y DIFERENCIACIÓN DE PROBLEMAS SOLUCIONABLES E INSOLUCIONABLES

Marque todos los comportamientos demostrados en cada categoría.			
Comportamientos inútiles o potencialmente perjudiciales	Habilidades básicas de ayuda	Habilidades avanzadas de ayuda	
<input type="checkbox"/> Culpa al cliente por sus problemas (ej., “Tú creaste este problema”) <input type="checkbox"/> Dice que todos los problemas del cliente son demasiado difíciles o que no tienen solución <input type="checkbox"/> Le dice al cliente cuáles son sus problemas sin tomar en cuenta su opinión <input type="checkbox"/> Explica incorrectamente qué problemas son solucionables y cuáles no	<input type="checkbox"/> Apoya al cliente para que haga su propia lista de problemas <input type="checkbox"/> Utiliza un proceso de lluvia de ideas para identificar problemas adicionales <input type="checkbox"/> Explica el concepto de problemas solucionables e insolucionables <input type="checkbox"/> Ayuda al cliente a identificar cuáles de sus problemas son solucionables y cuáles no <input type="checkbox"/> <i>Ninguna de las anteriores</i>	<input type="checkbox"/> <i>Completa todas las habilidades básicas de soporte</i> <input type="checkbox"/> Ayuda al cliente a replantear los problemas insolucionables en problemas que sí se pueden resolver <input type="checkbox"/> Habla sobre cómo abordar los problemas solucionables puede mejorar el bienestar del cliente	
Marque el nivel que mejor corresponda (solo debe marcar un nivel)			
<input type="checkbox"/> <b>Nivel 1</b> <i>cualquier comportamiento ineficiente</i>	<input type="checkbox"/> <b>Nivel 2</b> <i>no hay habilidades básicas, o hay algunas, pero no todas</i>	<input type="checkbox"/> <b>Nivel 3</b> <i>todas las habilidades básicas</i>	<input type="checkbox"/> <b>Nivel 4</b> <i>todas las habilidades básicas más cualquier habilidad avanzada</i>
Notas:			

## 10. ESCOGER EL PROBLEMA

Marque todos los comportamientos demostrados en cada categoría.			
Comportamientos inútiles o potencialmente perjudiciales	Habilidades básicas de ayuda	Habilidades avanzadas de ayuda	
<input type="checkbox"/> Elige el problema por el cliente <input type="checkbox"/> Permite que el cliente elija un problema insolucionable <input type="checkbox"/> Critica la elección del cliente sobre cuál es su problema más importante (ej., “Ese problema no es importante, enfócate en otra cosa”) <input type="checkbox"/> No logra identificar un solo problema en el cual enfocarse	<input type="checkbox"/> Trabaja con el cliente para clasificar o priorizar qué problemas solucionables podrían abordarse <input type="checkbox"/> Trabaja con el cliente para seleccionar un solo problema específico que sea solucionable <input type="checkbox"/> Pide la opinión del cliente sobre el problema seleccionado (ej., “¿Te sientes cómodo/a empezando a trabajar en este problema?”) <input type="checkbox"/> <i>Ninguna de las anteriores</i>	<input type="checkbox"/> <i>Completa todas las habilidades básicas de soporte</i> <input type="checkbox"/> Ayuda al cliente a explorar cómo sería su vida si se resolviera el problema seleccionado <input type="checkbox"/> Ayuda al cliente a identificar un problema alternativo si se presentan obstáculos al abordar el problema seleccionado	
Marque el nivel que mejor corresponda (solo debe marcar un nivel)			
<input type="checkbox"/> <b>Nivel 1</b> <i>cualquier comportamiento ineficiente</i>	<input type="checkbox"/> <b>Nivel 2</b> <i>no hay habilidades básicas, o hay algunas, pero no todas</i>	<input type="checkbox"/> <b>Nivel 3</b> <i>todas las habilidades básicas</i>	<input type="checkbox"/> <b>Nivel 4</b> <i>todas las habilidades básicas más cualquier habilidad avanzada</i>
Notas:			

## 11. DEFINIENDO EL PROBLEMA

Marque todos los comportamientos demostrados en cada categoría.			
Comportamientos inútiles o potencialmente perjudiciales	Habilidades básicas de ayuda	Habilidades avanzadas de ayuda	
<input type="checkbox"/> Empieza a definir el problema sin haber seleccionado un solo problema previamente <input type="checkbox"/> Ofrece una definición del problema que es compleja o confusa y que no incluye acciones claras a tomar <input type="checkbox"/> Le dice al cliente que el problema no tiene solución <input type="checkbox"/> Minimiza el problema (ej., “Resolver este problema es fácil. Mejor enfoquémonos en algo más desafiante”)	<input type="checkbox"/> Establece una definición breve y específica del problema <input type="checkbox"/> La definición incluye una descripción de aspectos que se pueden cambiar y sobre los cuales el cliente puede tomar acción <input type="checkbox"/> <i>Ninguna de las anteriores</i>	<input type="checkbox"/> <i>Completa todas las habilidades básicas de soporte</i> <input type="checkbox"/> Si un problema tiene muchas partes, divide y aborda cada parte por separado <input type="checkbox"/> Pide al cliente que imagine cómo sería su vida si el problema estuviera resuelto	
Marque el nivel que mejor corresponda (solo debe marcar un nivel)			
<input type="checkbox"/> <b>Nivel 1</b> cualquier comportamiento ineficiente	<input type="checkbox"/> <b>Nivel 2</b> no hay habilidades básicas, o hay algunas, pero no todas	<input type="checkbox"/> <b>Nivel 3</b> todas las habilidades básicas	<input type="checkbox"/> <b>Nivel 4</b> todas las habilidades básicas más cualquier habilidad avanzada
Notas:			

## 12. LLUVIA DE IDEAS PARA ENCONTRAR SOLUCIONES

Marque todos los comportamientos demostrados en cada categoría.			
Comportamientos inútiles o potencialmente perjudiciales	Habilidades básicas de ayuda	Habilidades avanzadas de ayuda	
<input type="checkbox"/> Da soluciones directamente al cliente en lugar de permitir que el cliente genere sus propias soluciones <input type="checkbox"/> Emite juicios sobre las soluciones propuestas en la lluvia de ideas (ej., “Eso es bueno” o “eso es malo”) <input type="checkbox"/> Hace preguntas sugestivas o sugerentes respecto a las soluciones (ej., “Esa no es realmente la forma en que quieres resolverlo, ¿verdad?”)	<input type="checkbox"/> Anima al cliente a pensar en la mayor cantidad posible de soluciones <input type="checkbox"/> Motiva al cliente a considerar tanto soluciones que pueda implementar por sí mismo como aquellas que impliquen apoyo de otras personas <input type="checkbox"/> <i>Ninguna de las anteriores</i>	<input type="checkbox"/> <i>Completa todas las habilidades básicas de soporte</i> <input type="checkbox"/> Utiliza la estrategia del amigo (ej., “¿Qué le dirías a un amigo si tuviera este problema?”) <input type="checkbox"/> Invita al cliente a reflexionar sobre sus fortalezas personales, recursos y redes de apoyo social para generar más soluciones	
Marque el nivel que mejor corresponda (solo debe marcar un nivel)			
<input type="checkbox"/> <b>Nivel 1</b> cualquier comportamiento ineficiente	<input type="checkbox"/> <b>Nivel 2</b> no hay habilidades básicas, o hay algunas, pero no todas	<input type="checkbox"/> <b>Nivel 3</b> todas las habilidades básicas	<input type="checkbox"/> <b>Nivel 4</b> todas las habilidades básicas más cualquier habilidad avanzada
Notas:			

### 13. SELECCIÓN DE ESTRATEGIAS ÚTILES

Marque todos los comportamientos demostrados en cada categoría.			
Comportamientos inútiles o potencialmente perjudiciales	Habilidades básicas de ayuda		Habilidades avanzadas de ayuda
<input type="checkbox"/> Elige una solución poco realista o potencialmente dañina (ej., “Deberías huir de casa”) <input type="checkbox"/> Le dice al cliente qué solución debe escoger <input type="checkbox"/> Critica al cliente por la solución elegida (ej., “Yo habría elegido otra cosa. Lo que elegiste puede que no funcione”)	<input type="checkbox"/> A partir de la lista de posibles soluciones, ayuda al cliente a escoger aquellas que sean útiles para influir en el problema <input type="checkbox"/> Ayuda al cliente a analizar las ventajas y desventajas de las distintas soluciones propuestas <input type="checkbox"/> Ayuda al cliente a considerar qué soluciones son viables dentro de sus recursos financieros, personales y sociales <input type="checkbox"/> <i>Ninguna de las anteriores</i>	<input type="checkbox"/> <i>Completa todas las habilidades básicas de soporte</i> <input type="checkbox"/> Explora cómo el cliente ha resuelto problemas similares en el pasado y discute qué funcionó y qué no <input type="checkbox"/> Explora soluciones alternativas que podrían utilizarse si la solución seleccionada resulta demasiado difícil	
Marque el nivel que mejor corresponda (solo debe marcar un nivel)			
<input type="checkbox"/> <b>Nivel 1</b> <i>cualquier comportamiento ineficiente</i>	<input type="checkbox"/> <b>Nivel 2</b> <i>no hay habilidades básicas, o hay algunas, pero no todas</i>	<input type="checkbox"/> <b>Nivel 3</b> <i>todas las habilidades básicas</i>	<input type="checkbox"/> <b>Nivel 4</b> <i>todas las habilidades básicas más cualquier habilidad avanzada</i>
Notas:			

### 14. ELABORACIÓN DE UN PLAN DE ACCIÓN PARA LA SOLUCIÓN

Marque todos los comportamientos demostrados en cada categoría.			
Comportamientos inútiles o potencialmente perjudiciales	Habilidades básicas de ayuda	Habilidades avanzadas de ayuda	
<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Le dice al cliente qué pasos debe seguir para lograr la solución</li> <li><input type="checkbox"/> Desanima al cliente al señalar obstáculos para ejecutar el plan de acción (ej., “Tu esposa nunca te permitirá hacer esto”)</li> <li><input type="checkbox"/> Critica los pasos propuestos por el cliente para llevar a cabo la solución (ej., “No estás pensando bien todos los pasos”)</li> <li><input type="checkbox"/> Minimiza las preocupaciones del cliente sobre el plan de acción (ej., “Eso es fácil de hacer. He visto a muchas personas lograrlo. Deja de preocuparte”)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Ayuda al cliente a crear un plan de acción con pasos específicos</li> <li><input type="checkbox"/> Ayuda al cliente a elegir el día, la hora y el lugar para llevar a cabo los pasos del plan de acción</li> <li><input type="checkbox"/> Analiza qué recursos serían necesarios para implementar las acciones (ej., transporte, cuidado de niños, un amigo que brinde apoyo)</li> <li><input type="checkbox"/> Mantiene una actitud positiva y motivadora durante toda la conversación sobre el plan de acción</li> <li><input type="checkbox"/> <i>Ninguna de las anteriores</i></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> <i>Completa todas las habilidades básicas de soporte</i></li> <li><input type="checkbox"/> Sugiere formas en las que el cliente puede recordarse llevar a cabo el plan (ej., notas, calendario, recordatorios en el teléfono, asociarlo con otras actividades)</li> <li><input type="checkbox"/> Analiza estrategias alternativas en caso de que se presenten obstáculos al implementar el plan de acción</li> <li><input type="checkbox"/> Ayuda al cliente a crear un plan para manejar la angustia durante la ejecución del plan de acción (ej., “Puedes usar tu ejercicio de respiración antes de hablar con tu familiar”)</li> <li><input type="checkbox"/> Apoya al cliente a organizar los pasos del plan si se requiere de múltiples acciones interconectadas</li> </ul>	
Marque el nivel que mejor corresponda (solo debe marcar un nivel)			
<input type="checkbox"/> <b>Nivel 1</b> <i>cualquier comportamiento ineficiente</i>	<input type="checkbox"/> <b>Nivel 2</b> <i>no hay habilidades básicas, o hay algunas, pero no todas</i>	<input type="checkbox"/> <b>Nivel 3</b> <i>todas las habilidades básicas</i>	<input type="checkbox"/> <b>Nivel 4</b> <i>todas las habilidades básicas más cualquier habilidad avanzada</i>
Notas:			

### 15. EMPEZAR Y MANTENERSE EN ACCIÓN

Marque todos los comportamientos demostrados en cada categoría.			
Comportamientos inútiles o potencialmente perjudiciales	Habilidades básicas de ayuda	Habilidades avanzadas de ayuda	
<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Elabora un cronograma de actividades sin la participación del cliente</li> <li><input type="checkbox"/> Programa actividades imprecisas, inalcanzables o potencialmente perjudiciales con el objetivo de mejorar el estado de ánimo</li> <li><input type="checkbox"/> Culpa al cliente por la falta de motivación, energía o fuerza de voluntad para implementar las actividades de “Empezar y mantenerse en acción”</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Explica el ciclo de inactividad</li> <li><input type="checkbox"/> Ayuda al cliente a hacer una lluvia de ideas sobre actividades agradables que mejoren su estado de ánimo</li> <li><input type="checkbox"/> Ayuda al cliente a elegir una actividad placentera y viable para realizar durante la próxima semana</li> <li><input type="checkbox"/> Ayuda al cliente a programar cuándo (días y horas) realizará la actividad o tarea en la semana siguiente</li> <li><input type="checkbox"/> <i>Ninguna de las anteriores</i></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> <i>Completa todas las habilidades básicas de soporte</i></li> <li><input type="checkbox"/> Ayuda al cliente a descomponer la actividad o tarea en pasos muy pequeños y manejables</li> <li><input type="checkbox"/> Habla con el cliente sobre recordatorios que puede utilizar para ayudarlo a completar la actividad</li> <li><input type="checkbox"/> Relaciona la actividad gratificante con otros eventos o compromisos</li> <li><input type="checkbox"/> Revisa posibles barreras o dificultades para realizar la actividad gratificante</li> </ul>	
Marque el nivel que mejor corresponda (solo debe marcar un nivel)			
<input type="checkbox"/> <b>Nivel 1</b> <i>cualquier comportamiento ineficiente</i>	<input type="checkbox"/> <b>Nivel 2</b> <i>no hay habilidades básicas, o hay algunas, pero no todas</i>	<input type="checkbox"/> <b>Nivel 3</b> <i>todas las habilidades básicas</i>	<input type="checkbox"/> <b>Nivel 4</b> <i>todas las habilidades básicas más cualquier habilidad avanzada</i>
Notas:			

## 16. FORTALECIENDO EL APOYO SOCIAL

Marque todos los comportamientos demostrados en cada categoría.			
Comportamientos inútiles o potencialmente perjudiciales	Habilidades básicas de ayuda	Habilidades avanzadas de ayuda	
<input type="checkbox"/> Desalienta al cliente de contactar a otras personas sobre su problema <input type="checkbox"/> Le indica al cliente a quién debe contactar en lugar de respetar sus preferencias <input type="checkbox"/> Critica al cliente por las dificultades que tiene para comunicarse con familiares, amistades o miembros de la comunidad	<input type="checkbox"/> Explica el significado y los beneficios de fortalecer el apoyo social <input type="checkbox"/> Apoya al cliente para identificar múltiples fuentes de apoyo social <input type="checkbox"/> Trabaja con el cliente para seleccionar quién de su red de apoyo social podría ser de ayuda <input type="checkbox"/> Anima al cliente a contactar a personas de su red de apoyo social <input type="checkbox"/> Ninguna de las anteriores	<input type="checkbox"/> Completa todas las habilidades básicas de soporte <input type="checkbox"/> Agenda con el cliente un plan de acción que incluya cuándo y a quién contactar para recibir apoyo <input type="checkbox"/> Discute cómo superar barreras y desafíos al comunicarse con personas de su red de apoyo social <input type="checkbox"/> Practica con el cliente cómo pedir apoyo a la persona seleccionada <input type="checkbox"/> Recomienda habilidades y técnicas para apoyar objetivos relacionales	
Marque el nivel que mejor corresponda (solo debe marcar un nivel)			
<input type="checkbox"/> <b>Nivel 1</b> cualquier comportamiento ineficiente	<input type="checkbox"/> <b>Nivel 2</b> no hay habilidades básicas, o hay algunas, pero no todas	<input type="checkbox"/> <b>Nivel 3</b> todas las habilidades básicas	<input type="checkbox"/> <b>Nivel 4</b> todas las habilidades básicas más cualquier habilidad avanzada
Notas:			

**Acknowledgement.** Portions of this scale are 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>.

This scale and competencies are 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>
- Pedersen GA, Gebrekristos F, Eloul L, Golden S, Hemmo M, Akhtar A, Schafer A, Kohrt BA. (2021). Development of a tool to assess competencies of Problem Management Plus facilitators using observed standardised role plays: The EQUIP Competency Rating Scale for Problem Management Plus. *Intervention*, 19(1):107-117. <https://www.interventionjournal.org/text.asp?2021/19/1/107/312725>
- Gebrekristos F, Eloul L, Golden S. (2021). A field report on the pilot implementation of Problem Management Plus with lay providers in an Eritrean refugee setting in Ethiopia. *Intervention*, 19(1):101-106. [https://doi.org/10.4103/INTV.INTV\\_39\\_20](https://doi.org/10.4103/INTV.INTV_39_20)
- Hemmo M, Akhtar A, Kohrt BA, Pedersen D, Alkamel AF, Sölch CM, Schafer A, Spaaij J, Bryant R, Morina N. (2025). Piloting competency assessments for an evidence-based brief psychological intervention with Arabic-speaking non-specialists in Switzerland. *Cambridge Prisms: Global Mental Health*, 12:e72. <https://doi.org/10.1017/gmh.2025.10023>
- McBride KA, Harrison S, Mahata S, Pfeffer K, Cardamone F, Ngigi T, Kohrt BA, Pedersen GA, Greene C, Viljoen D, Muneghina O, Brown AD. (2021). Building mental health and psychosocial support capacity during a pandemic: The process of adapting Problem Management Plus for remote training and implementation during COVID-19 in New York City, Europe and East Africa. *Intervention*, 19(1):37-47. [https://doi.org/10.4103/INTV.INTV\\_30\\_20](https://doi.org/10.4103/INTV.INTV_30_20)

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