

Self Help Plus (SH+) Competencies

1. COMMUNICATION NON-VERBALE

Cochez tous les comportements qui sont démontrés dans chaque catégorie.		
Comportements d'aucune aide ou potentiellement nuisible	Compétences de base pour aider	
☐ Fait autre chose (p. ex., répond au téléphone, remplit des documents) ☐ Se moque de la personne accompagnée ☐ Adopte des expressions faciales inappropriées ☐ Contact physique inapproprié	☐ Permet des moments de silence ☐ Maintient un contact visuel approprié ☐ Maintient une posture ouverte (corps tourné vers la personne accompagnée) ☐ Maintient un langage corporel et oral soutenant (hochement de tête, 'hmm, hmm') ☐ <i>Aucune de ces réponses</i>	
Cochez le niveau qui s'applique le mieux (un seul niveau doit être coché)		
☐ Niveau 1 <i>un ou plusieurs comportements d'aucune aide</i>	☐ Niveau 2 <i>aucune compétence de base ou certaines mais pas toutes</i>	☐ Niveau 3 <i>toutes les compétences base</i>
Notes:		

2. COMMUNICATION VERBALE

Cochez tous les comportements qui sont démontrés dans chaque catégorie.		
Comportements d'aucune aide ou potentiellement nuisible	Compétences de base pour aider	
☐ Interrompt la personne accompagnée ☐ Pose de nombreuses questions fermées suggestives ou directives (p. ex., 'Vous ne vouliez pas vraiment faire cela, n'est-ce pas?') ☐ Corrige la personne accompagnée ('Ce que vous voulez vraiment dire...') ou tient des propos accusateurs ('Vous n'auriez pas dû dire cela à votre mari') ☐ Utilise un langage ou des termes inappropriés à la culture ou à l'âge de la personne accompagnée	☐ Utilise des questions ouvertes ☐ Résume ou paraphrase bien les propos de la personne accompagnée ☐ Permet à la personne accompagnée d'aller au bout de ses propos avant de répondre ☐ <i>Aucune de ces réponses</i>	
Cochez le niveau qui s'applique le mieux (un seul niveau doit être coché)		
☐ Niveau 1 <i>un ou plusieurs comportements d'aucune aide</i>	☐ Niveau 2 <i>aucune compétence de base ou certaines mais pas toutes</i>	☐ Niveau 3 <i>toutes les compétences base</i>
Notes:		

3. DÉMONTRER DE L'EMPATHIE, DE LA CHALEUR ET DE L'AUTHENTICITÉ

Cochez tous les comportements qui sont démontrés dans chaque catégorie.		
Comportements d'aucune aide ou potentiellement nuisible	Compétences de base pour aider	
☐ Critique les préoccupations de la personne accompagnée ☐ Indifférent ou méprisant de la personne accompagnée ☐ La réaction émotionnelle de l'aidant(e) semble inappropriée, artificielle ou surjouée	☐ Est chaleureux, amical et authentique tout au long de la séance ☐ Montre et porte une attention continue à la personne accompagnée (p. ex., 'Cela semble triste, peux-tu m'en dire plus à ce sujet?') ☐ Pose des questions pour identifier les émotions ressenties par la personne accompagnée (p. ex., 'Je me demande si vous vous êtes senti(e) triste ou en colère lorsque cela s'est produit') ☐ <i>Aucune de ces réponses</i>	
Cochez le niveau qui s'applique le mieux (un seul niveau doit être coché)		
☐ Niveau 1 <i>un ou plusieurs comportements d'aucune aide</i>	☐ Niveau 2 <i>aucune compétence de base ou certaines mais pas toutes</i>	☐ Niveau 3 <i>toutes les compétences de base</i>
Notes:		

4. INTÈGRE DES MÉCANISMES D'ADAPTATION ET DES SOLUTIONS ANTERIEURES

Cochez tous les comportements qui sont démontrés dans chaque catégorie.		
Comportements d'aucune aide ou potentiellement nuisible	Compétences de base pour aider	
☐ Tient des propos négatifs sur les mécanismes d'adaptation de la personne accompagnée ('Cela ne fonctionnerait jamais...') ☐ Encourage des mécanismes d'adaptation nuisibles	☐ Demande à la personne accompagnée quels sont ses mécanismes d'adaptation actuels ou passés (comment elle/il continue après le début du problème...) ☐ Félicite la personne accompagnée pour avoir trouvé des solutions positives ou sûres, actuellement ou dans le passé ☐ <i>Aucune de ces réponses</i>	
Cochez le niveau qui s'applique le mieux (un seul niveau doit être coché)		
☐ Niveau 1 <i>un ou plusieurs comportements d'aucune aide</i>	☐ Niveau 2 <i>aucune compétence de base ou certaines mais pas toutes</i>	☐ Niveau 3 <i>toutes les compétences de base</i>
Notes:		

5. EXPLIQUER ET PROMOUVOIR LA CONFIDENTIALITÉ

Cochez tous les comportements qui sont démontrés dans chaque catégorie.		
Comportements d'aucune aide ou potentiellement nuisible	Compétences de base pour aider	
☐ Force la personne accompagnée à se confier à l'aidant ou à d'autres personnes ☐ Décrit la confidentialité de manière inexacte ('Je ne le dirai qu'à votre famille') ☐ Promet que toutes les informations resteront confidentielles, sans exception ☐ Minimise les préoccupations de la personne accompagnée en matière de confidentialité ('Ce n'est pas grave si quelqu'un nous entend')	☐ Explique le concept de confidentialité ☐ Explique et mentionne clairement les situations où la confidentialité peut être rompue, comme en cas de danger pour soi-même ou pour autrui ☐ Explique pourquoi il peut-être important de rompre la confidentialité ☐ <i>Aucune de ces réponses</i>	
Cochez le niveau qui s'applique le mieux (un seul niveau doit être coché)		
☐ Niveau 1 <i>un ou plusieurs comportements d'aucune aide</i>	☐ Niveau 2 <i>aucune compétence de base ou certaines mais pas toutes</i>	☐ Niveau 3 <i>toutes les compétences base</i>
Notes:		

6. EVALUATION DES RISQUES DE DANGER ET ÉLABORATION DU PLAN DE RÉPONSE

Cochez tous les comportements qui sont démontrés dans chaque catégorie.		
Comportements d'aucune aide ou potentiellement nuisible	Compétences de base pour aider	
☐ Ne pose pas de question sur les comportements autodestructeurs ☐ Donne des leçons à la personne accompagnée en utilisant des arguments religieux ou légaux contre les comportements autodestructeurs (comme l'automutilation ou le suicide) (p. ex., 'C'est un pécher' ou 'C'est illégal') ☐ Exprime du scepticisme ou de l'incrédulité (l'aidant montre qu'il ne croit pas la personne accompagnée) (p. ex., accuse la personne accompagnée de parler de comportements autodestructeurs pour attirer l'attention) ☐ Encourage la personne accompagnée à ne parler à personne des risques de danger sur elle-même (automutilation, suicide) ou sur les autres (violences envers autrui)	☐ Pose des questions sur le mal causé à soit-même ou le mal causé aux autres, ou, explore ces sujets si la personne accompagnée les évoque ☐ Pose des questions sur les intentions actuelles, les moyens, ou les tentatives antérieures ☐ Pose des questions sur les facteurs de risque ou de ☐ <i>Aucune de ces réponses</i>	
Cochez le niveau qui s'applique le mieux (un seul niveau doit être coché)		
☐ Niveau 1 <i>un ou plusieurs comportements d'aucune aide</i>	☐ Niveau 2 <i>aucune compétence de base ou certaines mais pas toutes</i>	☐ Niveau 3 <i>toutes les compétences base</i>
Notes:		

7. COMPÉTENCES DE L'ANIMATEUR PRINCIPAL

Cochez tous les comportements qui sont démontrés dans chaque catégorie.		
Comportements d'aucune aide ou potentiellement nuisible	Compétences de base pour aider	
☐ Ne réalise pas toutes les actions détaillées dans les instructions de la séance (p. ex., n'affiche pas une image, ne contrôle pas le temps lors des discussions) ☐ Omet des parties importantes des scripts écrits ou les reformule de manière inexacte ☐ Le style de lecture n'est pas engageant (p. ex., ton monotone, ne lève pas les yeux en lisant)	☐ Suit avec précision toutes les instructions de la séance ☐ Transmet toutes les informations importantes d'un script ☐ Lit les scripts écrits de manière engageante (p. ex., avec un ton expressif, levant les yeux et établissant un contact visuel approprié) ☐ <i>Aucune de ces réponses</i>	
Cochez le niveau qui s'applique le mieux (un seul niveau doit être coché)		
☐ Niveau 1 <i>un ou plusieurs comportements d'aucune aide</i>	☐ Niveau 2 <i>aucune compétence de base ou certaines mais pas toutes</i>	☐ Niveau 3 <i>toutes les compétences base</i>
Notes:		

8. COMPÉTENCES DU CO-ANIMATEUR

Cochez tous les comportements qui sont démontrés dans chaque catégorie.		
Comportements d'aucune aide ou potentiellement nuisible	Compétences de base pour aider	
☐ N'assiste pas une personne qui demande de l'aide ou qui rencontre des difficultés pendant que l'audio est diffusé ☐ Ne réagit pas ou ne gère pas les perturbations pendant que l'audio est diffusé ☐ Intervient lorsqu'il n'est pas nécessaire (p. ex., pousse un participant à rejoindre une activité)	☐ Reste attentif à toute personne qui pourrait avoir besoin ou demander une assistance individuelle pendant que l'audio est diffusé (p. ex., balaie la salle du regard, garde les yeux ouverts pendant les exercices) ☐ Réagit rapidement à toute perturbation, demande d'aide ou question ☐ S'abstient d'intervenir lorsqu'il n'est pas nécessaire (p. ex., si un participant choisit de ne pas participer à une activité ou semble distrait mais sans être perturbateur) ☐ <i>Aucune de ces réponses</i>	
Cochez le niveau qui s'applique le mieux (un seul niveau doit être coché)		
☐ Niveau 1 <i>un ou plusieurs comportements d'aucune aide</i>	☐ Niveau 2 <i>aucune compétence de base ou certaines mais pas toutes</i>	☐ Niveau 3 <i>toutes les compétences base</i>
Notes:		

9. COMPÉTENCES COMMUNES (POUR L'ANIMATEUR PRINCIPAL ET LE CO-ANIMATEUR)

Cochez tous les comportements qui sont démontrés dans chaque catégorie.		
Comportements d'aucune aide ou potentiellement nuisible	Compétences de base pour aider	
☐ Ne semble pas attentif pendant que l'audio est diffusé (p. ex., regarde vers le bas, ne regarde pas autour de la salle pour repérer les personnes ayant besoin d'aide) ☐ Donne des informations incorrectes en répondant aux questions ☐ Donne des informations détaillées au lieu d'encouragements et de soutien	☐ Semble attentif et engagé pendant que l'audio est diffusé ☐ Répond avec exactitude aux questions ☐ Fournit des encouragements plutôt que des explications détaillées ☐ <i>Aucune de ces réponses</i>	
Cochez le niveau qui s'applique le mieux (un seul niveau doit être coché)		
☐ Niveau 1 <i>un ou plusieurs comportements d'aucune aide</i>	☐ Niveau 2 <i>aucune compétence de base ou certaines mais pas toutes</i>	☐ Niveau 3 <i>toutes les compétences base</i>
Notes:		