



Kriterijai tinkamiausiai konsultavimo technikos mokymų programai - depresijos nemedikamentinės prevencijos plėtra

Aneta Buraitytė
Barbora Butkutė

2018, Vilnius

Tikslas. 1) Suteikti kompetencijas visuomenės, sveikatos ir socialinių mokslų specialistams, kad jie galėtų vykdyti depresijos prevenciją padėdami asmenims įveikti nesunkius ir dažnai pasitaikančius emocinius sunkumus. 2) Suteikti kompetencija KET specialistams teikti supervizijas programoje paruoštiems specialistams.

Rezultatas. 1) Rezultatai plačiau išdėstomi skiltyje „Įgyjamos kompetencijos“. Programą sėkmingai baigę specialistai geba taikyti kognityviosios elgesio psichoterapijos principais grįstas konsultavimo technikas, trunkančias nuo 2 iki 12 susitikimų, asmenims, kurie susiduria su lengvais ir dažnai pasitaikančiais emociniais sutrikimais, kurie vėliau gali vesti prie depresijos. Apmokyti specialistai geba identifikuoti, kada jie gali teikti minėtas paslaugas, o kada turėtų asmeniui rekomenduoti kreiptis profesionalesnės psichologinės ar psichiatrinės pagalbos. 2) KET specialistai geba teikti supervizijas asmenims, kurie mokosi paruoštoje programoje.

Pagrindimas. Moksliniai tyrimai rodo, kad 50% nusižudžiusiųjų savižudybės metu sirgo depresija. Vienas iš esminių vyriausybės prioritetų yra sumažinti savižudybių skaičių, tad šiam tikslui pasiekti būtina užkirsti kelią depresijai. Kognityviosios elgesio psichoterapijos principais grįstos konsultavimo technikos Anglijoje ir Australijoje pasiekė neįtikėtinus atsistatymo rodiklius – 50%-80% asmenų, kurie susidūrė su emociniais sutrikimais, galimai progresuojančiais į depresiją, atsistatė į normalią būklę (recovery). Svarbu, kad šios paslaugos būtų itin prieinamos – trumpas laukimo laikas, nestigmatizuojanti aplinka. 1) Todėl svarbu paruošti kuo daugiau specialistų, kurie ypač regioninėse vietovėse gerai pažįsta vietines bendruomenes. Būtent todėl programoje gali dalyvauti ir paslaugas teikti visuomenės, sveikatos ir socialinių mokslų specialistai, kurie kasdien dirba su žmonėmis. 2) Kadangi būsimi specialistai neturės psichologijos ar psichiatrijos išsilavinimo, itin svarbios kokybiškos supervizijos. Todėl atskiras mokymosi modulis turi būti paruoštas būtent supervizuojantiems specialistams.

Paskirtis. 1) Paruošti specialistus, gebančius taikyti kognityviosios elgesio psichoterapijos principais grįstas konsultavimo technikas, trunkančias nuo 2 iki 12 susitikimų, asmenims, kurie susiduria su lengvais ir dažnai pasitaikančiais emociniais sutrikimais, kurie vėliau gali vesti prie depresijos. 2) Paruošti patyrusius specialistus, gebančius teikti supervizijas pirmame punkte minėtiems specialistams.

Kvalifikaciniai ir kiekybiniai reikalavimai dėstytojams – programos teikėjai turi užtikrinti, kad darbuotojai turės pakankamas kompetencijas palaikyti reikiamą programos kokybę ir sėkmingą besimokančiųjų progresą. Santykis tarp mokančiųjų ir besimokančiųjų turėtų būti 1:10. Programa turi turėti savo vadovą, kuris turės ir gebės parodyti puikų supratimą apie būsimą paslaugų teikimo modelį ir apie kognityviosios elgesio psichoterapijos principais grįstas konsultavimo technikas. Programos vadovas turi turėti pakankamai vadybinio darbo patirties.

MATERIALIEJI IŠTEKLIAI

- mokymosi medžiaga - tekstai ir žurnalai, prieinami spausdintu ar elektroniniu formatu;
- tinkami IT bei audio-vizualiniai įrenginiai (norint įrašyti žaidimus vaidmenimis, kompetencijų tikrinimus).

Papildoma medžiaga

Standartizuoti besimokančiųjų įvertinimo įrankiai;
Praktikos rezultatų portfelis;
Standartizuoti scenarijai žaidimui vaidmenimis;
Standartizuoti specialistų atrankos įrankiai (scenarijai žaidimui vaidmenimis, klausimai, kriterijai);
Dalomoji medžiaga klientams – namų darbai, skaitiniai ir kita;
Vadovėlis besimokantiejiems, dalomoji medžiaga;
Klausimynai kliento būklei įvertinti;
Gairės ir dalomoji medžiaga supervizoriams
Filmuota medžiaga*

*Informacija ir praktinės užduotys gali būti pateikiamos įvairiai: paskaitomis gyvai, įrašytomis į skaitmenines laikmenas ar prisijungiant internetu, video konferencijomis, seminarais, diskusijų grupėmis, prižiūrimu skaitymu ir savarankišku mokymusi. Jei informacija yra pateikiama ne gyva, žodine, ar rašytine forma, programos savininkai turi užtikrinti, kad internetu ar elektroniniu būdu prieinama informacija būtų pateikta kokybiškai ir suprantamai, turėti tam reikalingus resursus – filmuota medžiaga.

Sudedamosios dalys

Konsultantams

25 dienos teorijos ir įgūdžių lavinimo;
20 dienų prižiūrimos praktikos;
80h tiesioginio konsultavimo;
20h atvejo vadybos supervizijų;
20h tiesioginio konsultavimo įgūdžių supervizijų.

Supervizoriams

3 dienos

Trukmė

Konsultantams

Bazinė informacija turėtų būti išdėstyta pirmąją savaitę, mokymų vietoje. Likusi mokymų dalis yra praeinama per 51 savaitę. Pagal angulus, besimokantieji konsultacijas patys pradeda teikti po 3 mėnesių, Australijoje po 6 savaitių.

Supervizoriams

Turinys

Konsultantams

Modulis 1 - Klientų, kuriems pasireiškia dažni emociniai sutrikimai, įtraukimas ir jų būklės įvertinimas;
Modulis 2 – Kognityviosios psichologijos principais grįstas, žemo intensyvumo konsultavimas dažniausiems emociniams sutrikimams;
Modulis 3 - Vertybės, įvairovė ir kontekstas

Supervizoriams

Mokymų formatas

Teorija ir įgūdžių lavinimas

Didžioji dalis mokymų turi būti atlikta žaidimo vaidmenimis forma.

Informacija ir praktinės užduotys gali būti pateikiamos įvairiai: paskaitomis gyvai, įrašytomis į skaitmenines laikmenas ar prisijungiant internetu, video konferencijomis, seminarais, diskusijų grupėmis, prižiūrimu skaitymu ir savarankišku mokymusi.

Prižiūrima praktika

Konsultantams

Patyrusio specialisto darbo stebėjimas ir observavimas, žaidimas vaidmenimis ir kliento būklės įvertinimo bei konsultacinių intervencijų praktikavimas su savo lygio ir/ar aukštesnio lygio specialistais, savarankiška praktika taikant intervencijas savo asmeninėms problemoms ir reflektuojant apie tai, probleminis mokymasis (directed problem-based learning). Atsiradus baziniams įgūdžiams, pradedamos taikyti žemo intensyvumo konsultavimo technikos klientams, atvejus nuosekliai aptariant su supervizoriais.

Papildoma medžiaga

Standartizuoti besimokančiųjų įvertinimo įrankiai;
Praktikos rezultatų portfelis;
Standartizuoti scenarijai žaidimui vaidmenimis;
Standartizuoti specialistų atrankos įrankiai (scenarijai žaidimui vaidmenimis, klausimai, kriterijai);
Dalomoji medžiaga klientams – namų darbai, skaitiniai ir kita;
Vadovėlis besimokantiesiems, dalomoji medžiaga;
Klausymynai kliento būklei įvertinti;
Gairės ir dalomoji medžiaga supervizoriams
Filmuota medžiaga*

*Informacija ir praktinės užduotys gali būti pateikiamos įvairiai: paskaitomis gyvai, įrašytomis į skaitmenines laikmenas ar prisijungiant internetu, video konferencijomis, seminarais, diskusijų grupėmis, prižiūrimu skaitymu ir savarankišku mokymusi. Jei informacija yra pateikiama ne gyva, žodine, ar rašytine forma, programos savininkai turi užtikrinti, kad internetu ar elektroniniu būdu prieinama informacija būtų pateikta kokybiškai ir suprantamai, turėti tam reikalingus resursus – filmuota medžiaga.

Modulis 1 - Klientų, kuriems pasireiškia dažni emociniai sutrikimai, įtraukimas ir jų būklės įvertinimas

Įgyjama:

- 1) Įgyjamos žinios ir kritinis supratimas apie emocinės ir psichinės sveikatos ir psichikos ligų sąvokas, psichinės sveikatos diagnostinių kategorijų sistemas ir įvairius socialinius, medicininius ir psichologinius aiškinamuosius modelius;
- 2) Įgyjamos žinios ir kompetencija taikyti principus, tikslus ir skirtingus vertinimus, atliekamus klientams su dažniais emociniais sutrikimais.
- 3) Įgyjamos žinios ir kompetencija apie bendrųjų veiksnių naudojimą, įtraukiant klientus, turinčius dažnai pasitaikančių emocinių sutrikimų, į informacijos rinkimą ir konsultanto-kliento aljansinio ryšio kūrimą. Išmokstama valdyti emocinį sesijų krūvį ir suvokti kliento perspektyvą ir pasaulėžiūrą.
- 4) Įgyjamos žinios ir kompetencija kaip, klientą išlaikant dėmesio centre, priėti prie bendros ir glaustos definicijos, kuri apibūdintų pagrindines kliento emocinės ir psichinės sveikatos problemas ir jų poveikį paciento kasdienos gyvenimui.
- 5) Įgyjamos žinios ir kompetencija kaip, vadovaujantis į klientą orientuotu interviu, pastebėti simptomų modelius atitinkančius emocinės ir psichikos sveikatos sutrikimų įvertinimo ir diagnostines kategorijas.
- 6) Įgyjamos žinios ir kompetencija tiksliai nustatyti riziką klientui ir aplinkiniams.
- 7) Įgyjamos žinios ir kompetencija kaip naudoti standartizuotus kliento būklės įvertinimo įrankius, įskaitant simptominius ir kitus psichometrinius įrankius, padedančius nustatyti problemas ir jų definicijas ir, atsižvelgiant į tai, priimti sprendimus.
- 8) Įgyjamos žinios, supratimas ir kompetencija kaip naudoti elgesio keitimo modelius norint nustatyti konsultavimo tikslus ir tinkamiausią konsultavimo techniką.
- 9) Įgyjamos žinios ir kompetencija kaip teikti informaciją, apie įrodymais grįstas konsultavimo technikas ir konsultavimo būdus, ir kaip priimti bendrą sprendimą kartu su klientu.
- 10) Įgyjamos žinios ir kompetencija kaip tiksliai administruoti interviu ir kliento būklės klausimynus, naudojant popierines ir elektronines administravimo sistemas.

Vertinama:

- 1) Standartizuoti žaidimo vaidmenis scenarijai, kurių metu besimokantieji turi pademonstruoti išmanantys 1) triažą ir 2) į problemą orientuotą kliento būklės įvertinimą. Tai gali būti vienas scenarijus abiem tikslams arba du trumpi scenarijai atskirai. Pastarųjų atlikimas filmuojamas ir vėliau įvertinimas mokymų specialistų, naudojant standartizuotus besimokančiųjų įvertinimo įrankius.
- 2) Akademinės užduotys: besimokantieji taip pat turi sugebėti pateikti refleksinį komentarą apie anksčiau minėto pratimo atlikimą. Galimos alternatyvios užduotys: egzaminas, esė ar atvejo ataskaita.
- 3) Sėkmingas toliau seksiančių praktikos rezultatų, pasiekimas (vertinamas taikant praktikos rezultatų portfelį):
 - Parodyti kompetenciją atliekant ir įrašant įvairius atsiskaitymų formatus. Triažo ir į problemą orientuotas įvertinimo atsiskaitymai turi būti privalomai įtraukti.
 - Atsiskaitymo metu parodyti patirtį ir kompetenciją pristatant problemas/sutrikimus problemų deskriptoriaus diapozone, būtina įtraukiant galimu depresijos požymius.
 - Parodyti bendrųjų veiksnių kompetenciją, reikalingą norint įtraukti klientus į skirtingus būklės įvertinimo formatus.

Modulis 2 – Kognityviosios psichologijos principais grįstas, žemo intensyvumo konsultavimas dažniausiems emociniams sutrikimams

Igyjama:

- 1) Išmokstama įvertinti kuri, įrodymais grįsta konsultavimo technika ir strategijos, labiausiai tiktų klientui, norint jam padėti suvaldyti savo emocinius išgyvenimus ir trukdžius.
- 2) Igyjamos žinios ir kompetencija kaip kurti ir palaikyti ryšį su klientu paslaugų teikimo metu ir kaip elgtis, iškilus grėsmėms ar įvykiams kažkam, kas galėtų pakenkti tokiam ryšiu.
- 3) Igyjama kompetencija kaip planuoti bendradarbiavimu grįstą, dažnų emocinių sutrikimų žemo intensyvumo konsultavimo technikos programą, įskaitant kontakto užbaigimą,
- 4) Igyjamas giluminis suvokimas ir kompetencija kaip naudoti žemo intensyvumo, įrodymais grįstas, konsultavimo technikas skirtas dažniems emociniams sutrikimams.
- 5) Igyjamas suvokimas ir kompetencija kaip naudoti elgesio keitimo modelius ir strategijas, teikiant žemo intensyvumo konsultavimo technikas.
- 6) Išmokstama įvertinti atvejo vadybos ir pakopinio gydymo metodus, suvaldant dažniausius emocinius sutrikimus pradiname lygmenyje, įskaitant rizikų valdymą pagal paslaugų teikimo tvarkos aprašus.
- 7) Igyjamos žinios ir kompetencija, kaip patarti ar nepatarti apie vaistų optimizavimą, norint sumažinti šalutinį poveikį klientams, kurie susidurdami su dažniausiais emociniais sutrikimais vartoja vaistus.
- 8) Igyjama kompetencija teikti žemo intensyvumo konsultavimo paslaugas, naudojant skirtingų metodų, įskaitant susitikimus gyvai, telefonu ar elektroniniu būdu.

Vertinama:

- 1) Video formatu įrašytas standartizuotas scenarijus žaidimui vaidmenimis arba audio ar video įrašas, nufilmuotas tikros konsultacijos su klientu metu. Besimokantysis turi parodyti gebėjimą planuoti ir įgyvendinti žemo intensyvumo konsultacijų programą. Įrašas ar scenarijus bus įvertinimas mokymų specialistų, naudojant standartizuotus besimokančiųjų įvertinimo įrankius. NB: arba šiam, arba modulio 3 kliento būklės įvertinimui (gali būti abiemis, bet bent jau vienam) konsultacija turi būti atlikta gyvai su klientu ir įrašyta.
- 2) Akademinės užduotys: besimokantieji taip pat turi sugebėti pateikti refleksinį komentarą apie anksčiau minėto pratimo atlikimą. Galimos alternatyvios užduotys: egzaminas, esė ar atvejo ataskaita.
- 3) Sėkmingas toliau seksiančių praktikos rezultatų, pasiekimas (vertinamas taikant praktikos rezultatų portfelį):
 - Atsiskaitymo metu parodyti patirtį ir kompetenciją pasirinkti tinkamiausią, įrodymais grįstą konsultavimo techniką, skirtingiems emociniams sutrikimams, būtinai įtraukiant galimus depresijos požymius;
 - Parodyti gebėjimus naudoti bendrųjų faktorių kompetencijas suvaldant emocinę įtampą ir išlaikant kliento-specialisto aljansinį ryšį, užtikrinant pagalbą klientui žemo intensyvumo konsultacijų programos metu;
 - Parodyti gebėjimus vesti aukštos kokybės klientų bylas ir sistemaiškai įvertinti konsultacinių intervencijų procesus ir rezultatus, pritaikant paslaugas atsižvelgus į atliktą įvertinimą.

Modulis 3 - Vertybės, įvairovė ir kontekstas

Įgyjama:

- 1) Įgyjamos žinios ir pasiryžimas laikytis nediskriminuojančių, į kliento būklės atstatymą orientuotų, vertybių ir išugdomas požiūris, jog visi turi lygias galimybes, skatinant klientus aktyviai dalyvauti kiekviename priežiūros ir gydymo etape.
- 2) Išsiugdoma pagarba įvairiems klientų skirtumams tarp amžiaus, orientacijos, neįgalumo, socialinės lyties, religinių pažiūrų, rasės ir kultūros.
- 3) Įgyjamos žinios ir kompetencija kaip reaguoti į žmonių poreikius jautriai, atsižvelgti į skirtumus tarp darbo su senyvo amžiaus žmonėmis ar darbu su vertėju ir visada atsižvelgti į fizinius ir sensorinius barjerus, kuriuos paslaugų gavėjai turi praeiti, norėdami gauti paslaugą.
- 4) Įgyjamas supratingumas ir suvokimas apie galios vektoriaus problemas konsultanto-kliento ryšyje.
- 5) Įgyjama kompetencija našiai ir saugiai susidoroti su augančiu bylų kiekiu.
- 6) Įgyjamos žinios ir kompetencija naudotis supervizijomis, padedant darbuotojams teikti žemo intensyvumo konsultavimo būdus dažniems emociniams sutrikimams.
- 7) Įgyjamos žinios ir kompetencija rinkti į pacientą orientuotą informaciją apie įsidarbinimo poreikius, gerbūvį, socialinį įsitraukimą ir, esant poreikiui, bendradarbiauti su kompetentingomis institucijomis, teikti įsidarbinimo, socialines ir kitas paslaugas bei patarimus.
- 8) Išmokstama vertinti savo kompetenciją ir savo kompetencijos ribas ir išsiugdomas supratimas, kaip dirbti komandoje ir su kitomis institucijomis, įsisažmoninant specifines funkcijas, kurių konsultantas negali atlikti vienas.
- 9) Įgyjamas aiškus suvokimas, kas yra aukšto intensyvumo psichologinės intervencijos ir kuo jos skiriasi nuo žemo intensyvumo konsultavimo paslaugų.

Vertinama:

- 1) Tiesioginio konsultavimo planavimo scenarijus, realus kliento būklės įvertinimas, konsultacijos suteikimo atvejis ar kitos panašios užduotys, kurių metus besimokantysis parodo žinias ir kompetenciją dirbti su vienu asmeniu ar grupe žmonių su skirtingais poreikiais, atsižvelgiant į tai, kokiai grupei jie priklauso. Tai galima įvertinti atvejo aprašymu, oraliniu egzaminu, įrašyta audio medžiaga ar kitais, šiai užduočiai atlikti tinkamais būdais. NB: arba šiam, arba modulius 2 kliento būklės įvertinimui (gali būti abiemis, bet bent jau vienam) konsultacija turi būti atlikta gyvai su klientu ir įrašyta.
- 2) Atvejo ataskaita, refleksinis komentaras, esė ar egzaminas, kuriuose besimokantysis parodo savo žinias ir kompetenciją naudotis atvejo vadybos ir tiesioginio konsultavimo įvertinimo supervizijomis. Jei realus paslaugos teikimo atvejis buvo naudojamas tiesioginio konsultavimo įvertinimo supervizijos metu, ši užduotis taip pat galėtų įtraukti refleksyvaus komentaro rašymą apie tai, kaip supervizija padėjo dirbti su klientu.
- 3) Sėkmingas toliau seksiančių praktikos rezultatų, pasiekimas (vertinamas taikant praktikos rezultatų portfelį):
 - Parodyti gebėjimus įtraukti į įvertinimo ir konsultacijos procesus asmenis, iš skirtingų demografinių, socialinių, kultūrinių ir ekonominių kontekstų. Tai galėtų būti parodoma praktika, dirbant su, pavyzdžiui, senyvo amžiaus žmonėmis, dirbant su vertėju ar adaptuojant savo konsultavimo techniką asmenims, kurių raštingumo lygis yra žemesnis, nei vidutinis.
 - Parodyti gebėjimus efektyviai dirbti su augančiu atvejų skaičiumi, užtikrinant, kad reikiami atvejai nukreipiami į aukštesnio lygio ar kitos srities specialistus.
 - Parodyti gebėjimus efektyviai panaudoti supervizijas: a) atvejo vadybai; b) tiesioginio konsultavimo įgūdžių stiprinimui. Tai turėtų atsispindėti: a) atvejo vadybos supervizijos ataskaitoje, parodant gebėjimus peržiūrėti atvejų apkrovą, su klientu pasiekti susitartą slenkstį/ataskaitos tašką ir pateikti išsamią, bet glaustą, atvejo bylos medžiagą; b) ataskaita apie tiesioginio konsultavimo įgūdžių supervizijas, įtraukiant detales apie užduotus klausimus, mokymąsi ir įgyvendinimą praktikoje.