

Lista de Observación de Fidelidad – Tomando Control de su Salud (Capacitación para Líderes)

Por favor evalúe la capacitación de líderes con el siguiente criterio y marque la columna que mejor corresponde a su respuesta:

Nombre del Entrenador: _____ **Fecha:** _____

Lugar de la sesión: _____

Día/Hora observada: _____ **Nombre del observador:** _____

Lista de observación					
	Excelente	Bien	Regular	Pobre	N/A
	Si		No		N/A
Llegó a tiempo para preparar e iniciar a tiempo, y estaba preparado para dirigir la sesión con los materiales apropiados. Materiales incluye: gafetes, gorros (o alternativa), caballetes y marcadores (o pizarrón blanco), reloj, agenda impresa, lista de participantes, manual del líder, libros, plumas					
Tiene disponible y expuestas las cartulinas apropiadas. Cada sesión muestre la cartulina # 3, 5, 6, 7, 8, y la agenda de la sesión Día 1 cartulinas 1 al 11 Día 2 cartulinas 7-8, 13-14 Día 3 cartulinas 12, 15-26 Día 4 cartulinas 2-26, y la cartulina de la sesión 1					
Siguió el contenido y proceso del manual del Entrenador					
Uso apropiadamente “con gorro/sin gorro”. Da explicaciones claras.					
Modeló las actividades de la sesión correctamente					
Trabajó en equipo con el otro Entrenador					
Se apegó a los límites de tiempo					
Limitó las anécdotas personales que pueden trastornar el tiempo y desviar el programa establecido					
Usó adecuadamente técnicas de lluvia de ideas (repitió el comentario, usó silencio, ofreció su propia respuesta sólo hasta el final de la actividad)					
Animó la participación del grupo					
Modeló correctamente cómo hacer propósitos					
Reforzó positivamente a los aprendices					

Continuación

Lista de observación					
Entrenador:	Excelente	Bien	Regular	Pobre	N/A
	Si		No		N/A
Manejó apropiadamente a las personas difíciles					
Salón adecuado: asientos, luz, temperatura, ADA, ruido y distracciones, habilidad de todos los aprendices de ver y escuchar adecuadamente					
En sección de repaso, explica el propósito de cada actividad					
Tiene la capacidad de explicar claramente y responder a las preguntas sobre el contenido y la base del programa de Stanford de autoayuda, y el requerimiento de asegurar que el programa es ofrecido con fidelidad					
Cada sesión permite tiempo para preguntas, y para compartir información sobre la coordinación de programas locales (ver lista completa en el anexo al día 4)					

Comentarios:

Firma del Observador _____

Lista de Observación de Fidelidad – Tomando Control de su Salud (Capacitación para líderes) Anexo al Día 1 – Mañana

Lista de observación					
Entrenador:	Excelente	Bien	Regular	Pobre	N/A
Día 1- Mañana	Si		No		N/A
Modelar Durante introducciones, modela correctamente como dar su nombre, puesto, y una cosa interesante sobre si mismo					
Pide a los aprendices que se presenten, digan qué los motivó al entrenamiento, y una cosa interesante sobre sí mismos.					
Explica claramente la historia, creencias y el proceso del programa, y los métodos para mejorar la autoeficacia <ul style="list-style-type: none"> • establecer metas y hacerse propósitos • modelar • reinterpretación de síntomas • persuasión 					
Enfatiza la estandarización del programa y el requerimiento de que sea presentado como está escrito sin hacer cambios					
Explica claramente el procedimiento “con gorro/sin gorro” (u otra alternativa visible) y cómo se utiliza					
Modela correctamente la introducción a la sesión 1; enlistando brevemente 2 o 3 problemas					
Describe la alimentación saludable como hacer cambios pequeños en la alimentación, sin hacer dieta					
Reparte el diario de alimentación y actividad física					
Explica claramente y con detalle la lluvia de ideas.					

Comentarios:

Firma del Observador _____

Lista de Observación de Fidelidad – Tomando Control de su Salud (Capacitación para líderes) Anexo al Día 1 – Tarde

Lista de observación					
Entrenador:	Excelente	Bien	Regular	Pobre	N/A
	Si		No		N/A
Explica la fórmula para un menú saludable de acuerdo al manual y cartulinas					
Dibuja el plato saludable en el pizarrón					
Los entrenadores tienen propósitos distintos preparados con anticipación y modelan correctamente: <ul style="list-style-type: none"> • relacionados a un comportamiento • alcanzable y realista • específico a una acción • no todos los días • explica correctamente el grado de seguridad y la razón por el que debe ser 7 o más 					
Modela correctamente cómo guiar a los aprendices en el desarrollo de sus propósitos <ul style="list-style-type: none"> • usa la cartulina para señalar los pasos a medida que los aprendices comparten sus propósitos • señala el uso de las palabras “voy a” si el aprendiz usa pienso, quiero, debo, trataré • ayuda a identificar barreras si el grado de seguridad es menor de 7 • pide sugerencias al grupo en vez de a los líderes 					
Prepara con anticipación el casete, avanzándolo hasta la parte indicada					
Practica con los participantes tres ejercicios de respiración profunda antes de iniciar el ejercicio					
Prepara con anticipación las hojas con las asignaciones para la práctica de enseñanza					
Explica claramente el propósito e instrucciones de la actividad					

Comentarios:

Firma del Observador _____

Lista de Observación de Fidelidad – Tomando Control de su Salud (Capacitación para líderes) Anexo al Día 2 – Mañana

Lista de observación					
Entrenador:	Excelente	Bien	Regular	Pobre	N/A
	Si		No		N/A
Solicita preguntas y da aclaraciones correctas					
Explica claramente el propósito y la importancia de la retroalimentación y el proceso de resolución de problemas					
Halaga el ajuste/modificación apropiada de los propósitos					
Si no se alcanza el propósito, pregunta si desea ayuda del grupo. Modela pasos para resolver problemas					
Mantiene el ejercicio de resolución de problemas conciso <ul style="list-style-type: none"> • declaración del problema • pide un máximo de 3 ideas • dice qué idea elije 					
Explica claramente el ciclo de los síntomas y las estrategias cognoscitivas					
Lea el ejercicio del “limón” sin prisa – clara y lentamente con pausas apropiadas					
Usa el casete/CD o lee el ejercicio de relajación (use el opuesto con Imágenes Guiadas para demostrar ambos métodos)					
Crea un ambiente adecuado al ejercicio de relajación					
Explica las opciones si el participante se niega al ejercicio de relajación					
Muestra correctamente la técnica de respiración diafragmática					
Revisa que los aprendices realice el ejercicio de respiración correctamente					

Comentarios:

Firma del Observador _____

Lista de Observación de Fidelidad – Tomando Control de su Salud (Capacitación para líderes) Anexo al Día 2 – Tarde

Lista de observación					
Entrenador:	Excelente	Bien	Regular	Pobre	N/A
	Si		No		N/A
Prepares las hojas de práctica de enseñanza para cada aprendiz					
Explica el propósito de la prácticas de enseñanza					
Explica claramente el propósito de la actividad de práctica de enseñanza y sus expectativas <ul style="list-style-type: none"> • cartulinas • dividan la actividad pero estén preparados para la actividad entera • seguir el manual • límite de tiempo • rol del co-aprendiz durante la actividad • hojas de evaluación 					
Explica la observación de: <ul style="list-style-type: none"> • adherencia al contenido y proceso • modelar eficazmente • uso de resolución de problemas manejo de problemas					
Nombra una persona para llevar el tiempo					
Explica el rol de los demás aprendices					
Separa al grupo si es necesario, debido al tamaño					
Ofrece retroalimentación constructiva y completa la hoja. Comparte la hoja si se lo piden.					
Si el entrenador tiene inquietudes sobre la primera práctica de enseñanza de un aprendiz, el entrenador busca formas de tratar esto con el aprendiz (p.e. comentario personal, contacto por teléfono). Esto le da al aprendiz la oportunidad de corregir/cambiar el área de inquietud para así llevar a cabo el programa eficazmente.					

Comentarios:

Firma del Observador _____

Lista de Observación de Fidelidad – Tomando Control de su Salud (Capacitación para líderes) Anexo al Día 3 – Mañana

Lista de observación					
Entrenador:	Excelente	Bien	Regular	Pobre	N/A
	Si		No		N/A
Solicita preguntas y da explicaciones adecuadas					
Describe las actividades que serán cubiertas ese día					
Tiene preparada una variedad de etiquetas de alimentos					
Define claramente la diferencia entre organizaciones del cuidado de la salud y los proveedores del cuidado de la salud					
Hace notar la necesidad de tratamiento profesional para la depresión severa					
Usa el ciclo de los síntomas para describir el impacto y el desarrollo de la depresión en los diferentes puntos en el ciclo.					
Permite tiempo para que los aprendices sugieran cambios a las declaraciones negativas					
Tiene pensamientos negativos preparados si se necesitan					
Explica claramente la diferencia entre el pensamiento positivo como una estrategia cognoscitiva para cambiar el pensamiento, y la distracción como una actividad que mantiene nuestras mentes sin pensar en los síntomas					

Comentarios:

Firma del Observador _____

Lista de Observación de Fidelidad – Tomando Control de su Salud (Capacitación para líderes) Anexo al Día 3 – Tarde

Lista de observaciones					
Entrenador:	Excelente	Bien	Regular	Pobre	N/A
	Si		No		N/A
Explica claramente los mensajes “yo”					
Presenta información sobre dónde encontrar las Directivas Anticipadas, y muestra el capítulo en el libro que tiene mayor información					
Explica claramente los fundamentos del ejercicio de resistencia					
Muestra correctamente el ejercicio con un entrenador de pie y uno sentado (con baile o simulando una orquesta)					
Incluye la información en itálicas sobre los medicamentos					
Señala que no se permite hablar mal de los médicos y que no se permite usar nombres					

Comentarios:

Firma del Observador _____

Lista de Observación de Fidelidad – Tomando Control de su Salud (Capacitación para líderes) Anexo al Día 4 – Mañana

Entrenador:	Excelente	Bien	Regular	Pobre	N/A
	Si		No		N/A
Explica a los aprendices que durante la actividad sobre alternativas de tratamiento, los participantes pueden tratar de animar a los demás a probar tratamientos específicos. Esto no es permitido durante la sesión y los líderes pueden sugerir que estos comentarios se lleven a cabo solamente durante el descanso.					
Recuerda a los aprendices que los participantes no tienen permiso de vender o compartir productos, y que los líderes deben prohibirlo rápidamente si ocurre.					
Usa el casete/CD o lee las Imágenes Guiadas (utiliza el método opuesto con el ejercicio de relajación para mostrar ambos métodos)					
Explica el uso del guión alternativo de la Imágenes Guiadas en el manual y enfatiza el no usar otros escenarios que no sean parte del programa de Stanford					
Tiene disponible la cartulina de la sesión 1 e identifica las diferencias en los problemas ahora enlistados					
Tiene preparado cuatro juegos completos de “Manejando Situaciones Difíciles”					
Explica claramente el objetivo del ejercicio					
Explica claramente el rol de los líderes y los participantes en representar los papeles asignados, y el rol del grupo observador					
Divide al grupo en dos, sentados en un círculo interior y un círculo exterior					
Les da tiempo a los líderes para coordinar y prepararse					
Limita la actividad a 5 minutos					
Repite la actividad si el tiempo lo permite					
Pregunta al grupo qué aprendieron					
Señala el apéndice III en el manual					
Prácticas de enseñanza se pueden realizar parcialmente en la mañana y terminar después del almuerzo					
Explica el propósito de las prácticas de enseñanza					
Prepara las hojas de retroalimentación sobre las prácticas de enseñanza para cada aprendiz					

Continuación

Lista de observación					
Entrenador:	Excelente	Bien	Regular	Pobre	N/A
Día 4 – Mañana	Si		No		N/A
Explica la observación de: <ul style="list-style-type: none"> • adherencia al contenido y proceso • modelar eficazmente • uso de resolución de problemas • manejo de problemas 					
Nombra una persona para llevar el tiempo					
Explica el rol de los demás aprendices					
Separa al grupo si es necesario, debido al tamaño					
Ofrece retroalimentación constructiva y completa la hoja. Comparte la hoja si se lo piden.					

Comentarios:

Firma del Observador _____

Lista de Observación de Fidelidad – Tomando Control de su Salud (Capacitación para líderes) Anexo al Día 4 – Tarde

Lista de observación					
Entrenador:	Excelente	Bien	Regular	Pobre	N/A
	Si		No		N/A
Prácticas de enseñanza se pueden realizar parcialmente en la mañana y terminar después del almuerzo					
Prepara con anticipación las hojas con las asignaciones para la práctica de enseñanza					
Explica claramente el propósito e instrucciones de la actividad					
Explica la observación de: <ul style="list-style-type: none"> • adherencia al contenido y proceso • modelar eficazmente • uso de resolución de problemas • manejo de problemas 					
Nombra una persona para llevar el tiempo					
Explica el rol de los demás aprendices					
Separa al grupo si es necesario, debido al tamaño					
Ofrece retroalimentación constructiva y completa la hoja. Comparte la hoja si se lo piden.					
Felicita a todos					
Pide a los aprendices que escriban 2 temores que ellos creen que puedan pasar al enseñar la clase					
Pide a los aprendices que compartan uno de sus temores, discute y trata su temor.					
Escribe en el pizarrón cualquier solución generada en una lluvia de ideas					
Explica “Planeando para el Futuro”, notando que en el programa el repaso es sobre las seis semanas (aunque este repaso sea sobre los días del entrenamiento)					

Continuación

<p>Coordinador local explica:</p> <ul style="list-style-type: none"> • detalles específicos sobre el programa • responsabilidades • elección de sitios • publicidad y reclutamiento • inscripción y cuotas, si existen • cómo se asignan clases y la autorización de nuevos líderes después del primer programa • materiales • papelería (información del participante, resumen del programa y la importancia de reunir estas hojas) • lista de contacto del Estado • foro y contactos a nivel Estatal 			
Distribuye y recopila evaluaciones			
Reparte los certificados de participación			
Ofrece agradecimientos y felicitaciones			
Si el entrenador tiene dudas sobre la habilidad de un aprendiz de co-facilitar programas, las dudas son documentadas y comentadas con el coordinador local del programa			

Comentarios:

Firma del Observador _____