

लक्ष्यमा आधारित परिणाम संयन्त्र (Goal-Based Outcome Tool)

मार्गनिर्देशिका

Dr Duncan Law

*“लक्ष्य निर्धारण गर्नाले तपाईंले कहाँ पुग्नु पर्ने छ,
तपाईं के गर्दै हुनुहुन्छ र तपाईंले अरु के के
कामहरु गर्न बाँकी छ भनि थाहा पाउन सकिन्छ ।”*

सेवाग्राही

नेपाली भाषानुवाद : सिर्जना अधिकारी

November 2022

Credit

Kindly translated by Sirjana Adhikari

Clinical Psychologist,
Child and Adolescent Psychiatry Unit,
Kanti Children's Hospital, Kathmandu,
Nepal



Creative Commons BY-NC-SA 4.0

ISBN 978-1-9160228-0-5

When referencing this document please cite as:
Duncan Law (2019) 'The goal-based outcome (GBO) tool:
guidance notes' MindMonkey Associates: London
Published February 2019
For further information visit: www.goals-in-therapy.com

परिचय

यस लक्ष्यमा आधारित परिणामहरू (Goal Based Outcomes) कुनै पनि सेवा प्रदान गरिसकेपछि यसको प्रगति र परिणामहरूलाई मापन गर्ने एक सामान्य र प्रभावकारी संयन्त्र हो। यो बालबालिका किशोरकिशोरी र तिनका परिवारहरू संग मानसिक स्वास्थ्य र भावनात्मक स्वास्थ्य (Emotional well-being) को बारेमा काम गर्दैगर्दा विकसित भएको हो तर यसलाई अन्य कुनै पनि परिस्थितिमा जहाँ परिवर्तनमा केन्द्रित अथवा लक्ष्यमा केन्द्रित भएर गरिने काम गरिन्छ, साथै बयस्क व्यक्तिको संलग्नतामा र शारीरिक स्वास्थ्यको क्षेत्रमा पनि प्रयोग गर्न सकिन्छ। यो संयन्त्रले कुनै पनि उपचार (Intervention) गर्दा मापन गर्नुपर्ने महत्वपूर्ण कुरालाई समावेश गर्न मद्दत गर्छ। (के तपाईंले प्राप्त गरेको सहयोग तपाईंले यथार्थमा प्राप्त गर्न चाहेको कुरासम्म पुग्न सहयोगी छ त ?

यहाँ "Young Person" भन्ने शब्द प्रयोग गरिएको छ, जसले कुनै पनि व्यक्ति बालबालिका, किशोरकिशोरी, अभिभावक, हेरचाह गर्ने व्यक्ति अथवा बयस्क जो तपाईंको सेवा लिन सम्पर्कमा आएको छ, भन्ने जनाउँछ।

यस पुस्तिकाले यो संयन्त्र प्रयोग गर्न आवश्यक जानकारीहरू छोटो र सरल तरिकामा दिएको छ। बिस्तृत जानकारीको लागि निम्न website मा हेर्न सक्नु हुन्छ।

www.goals-in-therapy.com

यो मार्गनिर्देशिका Law and Jacob (2015) and Law (2018) बाट साभार तथा अध्यावधिक गरिएको हो।

मार्गनिर्देशनका बुदाहरु

लक्ष्यमा आधारित परिणाम (Goal Based Outcomes) संयन्त्र

१. लक्ष्यमा आधारित परिणामहरु (Goal Based Outcomes) संयन्त्र कुनै पनि intervention को प्रगति र परिणामहरु मापन गर्ने एउटा सामान्य र प्रभावकारी प्रक्रिया हो ।
२. यसलाई परिवर्तन-केन्द्रित र लक्ष्य उन्मुख कुनै पनि क्षेत्रमा प्रयोग गर्न सकिन्छ ।
३. यसलाई हरेक सत्रमा भएको प्रगति अथवा परिणाम मापन गर्न प्रयोग गर्न सकिन्छ ।
४. GBO एउटा एस्तो संयन्त्र हो जसले तपाईं काम गरिरहेको व्यक्तिको लागि सबैभन्दा महत्वपूर्ण परिवर्तन मापन गर्दछ ।
५. यो संयन्त्र बेलायतमा बालबालिका तथा किशोरकिशोरीसंग काम गर्ने सिलसिलामा विकास गरिएको हो तर यसलाई विश्वब्यापी रूपमा सफलताका साथ प्रयोग गरिएको छ र बयस्क व्यक्ति संग र शारीरिक स्वास्थ्य को क्षेत्रमा पनि प्रयोग गरिएको छ ।

मार्गनिर्देशनका बुदाहरु

आकार निर्धारण र लक्ष्यहरु स्थापित गर्ने (Shaping and Setting Goal)

१. लक्ष्य निर्धारण डाक्टर/ मनोविद् / मनोपरामर्शदाता र सेवाग्राहीको सहभागितामा गर्नुपर्छ ।
२. लक्ष्य निर्धारण भईसके पछि लक्ष्य प्राप्त गर्न उपयुक्त कुनै पनि प्रमाणमा आधारित intervention प्रयोग गर्न सकिन्छ ।
३. सबभन्दा पहिले सम्भावित लक्ष्य पत्ता लगाउनु पर्छ र त्यसपछि मात्र intervention को योजना बनाउनुहोस ।
४. जब बयस्क व्यक्ति अथवा परिवारले सम्पूर्ण जानकारीहरु दिएपछि उद्देश्य/ लक्ष्य को बारेमा जानकारी गराउनु सहयोगी हुन्छ । “तपाईंले दिनुभएको जानकारीहरुले मलाई तपाईं किन यो सेवा लिन आउनु भएको रहेछ भन्ने कुरा बुझ्न मलाई वास्तवमै सहयोगी छन् । अब अर्को ,यसले भबिष्यमा तपाईंको आशा/आकांक्षा के छन् भनेर हामीलाई सोचन पनि सहयोग पुर्याउछ” ।
५. अब हुने छलफलले लक्ष्य निर्धारण गर्न सहयोग गर्छ ।
तपाईंले अहिलेसम्म मलाई भन्नु भए अनुसार तपाईं यस सेवा लिन आउनुको मुख्य उद्देश्य के हो ? यदि हामी एकदम सहयोगी तरिकाले संगै काम गरेको भए कहिले हामी हाम्रो भेटघाट बन्द गर्ने थियौं होला, त्यस समयसम्म के के कुरा अहिलेको भन्दा फरक अथवा परिवर्तन भैसकेको भए हुन्थ्यो भन्ने अपेक्षा गर्नुहुन्थ्यो?
६. जब कुनै लक्ष्यमा मन्जुरी हुन्छ, तब यसको सारांश बालबालिका/ किशोरकिशोरीको आफ्नै शब्द प्रयोग गरि एक वाक्यमा लेख्नु उपयुक्त हुन्छ ।

मार्गनिर्देशनका बुदाहरु

आकार निर्धारण र लक्ष्यहरु स्थापित गर्ने (Shaping and Setting Goal)

७. सहयोगी लक्ष्यहरु भविष्य केन्द्रित, सकारात्मक र यथार्थपरक हुने गर्दछन्।
८. लक्ष्यहरु निम्न कुरामा केन्द्रित हुन सक्छन्।
 - a. **परिवर्तन:** त्यस्तो लक्ष्य जुन कोहि व्यक्ति अहिलेको भन्दा फरक अथवा उनीहरुको जीवनमा परिवर्तन चाहन्छन्। प्राय लक्ष्यहरु परिवर्तन संग सम्बन्धित हुन्छन्।
 - b. **सिकाई:** आफ्ना सरोकारका बिषयमा विचारहरु लिने जसले समस्या समाधानमा सहयोग गर्नसक्छ।
 - c. **अन्वेषण वा बुझाई:** व्यक्तिले आफुले आफैलाई अझ बढी राम्रोसंग बुझ्ने चाहना अथवा म को हु भनेर चिन्ने कुरासंग केन्द्रित हुन्छ। यसले पनि परिवर्तन गर्न सहयोग पुर्याउछ तर यो उपचारको क्रममा पहिलो प्राथमिकता भने होइन।
९. निर्धारित लक्ष्य बालबालिका/किशोर किशोरी तथा अन्य व्यक्तिको लागि सुरक्षित छ भनि सुनिश्चित गर्नुहोस।
१०. कुनै तिनवटा सम्म लक्ष्य निर्धारण गर्नुहोस।
११. निर्धारित लक्ष्यहरु लक्ष्य रेकर्ड गर्ने पानामा लेख्नुहोस।

मार्गनिर्देशनका बुदाहरु

लक्ष्यहरु तुलना गर्ने (Rating Goals)

१. जव एकपटक लक्ष्यहरु निर्धारण भईसके पछिको अर्को चरण भनेको उक्त लक्ष्यलाई प्राथमिक अथवा आधारभुत rating गर्नु हो। त्यसको लागि तपाईं यस्तो केहि भन्न सक्नुहुन्छ जस्तै: “अहिले हामी तपाईंले काम गर्न चाहेको लक्ष्यमा काम गर्न मन्जुर भएका छौं। त्यसैले तपाईंको प्रत्येक लक्ष्यमा तपाईं अहिले कुन अवस्थामा हुनुहुन्छ भन्ने जानकारी दिनुभयो भने सहयोग हुनेछ। यसले हामीलाई काम कहाँ बाट सुरु गर्ने र तपाईंले पहिले नै के-के उपलब्धि हासिल गर्न सफल हुनु भएको छ र पछि उपचारको क्रममा तपाईं कति अगाडी बढ्नु भएको छ भनि मापन गर्न पनि हामीलाई सहयोग पुर्याउछ।”
२. उक्त समयमा तपाईं पूर्वनिर्धारित लक्ष्यतिरको प्रगतिलाई कति पटक/कहिले जस्तै: प्रत्येक सत्रमा, अथवा उपचार (intervention) को अन्तयमा आदि, पुनर्विचार गर्ने भनि निर्णय गर्न सक्नुहुन्छ।
३. तपाईं बालबालिका अथवा कीशोरकिशोरीलाई लक्ष्य rate गर्नको लागि यस्तै केहि भनि आमन्त्रण गर्न सक्नुहुन्छ:

“तपाईंको पहिलो लक्ष्यलाई लिउं: ० देखि १० को scale जहाँ १० भनेको तपाईंले राखेको उद्देश्य पूर्ण रुपमा प्राप्त भएको अवस्था हो र ० भनेको उद्देश्यमा प्रगति हुनको लागि तपाईंले कुनै सुरुवात नै गर्नुभएको छैन र ५ भनेको तपाईं लक्ष्य प्राप्तिको क्रममा ठिक मध्य अवस्थामा हुनुहुन्छ भन्ने जनाउछ। आज तपाईं लक्ष्यतिरको हालसम्मको/बिधमान प्रगतिको अवस्था लाई के rating गर्नुहुन्छ?”

मार्गनिर्देशनका बुदाहरु

लक्ष्यहरु तुलना गर्ने (Rating Goals)

- यसले बालबालिका/किशोरकिशोरीलाई सजिलो संग हेर्न मिल्ने visual scale बनाउन सहयोग गर्छ । यसको लागि GBO rating गर्ने पाना जहाँ संख्या हरु छन् अथवा कुनै कागज वा सेतोपाटिमा लेखेर पनि गर्न सकिन्छ ।
- कम उमेर समुहका बालबालिका हरु visual metaphor अथवा चित्रहरु जस्तै ०-१० सम्म लेखिएको भ्याड आदि मन पराउछन ।
- पहिलोपटक लक्ष्य निर्धारण र तुलना गर्ने समय देखि नै उपचार निश्चित समयपछि अन्त्य गर्ने कुरा दिमागमा राख्नु ज्यादै महत्वपूर्ण हुन्छ । बालबालिका/किशोरकिशोरीहरुले पूर्ण लक्ष्य प्राप्त अथवा १० मा १० अंक प्राप्त गर्ने अपेक्षा तपाईंले राख्नु भएको छैन भन्ने कुरा पनि बालबालिका/किशोरकिशोरीहरुले राम्रोसंग बुझेका छन् भन्ने सुनिश्चित गर्नुहोस्, तर तपाईं उक्त scale मा यथासक्य माथि जानको लागि उनीहरुलाई सहयोग गर्नु हुनेछ ।
- काम गर्न सहमति भएका लक्ष्यहरु र लक्ष्यको तुलनालाई GBO लक्ष्यहरु तुलना गर्ने पाना (*GBO goal rating sheet*) मा लेख्नु होस् ।

मार्गनिर्देशनका बुदाहरु

यदि लक्ष्यहरु परिवर्तन भएमा (If goals change)

- उपचारको क्रममा लक्ष्यहरु परिवर्तन हुन सक्छन र यदि यो सहयोगी छ भने therapeutic work पनि परिवर्तन केन्द्रित हुनुपर्छ ।
- लक्ष्य परिवर्तन गर्ने निर्णय लिनुभन्दा अगाडी बालबालिका तथा किशोरकिशोरी संग कुरा गर्दा clinical judgement प्रयोग गर्नुहोस् ।
- उपचारको क्रममा यदि लक्ष्यहरु नियमित परिवर्तन भैरहेको छ भने वास्तवमा यो कतिको सहयोगी छ भनि विचार गर्नुहोस् ।
- लक्ष्यमा हुने सम्भाव्य परिवर्तनहरुको बारेमा आफ्नो साथी अथवा supervisor संग छलफल गर्नु राम्रो हुन्छ ।
- बालबालिका तथा किशोरकिशोरीसंग काम गरिरहेको उपचार पददती अनुसार तपाईं नया लक्ष्य स्थापित गर्ने तथा त्यसलाई rating गर्न सक्नुहुन्छ ।
- पूर्व निर्धारित लक्ष्यलाई rating गरि राख्नु कतिको उपयुक्त हुन्छ भनी निर्धारण गर्न आफ्नो निर्णय (judgement) प्रयोग गर्नुहोस् ।

मार्गनिर्देशनका बुदाहरु

सत्र अनुसार लक्ष्यहरु अनुगमन (Session-by-session monitoring of goals)

१. कुनै पनि उपचारको क्रममा भएको प्रगति मापन गर्न GBO प्रयोग गरि हरेक सत्रमा लक्ष्यहरु लाइ तुलना गर्न सकिन्छ ।
२. बालबालिका तथा किशोर किशोरी संग कुराकानी गर्दा (कुनै पनि सत्रमा लक्ष्यहरु rate तुलना गर्ने उपयुक्त समय सामान्यत सत्रको पहिलो खण्डमा) आफ्नो निर्णय (judgement) प्रयोग गर्नुहोस ।
३. हरेक सत्रमा लक्ष्य तुलना गर्ने कार्य गर्नु उपयुक्त हुन्छ ।
४. जब लक्ष्य rating गर्ने कार्य सकिन्छ, यसलाई गत हप्ताको rating संग तुलना गर्ने र सान्दर्भिक छलफल गर्नु प्रभावकारी हुन सक्छ ।
५. लक्ष्यमा भएको प्रगति लिखित रुपमा GBO goal progress chart मा राख्नुहोस ।
६. GBO goal progress chart मा राखिएको rating संग सम्बन्धित भएर तपाईंले सामान्य चार्ट बनाउन सक्नुहुन्छ जुन बालबालिका तथा किशोर किशोरी र supervisor लाइ दिन सक्नुहुन्छ ।
७. प्रगति बिबरण राख्ने र यसको नियमित छलफल गर्ने कार्यले बालबालिका तथा किशोर किशोरी र therapist लाइ साथसाथै प्रगति अनुगमन गर्ने अवसर प्रदान गर्छ ।

८. हरेक सत्रमा यस संयन्त्र प्रयोग गर्दा हाम्रो अभिप्राय हरेक पटक बालबालिका तथा किशोर किशोरी भेट्दा लक्ष्यलाइ rating गर्नु हो । तथापी कहिलेकाँही यो सम्भव नहुन सक्छ अथवा कुनै सत्रमा यो सहयोगी साबित नहुने महसुस हुनसक्छ , त्यस बेलामा बालबालिका तथा किशोर किशोरी संग कुराकानी गर्दा र rating नगर्ने निर्णय लिन आफ्नो clinical judgement प्रयोग गर्नुहोस ।
९. सत्रमा यो जानकारीहरु दिदा के र कसले गर्दा बालबालिका तथा किशोरकिशोरी लाइ लक्ष्य प्राप्त गर्न सहयोग गरिरहेको छ र यस लाइ कसरि स्थापित गरिराख्ने भन्ने कुरामा छलफल गर्न सकिन्छ । कहिलेकाही त्यहाँ कुनै प्रगति नभएको अथवा लक्ष्य बाट टाढा गैरहेको अवस्था पनि आउन सक्छ, त्यस्तो बेलामा के अथवा कसले सहयोग गर्न सक्छ भनि छलफल गर्नु उपयुक्त हुन्छ ।

मार्गनिर्देशनका बुदाहरु

लक्ष्यहरुमा अपेक्षित प्रगति नभएको अवस्था
(Lack of Progress towards goals)

१. यदि निर्धारित लक्ष्यमा अपेक्षित प्रगति भएको छैन भने ति लक्ष्यहरुलाई फेरी पुनर्विचार गर्नु उपयुक्त हुन्छ ।
 - a. उपचारको सुरुमा निर्धारित लक्ष्यहरु बालबालिका/किशोरकिशोरीहरुलाई अझै सान्दर्भिक छन् कि छैनन्?
 - b. के बालबालिका/किशोर किशोरीहरुको परिवेश बदलिएको छ र त्यसले उनीहरुको लक्ष्यमा असर पारेको छ?
 - c. के लक्ष्यहरु धेरै आशावादी छन्?
 - d. के लक्ष्यहरु केन्द्रित छन्?
 - e. के ति बालबालिका/किशोरकिशोरीहरुले यस उपचारले कसरि उनीहरुको लक्ष्य प्राप्त गर्न सहयोग गर्छ भन्नेकुरा बुझेका छन्?

लक्ष्यहरु र लक्ष्यमा आधारित परिणामहरु लक्ष्यहरु रेकर्ड गर्ने पाना



तपाईं यो सेवा लिन आउदा तपाईंका समस्याहरु के के हुन् जसको लागि तपाईं मद्दत खोज्नुभएको छ अथवा तपाईंले प्राप्त गर्न खोजेका उद्देश्य हरु के के हुन्? (तिन वटा उद्देश्य/ लक्ष्य हरु बुदागत रुपमा लेख्नुहोस)

उद्देश्यको क्रम संख्या	उद्देश्यको बर्णन
1	
2	
3	

यदि तपाईंको अन्य उद्देश्य हरु छन् भने कृपया तल लेख्नुहोस ।

पुरा गर्ने व्यक्ति (चिन्ह लगाउनुहोस)

- बालबालिका/किशोरकिशोरी
 अभिभावक
 अन्य (कृपया बिस्तृत रुपमा लेख्नुहोस)

सेवा न. / अस्पताल नम्बर :

नाम (ऐच्छिक):

मिति:

लक्ष्यहरु र लक्ष्यमा आधारित परिणामहरु लक्ष्यहरु rating गर्ने पाना



तपाईं आफुले प्राप्त गर्न चाहेको लक्ष्यको कति नजिक हुनुहुन्छ?

० देखि १० सम्मको स्केलमा गोलो घेरा लगाउनुहोस जसले तपाईं आज आफुले प्राप्त गर्न लागिरहेको उद्देश्य लाइ बर्णन गर्दछ । याद गर्नुहोस ० भनेको उद्देश्यमा कुनै प्रगति भएको छैन र १० भनेको तपाईंले राखेको उद्देश्य पूर्ण रुपमा प्राप्त भएको अवस्था हो ।

तपाईंको पहिलो लक्ष्य

(आफ्नो लक्ष्यलाई छोटकरीमा बर्णन गर्नुहोस र लक्ष्यहरु record गर्ने पानामा लेखिए जस्तै लक्ष्यलाई

नम्बर दिनुहोस।)

(लक्ष्य प्राप्त नभएको)

(लक्ष्य प्राप्त भएको)

०	१	२	३	४	५	६	७	८	९	१०
---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

तपाईंको दोस्रो लक्ष्य

(आफ्नो लक्ष्यलाई छोटकरीमा बर्णन गर्नुहोस र लक्ष्यहरु record गर्ने पानामा लेखिए जस्तै

लक्ष्यलाई नम्बर दिनुहोस।)

(लक्ष्य प्राप्त नभएको)

(लक्ष्य प्राप्त भएको)

०	१	२	३	४	५	६	७	८	९	१०
---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

तपाईंको तेस्रो लक्ष्य

(आफ्नो लक्ष्यलाई छोटकरीमा बर्णन गर्नुहोस र लक्ष्यहरु record गर्ने पानामा लेखिए जस्तै लक्ष्यलाई

नम्बर दिनुहोस)

(लक्ष्य प्राप्त नभएको)

(लक्ष्य प्राप्त भएको)

०	१	२	३	४	५	६	७	८	९	१०
---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

पुरा गर्ने व्यक्ति (चिन्ह लगाउनुहोस)

बालबालिका/किशोरकिशोरी

अभिभावक

अन्य (कृपया बिस्तृत रुपमा लेख्नुहोस)

सेवा न. / अस्पताल नम्बर :

नाम (ऐच्छिक):

मिति:

लक्ष्यहरु र लक्ष्यमा आधारित परिणामहरु लक्ष्यमा प्रगति हेर्ने चार्ट



यो तपाईंले राख्नुभएका ३ लक्ष्यहरुलाई track गर्ने चार्ट हो। तपाईं हरेक सत्रमा भएको प्रगति हेर्न यो चार्ट पल्टाएर हेर्न सक्नुहुन्छ।

लक्ष्य:

सत्र	मिति	आज म लक्ष्यको प्रगतिताइ तुलना (रेट) गर्न गैरहेको छु। (कृपया उपयुक्त नम्बरमा गोला घेरा लगाउनुहोस।) याद गर्नुहोस, ० भनेको लक्ष्यमा कुनै प्रगति भएको छैन र १० भनेको तपाईंले राखेको लक्ष्य पूर्ण रुपमा प्राप्त भएको अवस्था हो र ५ भनेको यी दुइको बिचको अवस्था हो।										
१		०	१	२	३	४	५	६	७	८	९	१०
२		०	१	२	३	४	५	६	७	८	९	१०
३		०	१	२	३	४	५	६	७	८	९	१०
४		०	१	२	३	४	५	६	७	८	९	१०
५		०	१	२	३	४	५	६	७	८	९	१०
६		०	१	२	३	४	५	६	७	८	९	१०
७		०	१	२	३	४	५	६	७	८	९	१०
८		०	१	२	३	४	५	६	७	८	९	१०
९		०	१	२	३	४	५	६	७	८	९	१०
१०		०	१	२	३	४	५	६	७	८	९	१०
११		०	१	२	३	४	५	६	७	८	९	१०
१२		०	१	२	३	४	५	६	७	८	९	१०

पुरा गर्ने व्यक्ति (चिन्ह लगाउनुहोस)

- बालबालिका/किशोरकिशोरी
- अभिभावक
- अन्य (कृपया बिस्तृत रुपमा लेख्नुहोस)

सेवा न. / अस्पताल नम्बर :

नाम (ऐच्छिक):

मिति:

References

- Bradley, J., Murphy, S., Fugard, A. J. B., Nolas, S. M., & Law, D. (2013). What kind of goals do children and young people set for themselves in therapy? Developing a goals framework using CORC data. *Child and Family Clinical Psychology Review* volume 1.
- Bromley, C. & Westwood, S. (2013). Young people's participation: views from young people on using goals. *Child and Family Clinical Psychology Review* volume 1.
- Cooper, M. & Law, D. (eds) (2018) 'Working with goals in psychotherapy and counselling' Oxford University Press
- Edbrooke-Childs, J., Jacob, J., Law, D., Deighton, J., & Wolpert, M. (2015). Interpreting standardized and idiographic outcome measures in CAMHS: what does change mean and how does it relate to functioning and experience?. *Child and Adolescent Mental Health*.
- Jacob, J., Edbrooke-Childs, J., Lloyd, C., Hayes, D., Whelan, I., Wolpert, M. & Law, D. (2018) Measuring outcomes using goals. In: Cooper, M. & Law, D. (eds) (2018) 'Working with goals in psychotherapy and counselling' Oxford University Press
- Jacob, J., De Francesco, D., Deighton, J., Law, D., Wolpert, M., & Edbrooke-Childs, J. (2017). Goal formulation and tracking in child mental health settings: when is it more likely and is it associated with satisfaction with care?. *European child & adolescent psychiatry*, 1-12.
- Jacob, J., Edbrooke-Childs, J., Law, D., & Wolpert, M. (2015). Measuring what matters to patients: Using goal content to inform measure choice and development. *Clinical Child Psychology and Psychiatry*, 2 (2) 170-186.
- Jacob, J., Edbrooke-Childs, J., Holley, S., Law, D., & Wolpert, M. (2015). Horses for courses? A qualitative exploration of goals formulated in mental health settings by young people, parents, and clinicians. *Clinical Child Psychology and Psychiatry*,
- Law, D., & Bradley, J. (2015). *Goals and Goal Based Outcomes (GBOs): Some Useful Information*. (3rd ed.) London: CAMHS Press
- Law, D. (2018) 'Goal-oriented practice' in Cooper & Law (eds) (2018) 'Working with goals in psychotherapy and counselling' OUP: London
- Wolpert M, Ford T, Trustam E, Law D, Deighton J, Flannery H, Fugard A. (2012) Patient-reported outcomes in child and adolescent mental health services (CAMHS): use of idiographic and standardized measures. *J Mental Health*. Apr;21(2):165-73
- York A. & Kingsbury S. (2009). *The Choice and Partnership Approach: A guide to CAPA*. London. When using the GBO session-by-session, the intention should be to rate goals every time you meet with the young person. However, there may be times when it is not possible, or when it does not feel clinically helpful to rate goals in a session – use your clinical judgement, in conversation with the young person, to decide whether to skip rating for a session
- Sharing the information in sessions can lead to helpful discussions about what, and who is helping the young person to reach a goal and how this progress can be maintained. Conversely it can flag if there appears to be no progress, or if things appear to be moving away from a goal. This can lead to helpful discussions about what or who else might help



ISBN 978-1-9160228-0-5



9 781916 022805 >

