

平成28年度
自立相談支援事業従事者養成研修
【後期】就労支援員養成研修

【講義と演習⑧】

就労支援の実施方法Ⅱ
多彩なプログラムづくり

(公財)沖縄県労働者福祉基金協会
就職・生活支援 パーソナル・サポート・センター

2016年12月8日

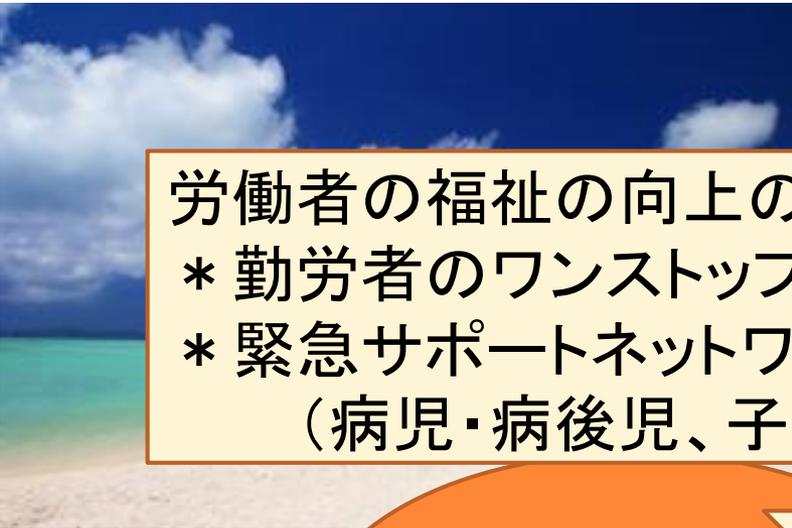
●この講義の目標
～多彩なプログラムづくり～

- ◎意欲喚起の方法
- ◎プログラムづくりの方法や考え方

●大切にしたいこと

- ◎希望ある就労支援！
- ◎アンテナを立てる！
- ◎巻き込み力！





労働者の福祉の向上の活動

- * 勤労者のワンストップ相談センター
- * 緊急サポートネットワーク事業
(病児・病後児、子どもの緊急の一時的預かり)



okinawa



驚くほどの沖縄の貧困の現実を目の当たりにした
子どもの貧困率3人に1人、母子家庭の多さ
最賃最低レベル、所得の低さ(ワーキングプア)
失業率、無年金・低年金(米軍当時下時代)



高い貧困率



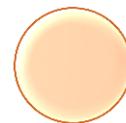
沖縄県

ハローワーク

沖縄県
パーソナル・サポート事業

生活困窮者自立支援制度

- ・自立相談支援事業
- ・就労準備支援事業
- ・一時生活支援事業
- ・家計相談支援事業
- ・学習支援事業



就労支援メニュー

イメージ図

高
雇用されるための能力
低

HWの就労支援の前提条件：
社会常識、マナー、コミュニケーション力、自発的に動ける人

HWで自ら動いて就職できる(一般的な職業紹介)

HW職業訓練でスキルアップ・ステップアップで就職可

生活保護受給者等就労自立促進事業(個別支援で早期に就職可能)

自立相談支援事業の就労支援員：

就労に向けた準備が一定程度整っておりある程度時間をかけて個別支援を行うことで就労可能な者や、他の就労支援策の適用がない者については、就労支援員が自ら就労支援を行う。

キャリアカウンセリング、履歴書・職務経歴書の作成指導、面接対策、ハローワークへの同行訪問、個別求人開拓、ニーズに応じた職業紹介、協力企業などとの連携、能力開発、職業訓練、就労後のフォローアップ、就労支援機関との連絡調整、就労訓練事業所の開拓等

就労訓練事業(中間的就労：支援付きの就労・訓練の場)

就労準備支援事業(就労の準備が整っていない・生活リズムの乱れなど)

就労意欲が希薄などの理由により就労準備支援事業の利用に至らない相談者に対する就労意欲の喚起(ボランティア・就労体験の場・セミナーの開催等)必要な就労支援を実施

働けない層(病気・障がい等)

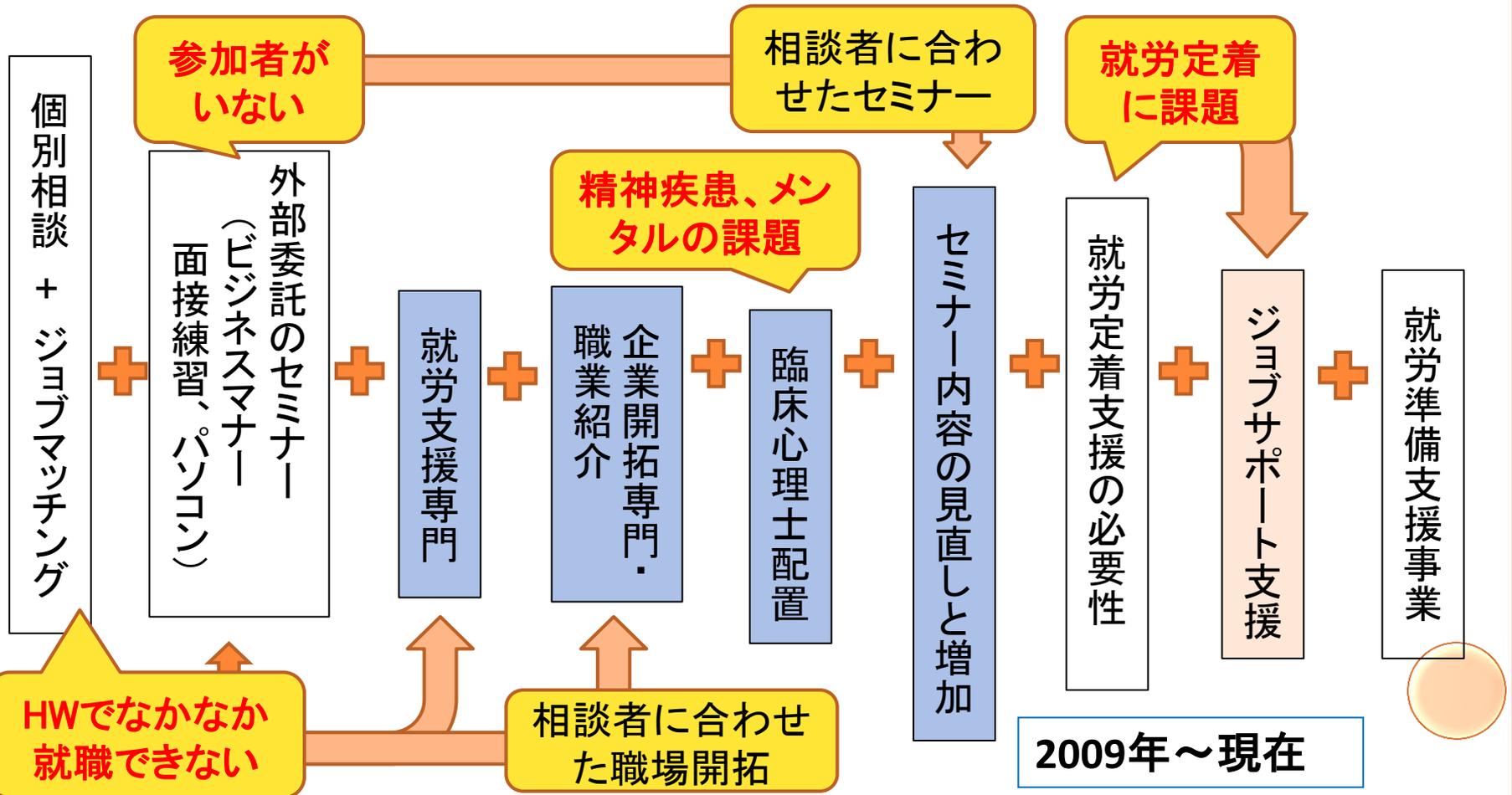
支援プログラム

(専任、兼務はセンターによって異なる)



■ 支援プログラムの移り変わり

目の前の相談者一人ひとりに必要なことは何か？
中部センターは4名からスタートしました。
就労支援の経験者は一人…でも兼務…



意欲喚起

専門の支援員があなたに寄り添いながら、一人ひとりの状況に合わせた支援プランを作成し、他の専門機関と連携して、解決に向けた支援を行います。(沖縄県HPより)



自分の力だけでの自立が難しい
⇒ 人や社会とのつながりの手助け！

1. その方の背景を理解し、受け止める
信頼関係構築 ⇒ 応援者として認めてもらう
2. 寄り添い型支援 (精神的な寄り添い・孤独感を無くす、距離感)



意欲喚起

3. 自己肯定感情を高め、自らが解決の主体となりうることを重視
相談者の持つ能力を信じていますか？

本人の持つ能力の活用、エンパワメント

(・能力を引き出す ・または能力を身に着ける)



- ・承認する
- ・勇気づけ
- ・主体性
- ・ストレングス視点
- ・自分の課題に気づくための支援
(問題・課題を一緒に整理し、解決方法を一緒に考える)
- ・解決の実現に向けて！(自分の力で課題を解決していく力)
- ・マイナス思考のくせの修正
- ・次に同じことが起こったら、自分の力で乗り越えられる力

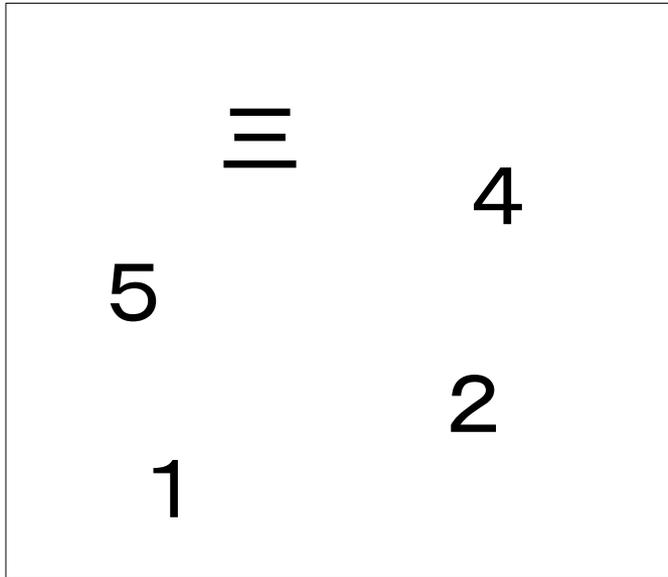
関係性の支援

希望ある就労支援

(相談員＋相談者の協同・協働作業)

ワーク① a

下の数字や漢字を見て何を感じましたか？



- ①何か意味があるのかと考えた
- ②おもしろそうと感じた
- ③並べ直したくなった
- ④漢字を数字に直したくなった

- ①慎重、よく考えるタイプ？
- ②受容するタイプ？
- ③④訂正、自分の価値観、経験を重視？

ワーク② b

下のケースの相談者に何を感じ、どう行動しますか？

50代後半の男性 県外出身 ホームレス歴5年

一時生活支援事業

右半身が少し麻痺 ⇒ 就労準備支援事業に繋がりたい

①就職希望

月収25万以上希望

(ふつうはこの年齢の男性の再就職は月収12～13万程度)

②医療機関には行きたくない。仕事を探したい

■自分が就労支援員としての取りがちなスタイルは？

- ①支援員としての経験から、正しい方法を教えて頑張るように言う。自分でがんばるように促すことが多いタイプ。
⇒月収25万はこの地域では無理だと説明する。指示的
- ②相談者のことを思って効率的に進むように自分が段取りする。やってあげることが多いタイプ
⇒病院から行った方がいい。早いから私がやってあげると諭す。
- ③自己決定を尊重して、いくつも提案はするがあとは本人に任せるタイプ
⇒求人情報誌、ハローワーク同行、自分で動いてみて。
- ④あなたならきっとできると励まし、勇気づけるタイプ
⇒現状の厳しさを伝えるが、先ずは本人の思いに付き合いハローワークへ同行。



自分を取りがちな相談スタイルは？

相談員は、自分のこれまでの人生経験や成功・失敗体験など経験則から自分なりの相談スタイル、やりがちな支援パターンがある。

対人援助職として大切な「自己覚知＝自分を知ること」

援助者が自らの性格、個性を知り、感情、態度を意識的にコントロールすることで、援助者の価値観や感情に左右されない援助を提供するために重要。

就労支援員として必要なこと



・ カウンセリングの基本 「傾聴」「受容」「共感」

受け止めて

⇒自己理解促進

⇒行動変容

信頼関係構築後は積極的で率直な関わりが必要になることもある。
母親のような温かさ、父親のような厳しさも時には必要な場面も。

■希望ある就労支援

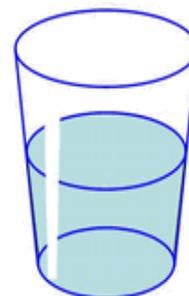
共感的理解 ⇒ 信頼関係

ストレングス視点

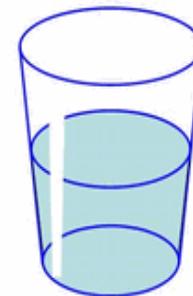
三
5
1

4
2

視点を変える重要性



ゲッ! 半分がよ!
ついてない!
不満と怒り



半分も残っていて
良かった!
満足感と感謝

まずはありのままを受け止めてくれる温かい存在、安全・安心な場所が必要。その人の力を信じてその力が引き出される援助が「聴く」。

安易なアドバイスや修正、説得は意欲や本人の力を削ぐことにもなりかねない。
エンパワメント視点を大切に。
できないことを無理強いしない。でも可能性は信じてスモールステップで挑戦

意欲喚起

自己肯定感・自己効力感
(実現可能性を感じている)
出来そう！！



本当に自分が
望むもの：希望

自己理解・自己受容

●過去～現在

(個別支援でのライフヒストリー)

☆自分の強みや頑張りを思い出す。
⇒意欲喚起・乗り越える力になる。

☆課題に気づく

⇒リフレーミング

今後の取り組み



●未来

自分のなりたい姿・生活をイメージ

どんな人生を送りたいか

願望を明確に

⇒手に入れたいもの、

失いたくないもの、

大切な人・物

自己肯定感が低い
自己否定や他者否定

意欲喚起

自己肯定感・自己効力感
(実現可能性を感じている)
出来そう！！

自己理解・自己受容

●過去～現在

(個別支援でのライフヒストリー)

☆自分の強みや頑張りを思い出す。
⇒意欲喚起・乗り越える力になる。

☆課題に気づく
⇒リフレーミング

ある出来事に対して個人的な価値観で
意味づけ(フレーム)をしている。
本人のマイナスの意味づけは、プラスの意
味づけへ上書き リフレーミング

自己肯定感、自己効力感を
高める⇒ **承認**
本人が気づいていない
強み・良さを伝える。

課題をリフレーミング(ワーク)

しつこい ⇒ ねばり強い

優柔不断 ⇒ 思慮深い

行き当たりばったり ⇒ 臨機応変

引っ込み思案 ⇒ 慎重、まじめ

自分勝手 ⇒ マイペース

口下手 ⇒ 控えめ

頑固 ⇒ 自分を持っている

いじめられた ⇒ 堪えた

就職できていない⇒ 今、ここにいる

意欲喚起

本当に自分が望むもの: 希望

●未来

自分のなりたい姿・生活をイメージ

どんな人生を送りたいか

願望を明確に

⇒手に入れたいもの

失いたくないもの

大切な人・物

●希望を持てる質問(ワーク)

(例)

- ・将来こうなるといいなってことってある？
- ・将来、結婚は考えてる？
- ・子どもたちにはどんな風に育てほしい？

- ・将来はどんなところに住んでいたい？
- ・子どもの頃は将来何になりたかった？
- ・何をしているときに、一番楽しい？
- ・今、宝くじに当たったら、何がほしい？
何に使いたい？

元気だったころの自分、がんばっていた頃の自分を思い出す

グループ学習(顔見知りのメンバー)で周りのがんばりを見る

●子どもの頃の武勇伝
エネルギーがあった頃の話

●みんな頑張っているから自分も！

ワーク③

**全ての行動には
意味がある。**

**人はメリットがあると
行動しやすい。**

「人が行動を起こす」という意味で考えてみましょう！

Q:あなたは車の購入を考えて、自動車販売店に行きました。
でも、やはり買わないでおこうと思いました。(なぜ?)

ある販売員と話して、やはり買いたいという気になりました。(なぜ?)
販売員がどのような関わり方だと買いたいという気がおこるのでしょうか？

1人ひとりのニーズに合わせた提案ができる。

- ⇒ お客様のタイミングに合わせた声掛け(相手の状態を観察)
- ⇒ 相手の家族の状況やニーズ等を聴く、確認する。(信頼関係、アセスメント)
- ⇒ それに合った知識や情報を提供する。(情報提供や提案)
- ⇒ その製品を手に入れることによって生活がどのように良くなるかをイメージできるように話す。 選択肢を示す。

意欲喚起

○自尊感情 ○自己肯定感 ○自己効力感 ○自己有用感 を上げる！

ありがとう！

来てくれて嬉しい。

大丈夫！

さすが！
すごい！

助かりました。

I メッセージ！ 具体的な事項への承認

あなたのセンターではこのような場はできているでしょうか？

チェックしてみましょう。（心理学から見る意欲喚起のポイント）

- 応援してくれる人の存在を感じている（相談員、仲間）【親和動機】
- 承認される場、機会【親和動機】（過去・現在・未来）
- 頑張っている仲間、一步先を行く人や乗り越えた人の存在【代理経験モデリング】
- 自分のできること、自分の良いところに目を向ける場、機会
- 「きっとできる」と説得される⇒「できそうな気がする」【言語的説得】
- 不安等マイナス感情を受け止めてもらえた
- 人に教える場面・役割・役立つ体験【役割と出番】
- 未来への希望（大切にしたいもの、手に入れたいもの、失いたくないもの等）

意欲喚起

学習性無力感

またでき
なかった

挑戦

やっても
無駄！

自己効力感、自己有用感UP

やってみ
たらでき
た！

挑戦

また挑戦
してみ
る！

できそう！

- 達成したという体験。【達成体験】

時間のかかる大きな成功よりも小さな成功を多く。エンパワメント
セミナーなどで過去のマイナス経験をプラスに上書き

- 頑張った自分を褒める習慣

- 自分で決定する！【心理的リアクタンス】

- 「できる」と自己暗示をかけて「できそうだ」と思う。【言語的説得】

- うまくいっている自分のイメージトレーニング。

- ネガティブな言葉をポジティブな言葉に変換して使う。

- リフレーミング（過去の事実を「貴重な経験」「今後の糧」と置き換える。（短所を長所に書き換える）

- 未来への希望

グループ学習での気づき+体験の効果！

共通課題：メンタルダウン、意欲低下、コミュニケーションに課題

目的：リラクゼーション、コミュニケーション力UP、モチベーションUP

➤少人数制・参加型・体験型 ➤能力・興味・価値観などに合わせたメニュー

- 安心して出かけられる場
- 社会との接点(社会参加)の場
- コミュニケーショントレーニングの場
- 挑戦できる場所(失敗しても大丈夫な場)
- スモールステップで成功体験・やり遂げる達成感
(ありがとうと言われる・褒める・褒められる・出番)
- 目標となる人を見つけられる場
- 自分の良い点、強みを教えてもらえる場
- 自分の課題に気づく場
- 人の意見を聞ける場・自分の意見を言える場
- 相談者同士のピアカウンセリング的な関わり
- 思考の偏りはグループワークで気づき！
- 同じ境遇の仲間・先輩との出会いの場
- 同じ時間を過ごす、作業などを一緒に行うことで、適性・特性が見え、
今後の支援に活かせる(アセスメント)として活用



■アンテナを立てる！ グループ学習プログラム(セミナー)内容の見直し

目の前の相談者に合わせた支援メニューは何か？

人との関わり方

興味・能力・価値観を考慮して 支援メニューが増えた！！

【コミュニケーションセミナー】
あいさつ・(声を出す・目を合わせる)



【畑・美化作業、ボランティア体験等】
・屋外に出て、集団の中での活動
・人と関わらないでもいい作業



【マイナス思考を変えるセミナー】
・コミュニケーションに課題
・思考のくせの修正が必要
SST・アサーション



【作業療法的セミナー】
・自分のペースで屋内で個人作業
絵を描く・陶芸・字を書く



【キャリアプラン】
想いのマップ・カラーージュ(ほしい物)



にに合わせて支援メニューが増えた
相談者の状態と興味・能力・価値観



【就職準備セミナー】
(企業実習前漫画セミナー)

担当者制の個別相談 + 就労支援員(セミナー担当との協働)

■アンテナを立てる

多様なグループワーク(セミナー)メニュー

○メニューを分類

- 創作活動系
- ボランティア系
- コミュニケーション系
- キャリアプラン系
- スキル(資格)系
- 販売系(作ったものを売る、フリマ参加)
- 運動系(体を動かす)
- 園芸(花壇、農作業)
- ストレスマネジメント系
- ビジネスマナー系
- 模擬職場体験系

- スモールステップ
- 個々の状態に合わせたメニュー

AED講習や調理実習、企業実習見学ツアー、家計簿セミナー、通りの清掃ボランティア、祭りへの参加、Etc.

セミナー初心者

興味・能力・価値観(それぞれの状態)に合わせたメニュー
得意・強みを発見するしかけ!

セミナー常連者

新しい経験に挑戦! 秘めた可能性を見つけるしかけ!

○初めての体験で気づきの大きなきっかけになることもある。

苦手だと思っていた、避けていた。だけど挑戦してみたことで大きな変化に繋がることも多い。自分の秘めた可能性を知ること!

(自己決定・自己選択!! 無理強いはいしない!)

個別支援⇔グループ学習で相乗効果！！

○共通のプログラムではあるが、担当者との個別相談で、一人ひとりに合わせた目標設定と振り返りを行う視点が必要。

セミナー前後の個別支援(担当者)

- ①セミナー前(目標設定)
- ②セミナー担当者への申し送り
- ③セミナー後(振り返り・落とし込み)

* セミナー見学や担当からのフィードバック

承認＋課題の確認＋次の目標確認

1時間後には50%以上忘れる

○毎回のセミナーで具体的に「できたこと、向上していること」のフィードバック、「ありがとう」と言われる場面等を通して承認を繰り返す。

■アンテナを立てる 相談者の特徴と支援メニュー作成のポイント！

あなただったら、どんなメニューを作る？

○パソコンセミナーと一口で言っても…

同じタイトルでも何を目的とするか？
どこにでもあるプログラムにどんな観点をに入れるか？



第1ステップ

参加、居場所①:好きなときに来て練習(使いたいときは声をかける)

第2ステップ

入力練習:参加、来ることに意義。休むときには電話(2時間)

第3ステップ

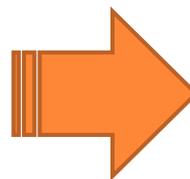
ワード・エクセル・インターネット興味を広げる

第4ステップ

2人1組で調べ物(好きなテーマ)と発表

第5ステップ

履歴書作成



無理なく徐々に就労
への力がつく流れる
メニューの多様性.
参加者に合わせてプ
ログラムを作成!
自己肯定感
UP!

■アンテナを立てる

相談者の特徴と支援メニュー作成

あなただったら、どんなメニューを作る？

30代男性（両親と同居）
コミュニケーションに課題のひきこもり歴あり。発達障がいのボーダーライン？
お金を使いすぎる

50代男性（一人暮らし）
社長経験者、事業が上手くいかず倒産。アルコール依存、メンタルダウン

40代女性（一人暮らし）
パワハラや職場のいじめで退職。DV被害者経験あり

陶芸

キャリアプラン

家計管理

コラージュ

ボランティア

企業実習

パソコン

臨床美術

畑作業

コミュニケーション

パン作りと販売

その他

グループ学習の目的と効果！

コミュニケーションセミナー インプロ

(自己表現のエクササイズ)

6つの力をつけよう！

コミュニケーション力・柔軟性・表現力行動力・
協調性・発想力



セミナーの流れ

自己紹介→なんで来る気になったか？→あだ名を呼び合う→隣の人に拍手をまわす→連想ゲーム→鏡

【相談員から見た効果・成果・課題】 インプロセミナー報告書より一部抜粋

- ・ひきこもりがちで、昼夜逆転している参加者が、セミナーの時間に遅れずに参加し、楽しそうにしている姿をみた。自ら発言する姿も見られ、他者や社会と関わる喜びを体感することで、自信に繋がるのではないかと思われる。
- ・最初は「目を見る」という行為を多少苦手を感じている様子の参加者たちも、スピーディーな場面展開に集中して楽しんでおり、気恥ずかしさを感じる間もなかったようだった。
- ・言葉を使わず、相手の視線や表情、ジェスチャーから互いに考えていることを直感的に感じ取り他者にとってどの対応がいいのか考える力は面接にも活かせるとの発言もあり、インプロセミナーの重要性を改めて実感した

■巻き込み力！！ 認知症サポーター 養成講座

【目的】

- ・他の人のために自分を役立てることに目を向け、自己有用感を高める。
- ・社会の多様性を受け入れ、互いの個性や意見を尊重することを学ぶ。
- ・コミュニケーション力を身に着ける。 ・お互いに支え合うという気持ちを養う。
- ・社会の一員として地域に貢献する。

【意義】

就職活動や生活基盤が不安定な相談者は、日々、思考が「自分」に向いているので堂々巡りの状況に陥る傾向がある。認知症について学び、当事者や家族の状況を知ること、もっと他者に目を向け、自分を社会(地域)に役立てることで自信を持ち、就職や自立へむけて意欲を高めることができる。

【受講生の感想】

- ・認知症は、だれでもなる可能性があること。一番、本人が辛い思いやせないはがゆい気持ちを持っていることを学ぶことができました。少しでも自分にできることをやりたいと思いました。
 - ・身近な身内や自分にも起こりうる話であり、わかっているのと知らないのでは相手に対しての接し方がだいぶ変わるなと思いました。優しく対応できそうです。
 - ・自分も母親が認知症になり大変な事になったことがあります。今回セミナーを受けて自分が母親にやってきた事がまちがっていたときづきました。
 - ・私の親も70近くなっているので、認知症になった時の事とか接し方など、少し不安でしたが、セミナーを受けて、前より理解できたのと、もっと勉強して行きたいと思いました。
 - ・今まで、「あれ？あの人まいごかな？」と思っても、そのまま通りすぎたり、みているだけで、こうどうに出せなかったんですけど、声をかける事、話を聞く事って大事なんだなあと思いました。
 - ・初めはかたくるしく考えていましたが、「そうじゃないんだ、接する相手は人間どうしなんだ。」と思いました。一人の人間の尊厳を大切に接していきたいです。
- ・認知症カフェについて興味を持つ方も多く、居場所づくりとして、またボランティア参加も検討している。



■巻き込み力！！単発セミナーをくっつけると… 就労準備支援事業のような効果！

- グループ学習の効果が倍増。
- 就労準備支援事業へのステップができる。
- ヘルプ体制が必要⇒協力者ができる。
- 協力者ができる⇒地域づくりになる。

コミュニケーション



相手の身になって気持ちのいいあいさつなんて考えたこともなかった。とても学びがありました。



臨床美術



ボランティア



地域の社会資源を活用

企業実習で大切にしていること

- ◎一人ひとりの実習の目的と目標の明確化(スモールステップ)
- ◎支援員が実習体験をしてマッチング、企業の現場職員との信頼関係構築、ジョブサポート支援(必要に応じて)
- ◎振り返りを大切に
本人+支援員+職場の担当で振り返り(事業所訪問)



- 本人:できた! 次に進めそうな気がする!
- 支援員:次につながるアセスメント

仕事の切り出し提案
人不足で「一緒に育てていこう」
という視点への変化
ジョブサポーター

就労定着支援

■就職活動中

セミナー

- ・キャリアプラン
- ・就職心得セミナー
- ・企業の方、現在仕事をがんばっている方を招いての講和
- ・ビジネスマナー
- ・SSTやアサーション(コミュニケーション)

■就職決定後

就労定着セミナー

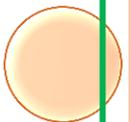
- ・月に1回 居場所、吐き出し、リラックス、ストレス解消、笑う！

個別支援

- ・個別面談

ひとりSST(職場でのより良いコミュニケーションについて)

- ・手紙、はがき、電話の活用



就労定着支援

今の困った現状を確認(今までどうしてた?)

「先輩が仕事を教えてくれない。一つ仕事が終わったら、何をしたらいいか分からない。辞めたい」

新しい行動を取り入れてみない?

⇒「忙しくて気づいてないかも。配慮かも。まずは伝えてみない？」

SST

- ①場面設定(どこで、だれが)
- ②ロールプレイング(相談員と相談者で協働)
- ③肯定的なフィードバック+こうすればもっと良い!
- ④もう一度練習(必要なら相談員がやって見せる)
- ⑤結果を教えてもらう。きつとうまくいく。うまくいかなければ作戦変更

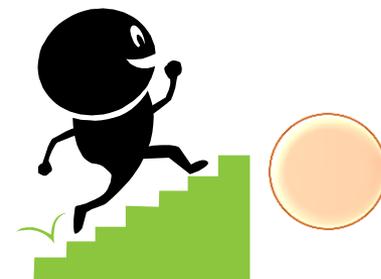
■巻き込み力

一人でできないことはチームで！
他者、他機関、地域を巻き込む！

子育てで就職困難な方を対象とする
就職支援機関としてスタート！

様々な阻害要因を複合的にもつ相談者が多数来所

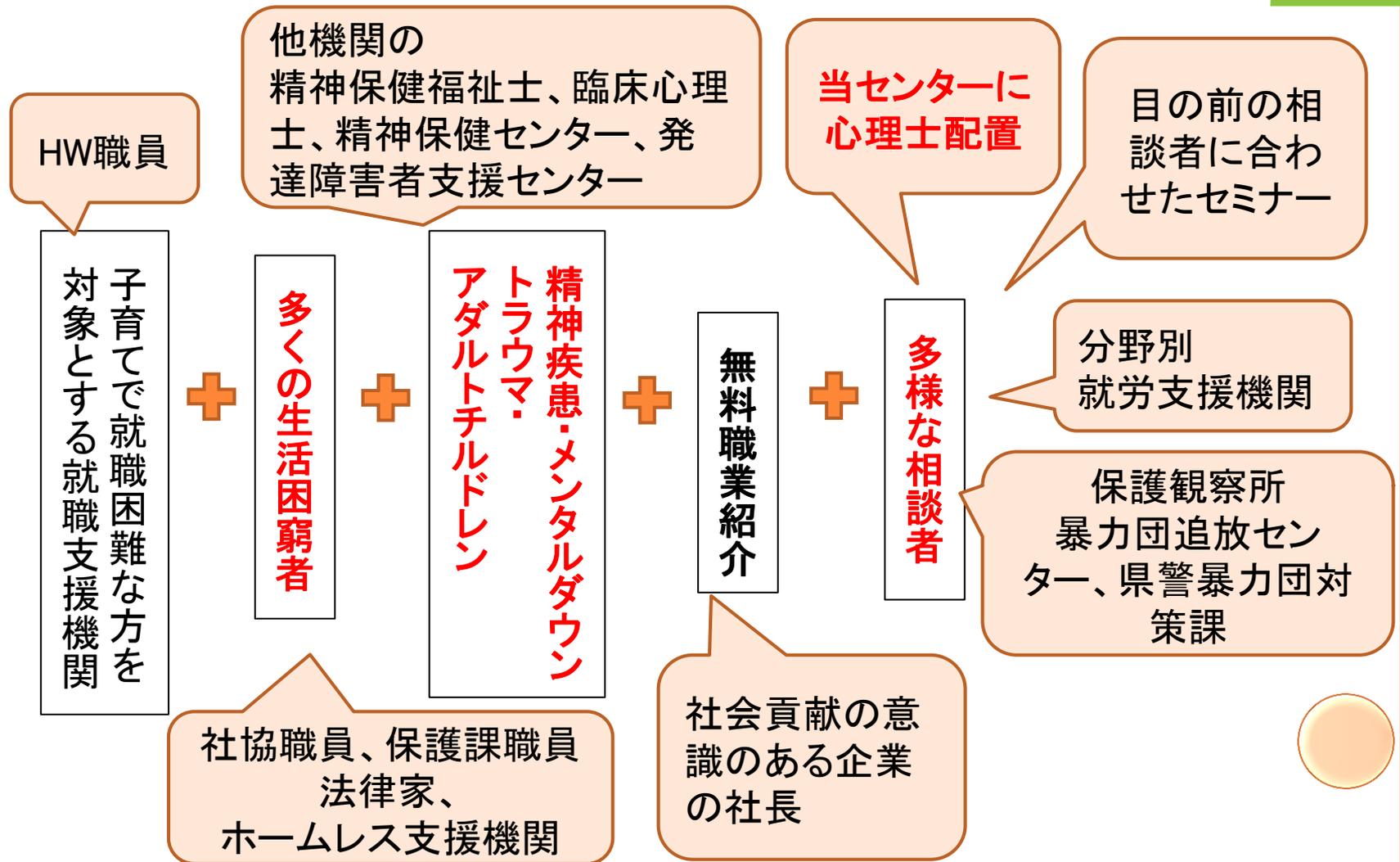
目の前の相談者一人ひとりに必要なことは何か？と
いう視点で！ 連携機関が増えた！！



■巻き込み力！！ 連携(チーム支援)



目の前の相談者一人ひとりに必要なことは何か？という視点で！
必要な機関の**キーパーソン**と繋がってきた。

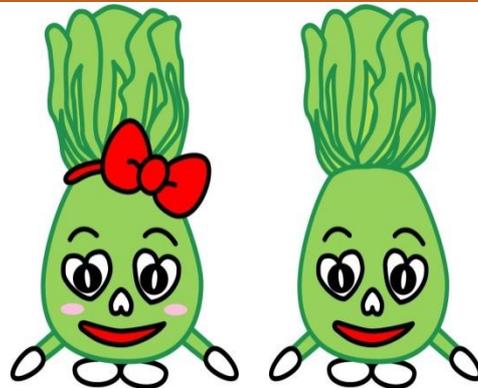


NPOなどの連携による

実習受入れ



より多く売れるために、「ロメインレタス」のキャラクターを考えて、絵の具で絵を描いてみました。それをパソコンセミナー受講生がきれいにパソコンで作ってくれました。



働ける場があって嬉しいです。苗植えから始まって、収穫・袋詰め、販売までいろいろ経験させてもらいました。畑の仕事もそうですが、仕事の幅も広がってきました。何より、かなり体力がついてきました。楽しい！！



実際にプログラムを作成してみよう。

◎目の前の対象者にとって必要な支援について
アンテナを張る！

◎地域・対象者に合わせたメニューを創造したい！

◎対象者の状態に合わせた支援段階メニュー

Q: 母親と二人暮らしの40歳の男性。母親の年金で暮らしており未就業期間が15年。

(親の施設入所に伴い、自立相談事業に繋がった)その他にも40代後半以降の単身生活をしている男性がセミナーへの参加を渋っている状況である。頑固、気が弱い方などコミュニケーションに課題のあるも多い。そのような対象者向けのグループ学習(セミナー)を考えてみましょう。



1. 個人ワーク

まずは、自分でできるだけ多く考えてみましょう！ テキストP27

① セミナータイトル
内容
目的など
② セミナータイトル
内容
目的など



2. 記入したものを同じテーブルのメンバーで共有してください。

そして、講師がない、備品がない、やり方がよく分からないなど、開催するには課題のあるセミナーをグループでひとつ選び、どうしたら開催できるかをメンバーで考えてみてください。

●持ち帰ってほしい気持ち

◎できる方法を探したい！

◎仲間を増やす！ チームで！ 巻き込み力！

課題

解決法(取り組み)

*もし、時間が余れば、グループメンバーで最もやってみたいセミナーを選びその内容、進め方について話し合ってください。

居場所
安心していら
れる場所

**スモール
ステップ**

役に立つ

**楽しく
社会参加**

**環境が変われ
ば人は変わる**

仲間

就労支援キーワード

**地域巻き込
み力**

**経験を
いかす**

わくわく

経験し直し

自立

出番、役割

アセスメント



●この講義の目標
～多彩なプログラムづくり～

- ◎意欲喚起
- ◎プログラムづくりの方法や考え方

●キーワード

- ◎意欲喚起のためには、希望ある就労支援！
- ◎目の前の相談者の方に必要な支援は？アンテナを立てる！
- ◎巻き込み力！

●持ち帰ってほしい気持ち

- ◎地域・対象者に合わせた支援メニューを創造したい！
- ◎対象者の状態に合わせたスモールステップを意識した支援メニュー
- ◎できる方法を探したい！
- ◎仲間を増やしてチームで！
ケア（気配り、配慮）中心の制度：社会資源のコーディネート

キーワード

- ①信じる（相談者・連携先）
- ②リフレーミング
（プラス思考・ストレングス
- ③巻き込み力（アサーション）

まとめ



◎プログラムづくりの方法や考え方

⇒担当相談員との信頼関係で参加する勇氣

その人の「興味・能力・価値観等」に合わせたメニュー

⇒多彩なメニュー

居場所～集団の中での学び～就労体験を
通した学び～企業実習～就労定着

対象者の状態に合わせた多様な
支援メニューが効果的

自己実現

◎ステップアップ

⇒自己肯定感を高めるためスモールステップでのメニュー

その段階に応じたメニューが必要

自己選択・自己決定

出来た！出来そうな気がする
次のステップへの準備が整う！

◎プログラムはあるが、一人ひとりの目標設定と承認

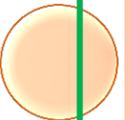
プログラムを行うことが目的ではなく、1人ひとりの自信
回復が大切。一人ひとりへの目配り、気配り、心配り

仲間を増やす！ チームで！



お疲れ様でした。

付録として



■履歴書は万能ツール 強みを発見！

相談者が記入した履歴書を用いた面接を通して…

【アプローチの言葉】

「あなたの良さが伝わる履歴書を作るのを応援させて！」

仕事の内容と得意だったことや苦手だったことなどを話してもらう



①強みを発見

⇒ そのプロセスで自己肯定感・自己イメージを高める
意欲喚起

②課題を発見

⇒ リフレーミング、課題を乗り越える、避ける取り組み
適性に合わせたマッチングへの見立て

③会ってみたいと思わせる履歴書に仕上げる



■履歴書は万能ツール 強みを発見！（演習）

3人1組で演習（相談者、支援員、オブザーバー）

30代男性

職歴 「10代 ガソリンスタンドでのアルバイト経験が1年」

「20代 スーパーの品出し経験半年」



☆質問をして強みを発見してください！

⇒そのプロセスで**自己肯定感・自己イメージ**を高める
ために承認をする ⇒ 自信回復 ⇒ 意欲喚起



良かった点を伝えてください。

こういう質問と深め方もいいかもという点を伝えてください。



■履歴書は万能ツール

経験は、必ず次に活かせる！

上手に質問！ 先ずは「どんな仕事内容だったんですか？」

①強みを発見

⇒仕事の中で得意だったこと、できるようになったこと、楽しかったこと、嬉しかったこと、頑張ったこと、挑戦したこと、喜ばれたことなど

人と比べないでも大丈夫（自分の中での成長でもよい）
できれば、職業能力で承認（例：接客で文句を言われた）
⇒クレーム処理能力

②課題を発見

「どうしてその仕事をやめたのですか？」

⇒ 大変だったこと、困ったこと、うまくいかなかったことなど
乗り越えられず退職したことも、退職するまではがんばったんだよね！と承認することもできる。

■自己理解、自己の棚卸



「質問」 → 振り返ってもらう

【職歴の棚卸し】 → 【生育歴・生活歴の棚卸し】

- ①各職場でどんなことをしてきたか？ どんな経験をしてきたか？
できるようになったこと、頑張ったこと、乗り越えたことなど
- ②自分の強みを知る。
- ③出来る仕事、できそうな仕事、
やりたい仕事を知る
- ④自分の課題を知る。

学習性無力感

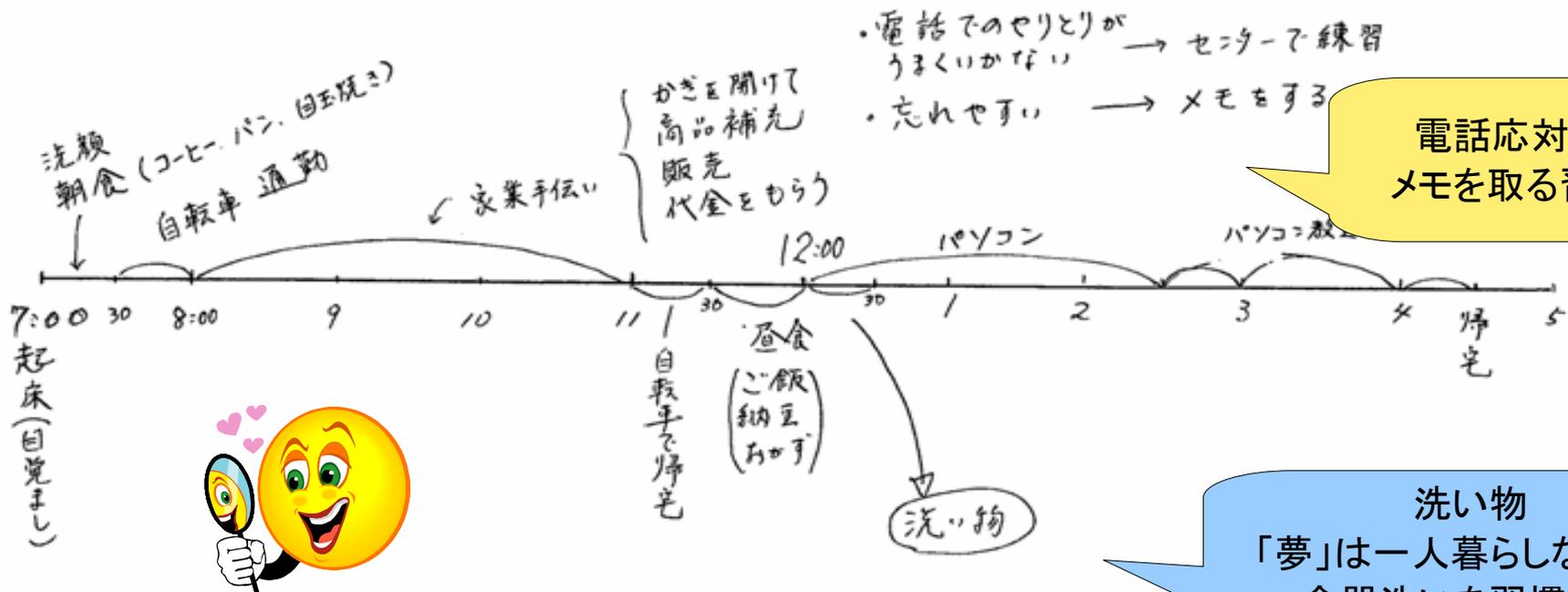
これまでの小さな実績の認識

乗り越えられる目標設定

履歴書や棚卸し表に記入してもらった内容を基に面談で質問を通して深める

生活リズムと改善点

失業期間が長くなると生活のリズムが崩れやすいので
生活状況の確認と改善



- 電話でのやりとりがうまくなり → センターで練習
- 忘れやすい → メモを取る

電話対応の練習
メモを取る習慣づけ

洗い物
「夢」は一人暮らしなので、
食器洗いを習慣づけ

毎日、家族とけんかになる。
部屋で好きな曲を聞いて
リラックスする

好きな曲を聴いて
リラックス

鏡を見て笑顔の練習
そのために部屋に鏡を用意して
毎日、鏡の自分と目を合わせる

鏡を見て
笑顔の練習
目と合わせる

■ 目標の設定

- 課題がある場合 クリアするために・・・
「何をしないといけないか」「どんな一歩ならできそうか」などを本人に質問し、一緒に考えていく。
自分で考えて、自分で決める ⇒ 「実行に移す」
- 目標の設定（WE メッセージ 一緒に！！）
「何をしたいか？」「何を手に入れたいか？」
「どうなりたいか？」
- 確認 （次回面談時や電話でのフォロー時）
承認する・Iメッセージで嬉しさを伝える。



■自己イメージ うまく働いている自分をイメージ！ 自信を深める

求人票の内容をしっかりと読み込む。

応募先の求めている人材を想像

その仕事に合う自分の経験や強みを入れ込んだ応募書類作成！

【面接練習】

イメージトレーニングは効果抜群！！

イメトレの前に

「あなたはこの仕事に向いていますか？」

「はい！」と答えられないと私(支援員)の力不足かも…

イメトレ

「朝出勤して来ました。」「おはようございますと挨拶をします」…

自分がその会社で1日働いている映像をイメージしてもらう。

面接へGO!



○ 就職力アップの流れ

3つの流れ

対話



はげまし/
モチベーション
アップ

ステップ1：自分を知る

自分は何が好きなのか、なぜそれが好きなのか、何が得意なのか、どういうことにワクワクするのかなど
子どもの時代にまで遡って思い返し書き出す。

視覚化

ステップ2：ビジョンを描く（どんな生活をしたいか）

どんなところに住んでいる？ どんな生活・暮らし？
どんな仕事をしている？ 休日はどんな風に過ごしている？
どんな人が周りにいる？ どんな気持ちで生活している？

ステップ3：スモールステップで達成感・承認する

目標を立て、共有し、確認してほめる

⇒ 自己肯定感を育む

チームで関わる

■ 失敗は成功の源

努力したことは必ず次につながる

失敗の経験からも学ぼう

この時代、がんばって就職活動をしていてもなかなか採用に至らないこともあります。

自己否定？ 他者否定？ それとも作戦を立て直す？



- よいところに目を向ける
- 課題に気付く
- 課題をクリアする



私の問題

- 生活保護が切れそう
仕事を見つけないとい
けない
- 履歴書を書けない
- 子供を預かってくれる
人がいない
- 仕事をしてもらっても給料を父
親に取られそう
- 車の運転免許がない
- パソコンが使えない
- お金が足りない

私の気づき

- 仕事が長続きしない
- 理解力が低い
- お金が貯まらない
- 仕事が覚えられない
- うまく仕事ができない
- コミュニケーションが
苦手な解雇となる

Aさんの 想いのマップ

子どもにお母さんのど
んな後姿を見せた
い？ どんな風に育っ
てほしい？

生活保護が切
られそう。今後どう
したらいいのか分
からない・・・

私の強み 環境の強み

- 父親と同居
- 子育て支援機関が
関わっている
- 困ったら相談でき
る
- 子供がいてくれる
- 現在保護受給中

望む生活と目標

望む生活

- 仕事をしている姿
- 子供には将来、生活
保護を受ける暮らし
はしてほしくない
- 子供たちと楽しく暮
らしたい

目標

- 保育士になりたい
- 車の運転免許を取る

課題解決への取り組み

- 自分に合う仕事を探す
適性検査など活用
- 訓練の説明を聞く
- 子供の預かり先の確保
- 生活費の見直しと貯金
- 仕事を続けられるよう
に作戦を立て練習す
る

[ねらい&効果] 自分を知ることができる(強み、興味etc・・・)

将来の目標が立てられる。

具体的なイメトレは効果的！

■ 想いのマップ

現場で相談者に活用している「想いのマップ」を支援者用にしてみました。

- ①この仕事を選んだ理由を書いてください。
(もし、自分で好んでこの仕事に就いたのではなくても、期待されて等、できるだけ前向きな発想をお願いします！)
- ②この仕事をする上での自分の強み(ストレング)を記入して下さい。
- ③この仕事をする上での「こうありたいと思う将来像」、「現状・困っていること・課題」をどちらからでもいいので記入してください。
- ④こうありたいと思う将来像に近づくための方法「何を」「いつまでにするか」を強みを踏まえて記入してください。
- ⑤自分自身への勇気づけの言葉を書いて3回唱えましょう！！