資料2

モニタリングの方法【講義・演習】



サービス管理責任者及び児童発達支援管理責任者指導者養成研修資料

本研修の内容・目的

事業所のモニタリングについて、サービス等利用計画との連動性を念頭に置きながら、モニタリングの視点・目的・手法等について講義により理解する。

事例を通じて、モニタリングの演習を行い、その手法を獲得する。



演習全体を通じたねらい

障害者の生活は特別なものではない。

支援の姿勢と実際について、自身の内省や人と人の関わりを題材とした内容を含む演習を通じ理解を深める。

＜演習の流れ＞

・個人ワーク

・グループで発表

・全体共有

Section1～4まで行う

グループワーク活性化のための グランドルール

- テーマに意識を集中し話合いましょう。
- グループメンバーの一人ひとりが、自身の考えを積極的に発言しましょう。
- 発言は短く、簡潔に。（一回の発言は1～2分）
- 他のメンバーの話に耳を傾けましょう。
- 他のメンバーの意見を否定せず、受止めましょう。
- アイデアの共通点を見つけながらつなぎ合わせましょう。



Section１　人としての普遍性の確認

＜ねらい＞

障害者の支援は特別なものではなく、自分と同じ人間としての変化・成長を理解し、それらを前提に支援する。

自分の経験を話したり、他人の経験を聞いたりすることで、モニタリングの視点・目的・手法等を理解する。

障害のある人も私たち（受講者）と同様に人生のさまざまな場面で困難な状況になれば、他の人やさまざまな資源を活用し、それを克服している。

自分が立てた計画で成果がなければ、その計画は的を得ていないことに気づいてもらう。決して利用者の責任にしないことが重要。

Section１　人としての普遍性の確認

事前課題

≪問1≫過去に悲しかったことや辛かったことなど、困難な状況を経験したことがありますか？

≪問2≫どのようにして困難な状況を克服してきましたか？

≪問3≫普段から介助や支援をしている利用者はどうでしょうか？

≪問4≫皆さんの経験と違いはありますか？

≪問5≫グループワーク（15分）

自己紹介・問1～問4についてグループで発表

Section2　人生の価値　生きる糧の確認

＜ねらい＞

自分自身が人生において大事にしているものを確認し、他人から見たらほんのささいなことでも、自分自身にとっては非常に重要な事柄があることを理解する。また、人がなにかの行動を起こす時には、内発的な動機が必要となることも理解する。

≪問1≫事前課題

<u>自分自身の何気ない日常を振り返ろう。</u>

あなたにとっては、どのようなことが心の糧になっているのだろうか？

みなさん自身の最近の心の糧をいくつか挙げてください。（別紙A「あなたの心の糧シート」を記入）

Section2　人生の価値　生きる糧の確認

事前課題

心の糧（心が安定する活動や行動）		有効な活動・行動が（どのように役立ちますか？）	優先順位
例：あなたが快適に感じること	*公園の散歩*	*自然との結びつきを感じ、気持ちを切り替える*	
あなたが快適に感じること			
将来に向け意義ある活動のために行うこと			
自分自身が行うことで快適になること			
日々の生活の中で楽しんで行うこと			
あなたが不快に思うときに役立つこと			
人生の中で最も重要なこと			

Section2　人生の価値　生きる糧の確認

「心の糧」
・喜びを感じるためのもの。
・日常の些細なことでも、本人にとっては大切。
・能動的なことであり、受動的なことではない。
・遠い将来の目標ではなく、今できること、やっていること。
・社会参加を支えるための生きがい。

≪問2　グループワーク（7分）≫
シートを記入して、感じたことを話し合う。
※自身が担当する利用者の心の糧はどうだろうか。
（身近な利用者のことをグループで話し合う。）

Section3　関係づくり
利用者との信頼関係をつくる

＜ねらい＞
- **目的にむかって進むこと**（Purposeful）
  利用者が新しい生き方の再発見することを支援する。
  関係は目的志向。計画を共有し、協働する。
- **相互に利益を得ること 対等な関係・互恵**（Reciprocal）
  サビ児管をはじめ福祉サービスの従事者は、リカバリーの旅において…
  斡旋する旅行会社より、旅行仲間のような役割
  互いに学びあいともに楽しんで旅行をする。
- **誠実な関係づくり 純粋・こころから親身になる**（Genuine）
  「普通の友好関係」であり、温かさ・受容・気遣い・尊重・楽しさがある。
  双方を高めるもの。

Section3　関係づくり
利用者との信頼関係をつくる

＜ねらい＞

- **信頼のある関係づくり**（Trusting）
  関係性は、相互信頼と尊敬にもとづく。
  そのためにも、「一緒にしませんか」と誘う。「してもいいですか」と許可を得る。
  透明性、正直さ、約束が守られる。お互いの経験をわかちあう。
- **エンパワメントを促す関係づくり**（Empowering）
  力づける関係とは、利用者が自分を確立し、自己決定を行い、失敗する権利を行使する。情報を入手するといった領域において、その人自身の持っている力を発揮するよう手助けをすることである。
  利用者が自分を信じ、選択の自由を自覚し、その機会をもつこと。

Section3　関係づくり
利用者との信頼関係をつくる

≪問1≫事前課題

みなさんの人生の中で、誰かに助けてもらった経験を思い出してください。

- どんな時に
- 誰に
- どのように助けてもらいましたか
- そのときの相手の態度はどうでしたか

Section3　関係づくり
利用者との信頼関係をつくる

専門家と友人の違い

- 専門家として支援する関係は

① 利用者と友人になることを目的や役割にしない。
② 業務や時間によって制限される。
③ サービス利用者として位置づけて行われる。
④ 計画的であり、統制された関係である。

≪問2　グループワーク（10分）≫

シートを記入して、感じたことを話し合う。

※専門家として利用者と関わる中で、自身が経験したことをもとに身近な利用者のことをグループで話し合う。

Section4　内発的動機 「はい/Yes」の重み（相手/自分の目標設定）

＜ねらい＞

研修受講者も自分の人生の目標が上手くいかなかったり、別なものに変わってきたことを確認する。それはいけないことではなく、人として当たり前のこと捉える。

利用者も私たちと一緒だと気がつく。うまくいかない理由は、ひとそれぞれだが、人が生活を変える時はそれなりの理由が必要となる（内発的動機）。

Section4　内発的動機 「はい/Yes」の重み（相手/自分の目標設定）

事前課題

≪問1≫みなさんは昔、どんな夢をもっていましたか？

≪問2≫その夢をあきらめたのはどうしてですか？

Section4　内発的動機 「はい/Yes」の重み（相手/自分の目標設定）

グループワーク（40分）

≪問3≫グループで対象者を1名決め、対象者がいま生活で変えたいことや目標を持って行いたいことを聞き取ってください。「何か目標がありますか？」や「生活を変えたいことはありますか？」といった直接的な質問は禁止です。日常会話をする中で聞き取ってください。

≪問4≫問3で聞き取った目標を提案し、「プランシート（別紙B）」を作成してください。なぜその目標を提案したか理由をつけて話し合いに臨んでください。

プランシート（別紙B）

長期目標		
理由 （なぜ大事なのか）		
小目標	何から始めるか（具体的に）	いつまでに

※小目標は１週間から１０日程度で達成可能なものとします。

Section4　内発的動機「はい/Yes」の重み（相手/自分の目標設定）

グループワーク

≪問5≫あなたの目標がどのくらいの可能性で達成できるかを確認します。

具体的には以下のような問いかけについて、0～10点満点で確認します。

①この目標はどのくらい自分にとって大切ですか？

②この目標を達成するのに、どのくらいの自信がありますか？

③この目標を達成するのに、どのくらいの時間がかかりますか？

評価表（小目標）

小目標	達成可能度
	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

0	絶対にできない
1～3	簡単にできるとは思えない 現実的ではない
3～5	がんばろうと思っているができそうにない
5～7	難しいかもしれないが挑戦したい
7～9	少しがんばれば達成できそう
10	今すぐに達成できる

Section4　内発的動機 「はい/Yes」の重み（相手/自分の目標設定）

グループワーク

≪問6≫対象者が自分自身で立てたプランシートと、あなたが立てたプランシートに違いはありますか。

それぞれの立場で話し合ってみましょう。

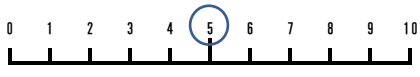


プランシート（例：Kさん）

長期目標	健康にすごしたい	
理由 （なぜ大事なのか）	体力の衰えを感じるから	
小目標	何から始めるか（具体的に）	いつまでに
睡眠をたくさんとる	・寝る前のスマホタイムをやめる ・ゆっくりお風呂に入る	今日からすぐ
運動をする	・手軽にできる運動をみつける ・ウォーキング	1週間以内
楽しいことを計画する	・旅行の計画を立てる ・趣味の時間を設ける	1週間以内

※小目標は１週間から１０日程度で達成可能なものとします。

評価表（小目標）（例：Kさん）

小目標	達成可能度
睡眠をたくさんとる	
運動をする	
楽しいことを計画する	

0	絶対にできない
1～3	簡単にできるとは思えない 現実的ではない
3～5	がんばろうと思っているができそうにない
5～7	難しいかもしれないが挑戦したい
7～9	少しがんばれば達成できそう
10	今すぐに達成できる

Section4　内発的動機 「はい/Yes」の重み（相手/自分の目標設定）

なぜ目標が達成できないのかを考えてみよう（1）

- 立てられた目標が利用者の目標ではない。
- 目標を達成するために必要な地域資源を利用することができない。
- 資源の関係者やサービス提供者が、利用者のニーズに応えていない。
- 目標を達成するために必要な技術が欠落している。
- 目標を達成するために必要な情報がないことや、間違った情報が入手されている。
- 失敗に対する恐れ 成功に対する恐れがある。
- 同時期にたくさんの目標を達成させようとしている。
- 目標達成のための時間が十分でない。
- 目標設定が高すぎる、低すぎる。

Section4　内発的動機 「はい/Yes」の重み（相手/自分の目標設定）

なぜ目標が達成できないのかを考えてみよう（2）

- 目標が利用者にとって楽しくない。
- 目標達成に向けて本人の意欲を肯定的に強めるものがない。やっても見合った評価がない。
- 目標設定時と比べて環境が変化してしまった。望んでいる、実行できそうな目標ではなかった。
- 目標を支援しない利用者の周りの人からの影響。
- 利用者がとても疲れている。病気になった。
- 長期目標が短期の実現可能な段階に分けられていない（スモールステップ）。
- 目標が非常に抽象的で、具体的になっていない。など

Section4　内発的動機 「はい/Yes」の重み（相手/自分の目標設定）

なぜ目標が達成できないのかを考えてみよう（3）

＜例＞ 痩せたい人がいる。
痩せたい理由は「愛されたいから」
痩せられたとしても、誰かに愛されないことがある。その目標は
達成されていない。
逆に太っていても、誰かに愛されることになれば目標を達成したことになる。

・利用者を尊敬することが大切。
・利用者がしたいことを、サービス管理責任者に打ち明けてくれることが重要。
・そのためには、信頼関係が重要である。
・支援者は、利用者は必ず、自分がしたいことに向かって動き出すことを
忘れてはならない。

「魔法はご本人の中にある」