



『本人にはどう見えている？』 第2巻 連動ワークブック

本人と周囲との「あいだ」を見ながら、支援する自分を見つめ直す

はじめに

このワークブックを開く前に

このワークブックは、

本人について、もっと詳しい答えを出すためのものではありません。

本を読みながら、

私はこの場面をどう見ていたのだろう。

私は何を「当たり前」と考えていたのだろう。

私は何を目指して関わっていたのだろう。

と、自分へ問い返すためのワークブックです。

第2巻では、人との関わりやコミュニケーションを扱います。

人との関わりは、本人一人の中だけで起きるものではありません。

本人、相手、活動、情報、環境。

そして、その場面に関わっている**自分**も、条件の一つです。

全部のページを使う必要はありません。

書けないところを、推測で埋める必要もありません。

途中で、

まだ分からない

が残っても構いません。

このワークブックで残したいのは、完成した答えではなく、

次に本人と向き合うときに、自分が持っていたい問い

です。

安全に関わる場面では

安全に関わるものが起きているときは、

このワークブックでの振り返りより先に、まず安全を守ります。

本人を理解しようとするのと、本人・他者双方の安全や権利を守ることを、どちらか一方にしません。

理解することは、許容することではありません。

安全を守することは、本人を罰することと同じではありません。

安全が確保されたあとで、自分が何を見ていたか、どんな前提や支援目的を持っていたかを振り返ります。

第1章

使い方を選ぶ

本を読みながら使いたい

→ **WORK 1 | Case学習メモ**

Caseを読む前の自分の見方と、読んだあとの変化を残します。

迷ったとき、一度立ち止まりたい

→ **WORK 2 | 人との関わり・コミュニケーションを見る7つの問い**

「私は今、どう見えているか」へ戻ります。

一つの場면을丁寧に振り返りたい

→ **Full Route**

自分の見方、期待、支援目的、関わり方を順番に見ます。

関わりを見直したあと、変化を確かめたい

→ **5つの視点**

何が、誰にとって、どう変わったかを見ます。

一人で閉じず、誰かと考えたい

→ **相談**

分かっていること、まだ分からないこと、自分の見方、今の問いを相談につなげます。

第2章

今の入口から選ぶ

今の自分に近いところから始めて構いません。

- ☐ 「本人の問題」と感じている
- ☐ 会話や関係が噛み合わないと感じる
- ☐ 自分の支援目的を見直したい
- ☐ 関わりを変えたあと、何が変わったか見たい
- ☐ まだ何から考えればよいかわからない
- ☐ 「言ったのに」と感じている
- ☐ 本人にどう関わればよいかわかっている
- ☐ 自分の「当たり前」が影響していないか考えたい
- ☐ 誰かに相談したい

どこから始めても構いません。

第3章

学びをつなぐ

このワークブックでは、

読む前の自分

- 自分が何を見ていたか
- 自分の前提・期待
- 本人と周囲との「あいだ」
- 自分の関わり
- 自分の支援目的
- 自分が変えられる条件
- まだ分からないこと
- 次の問い

という流れを行き来します。

順番どおりでなくても構いません。

第4章

見る方向を増やす

場面を振り返るとき、本人だけを見ていると、本人の中に理由を探しやすくなります。

そこで第2巻では、

- ・本人
- ・相手
- ・活動
- ・情報
- ・環境
- ・自分

へ見る方向を広げます。

これは、6つの項目を全部分析するためではありません。

自分がどこを見ていて、どこをあまり見ていなかったか

に気づくための方向です。

このワークブックで残したいもの

- 自分の見方への気づき
- 自分の「当たり前」への気づき
- 自分の支援目的への気づき
- 自分が変えられる条件
- まだ分からないこと
- 次に持つ問い

本人についての答えより、自分が持つ問いを残します。



Case学習メモ

このメモについて

このメモは、Caseを読んで「正解」を書くためのものではありません。

Caseを読む前に、自分はどこを見ていたか。

解説を読んだあと、何が増えたか。

最初の自分の見方は、どんな問いに変わったか。

それを残すためのメモです。

全部埋めなくても構いません。

Caseを分析しきるのではなく、Caseを通して自分の見方を振り返ること。

第2巻では、

本人だけを見るところから、本人と周囲との「あいだ」へ、自分の視点が広がったか

も振り返ります。

それ自体が学びになります。

安全に関わるCaseでは

安全に関わる事が起きているときは、

このメモより先に、まず安全を守ります。

安全が確保されたあとで、自分がその場面をどう見ていたか、本人理解と他者の安全・権利をどう考えていたかを振り返ります。

STEP 0 このCaseから、今の自分が得たいこと

- | | |
|--|--|
| ☐ 自分がどこを見て判断しているか知りたい | ☐ 本人だけに理由を置いていないか振り返りたい |
| ☐ 自分の「当たり前」や期待に気づきたい | ☐ 本人と周囲との関係へ視点を広げたい |
| ☐ 「伝えた」と「届いた」の違いを考えたい | ☐ 本人が表したこと、自分の読み取りを分けてみたい |
| ☐ 自分の支援場面へ持ち帰れる問いを見つけたい | ☐ 今はまだ、何を得心のかよく分からない |
| ☐ その他 | |

その他

STEP 1

Caseを読む前の自分

Case番号・タイトル

1

最初に選んだ選択肢・見方

2

なぜ、それを選びましたか？

そのとき、自分は何を見てそう考えましたか？

STEP 2

解説を読んだあと

3

自分が見ていたこと

最初の自分は、何に目を向けていたでしょうか。

- | | |
|-------------------------------------|---------------------------------------|
| ☐ 本人の行動 | ☐ 本人の言葉・表情・伝え方 |
| ☐ 相手の行動や関わり方 | ☐ 活動・ルール・役割 |
| ☐ 予定・時間 | ☐ 情報の伝わり方 |
| ☐ 周囲の人・集団 | ☐ 場所・物・環境 |
| ☐ 安全・権利 | ☐ その他 |

気づいたこと

4

まだ見ていなかったこと

解説を読んで、「自分はここを見ていなかった」と気づいたことはありますか？

3つの見方から、気づいたこと

全部書かなくても構いません。

自分の最初の見方と比べて、気になったところだけ使ってください。

5A | ABA

ABAから気づいたこと

本人の前後で起きていたことや、条件の違いへ目を向けたとき、自分の見方に何が増えましたか？

5B | ICF

ICFから気づいたこと

本人だけではなく、活動・参加・他者・環境との関係から見たとき、自分の見方に何が増えましたか？

3つの見方から、気づいたこと

5C | Structured TEACCHing

Structured TEACCHingから気づいたこと

本人が必要な情報を確認できる状態だったかという視点から見たとき、自分の見方に何が増えましたか？

3つの見方から一つの正解を決める必要はありません。

STEP 3

自分の見方を少し離れて見る

6

最初は、どんな言葉で本人や場面を見ていましたか？

例：

- ・待てないと思った
- ・参加していないと思った
- ・分かっているのにしないと思った
- ・何も伝えていないと思った
- ・会話が噛み合わないと思った

7

その見方の中に、自分の「当たり前」や期待はありましたか？

たとえば、

- ・みんなと同じように参加すべき
- ・順番を待つべき
- ・説明したら分かるはず
- ・質問には答えるべき
- ・会話はこの話題に沿うべき

などです。

自分を責めるためではなく、自分がどんな基準で場面を見ていたかを知るために振り返ります。

STEP 3

自分の見方を少し離れて見る

8

今は、どんな問いに変わりましたか？

STEP 4

実際の支援へ持ち帰る

9

似た場面があったら、次に自分は何を見てみたいですか？

本人だけでなく、

相手・活動・情報・環境・自分の関わり方

の中から、今気になるものを一つだけでも構いません。

10

自分の関わりで、一つだけ見直してみたいこと

本人を変える方法を急いで考える前に、

自分の伝え方、待ち方、質問の仕方、情報の示し方、期待していること

なども振り返ります。

STEP 5

読む前と比べて、何が見えてきましたか？

- | | |
|---|---|
| ☐ 自分がどこを見て判断していたか分かった | ☐ 本人だけに理由を置いていたことに気づいた |
| ☐ 相手の関わり方にも目が向いた | ☐ 活動・情報・環境の条件にも目が向いた |
| ☐ 「伝えた」と「届いた」を同じにしていたことに気づいた | ☐ 本人が表したことと、自分の読み取りを分けて考えた |
| ☐ 自分が期待していた「参加・会話・理解」の形に気づいた | ☐ 自分の関わり方も場面の条件だと考えるようになった |
| ☐ 「まだ分からないこと」が見つかった | ☐ 新しい問いが生まれた |
| ☐ 実際の支援場面で見てみたいことができた | ☐ 特に変わらない |
| ☐ まだよく分からない | ☐ その他 |

今、残っている問い

答えが出なくても構いません。
最初とは少し違う問いが生まれたなら、それもこのCaseから得た学びです。

このメモで大切にしたいこと

このメモの目的は、本人を評価することでも、自分を評価することでもありません。

Caseを通して、「私はこの場面をどう見ていたのだろう」と自分へ問い返すこと。

そして、

次に本人と向き合うとき、自分は何をもう一度見てみたいだろう。

という問いを持ち帰るために使います。



人との関わり・ コミュニケーションを見る7つの問い

このシートについて

人との関わりやコミュニケーションで迷ったとき、

本人について答えを出す前に、自分の見方へ一度立ち戻るための7つの問い

です。

全部を毎回考える必要はありません。今の自分に引っかかった問いを、一つ選ぶだけでも構いません。

このシートは、本人のコミュニケーション能力を評価するためのものでも、自分の支援を採点するためのものでもありません。

「私は今、何を見て、どう考えているだろう？」

と、一度自分へ問い返すために使います。

安全に関わる場面では

安全に関わるものが起きているときは、

この7つの問いより先に、まず安全を守ります。

本人を理解しようとするのと、他者の安全・権利を守ることを、どちらか一方にしません。

安全が確保されたあとで、自分がその場面をどう見ていたかを振り返ります。

このシートを使って、今したいこと

- | | |
|--|---|
| ☐ 一度立ち止まって、自分の見方を振り返りたい | ☐ 本人だけに理由を置いていないか確認したい |
| ☐ 実際に起きたことと、自分の解釈を分けたい | ☐ 自分の「当たり前」や期待に気づきたい |
| ☐ 「伝えた」と「届いた」を分けて考えたい | ☐ 本人が表したことと、自分の読み取りを分けたい |
| ☐ 自分の関わり方も場面の条件として見たい | ☐ まだ分からないことを残したい |
| ☐ 次に持つ問いを見つけたい | ☐ 今はまだ、何から考えればよいか分からない |

2 私は、実際に起きたことと、自分の解釈を分けているか?

「嫌だった」「理解していない」「わざとだった」など、自分の中に浮かんだ言葉は、

実際に確認できたことと同じではありません。

自分が何を見て、そこから何を考えたのか、一度分けてみます。

自分について気づいたこと

3 私には見えている情報やルールが、本人にも同じように見えていると思い込んでいないか?

自分には、

- 今何をするか
- 誰の番か
- 次は何か
- 何が変わったか
- 今何について話しているか

が分かっている、

本人にも同じ情報が同じ形で見えていたとは限りません。

「説明したから分かるはず」と考えていなかったか、自分の前提を振り返ります。

自分について気づいたこと

4

私は、「伝えた」と「届いた」を同じにしていないか？

自分が言ったこと、見せたこと、説明したことと、

■ 本人が実際に使える形で情報へアクセスできたこと

は同じとは限りません。

また、

■ 理解したことと、そのとおりにすぐ行動したこと

も同じとは限りません。

「言ったのに」と感じたとき、自分は何を前提にしていたかを振り返ります。

自分について気づいたこと

6

私は、自分が期待する「参加・待つ・答える・理解する」の形を基準にしているか？

「参加するなら、みんなと同じように」

「順番なら、静かに待つ」

「質問したら、聞いたことに答える」

「理解したなら、そのとおりに動く」

こうした基準が、自分の中の「当たり前」になっていないでしょうか。

本人がすでに使っている方法や、別の形で成立している関わりを見落としていないか

も振り返ります。

自分について気づいたこと

7

私は、自分の関わり方も場面の条件として振り返り、まだ分からないことを残せているか？

本人へ変化を求める前に、

- 自分の伝え方
- 質問の仕方
- 待つ時間
- 情報の示し方
- 活動の組み立て
- 自分の焦りや期待

も見てみます。

そして、すぐに理由を決めず、

まだ分からないことを残すこと

も大切にします。

自分について気づいたこと

最後に

今、一番残っている問い

全部に答えなくても構いません。

本人について答えが増えることより、自分の見方に一つ気づき、次に持つ問いが一つ増えれば十分です。

この7つの問いで大切にしたいこと

このシートの目的は、

本人を相手や集団に合わせること

でも、

支援者である自分を責めること

でもありません。

人との関わりやコミュニケーションは、

本人一人の中だけで起きるものではありません。

だからこそ、

「本人はどうか？」だけでなく、「私はこの場面をどう見ていたのか？」

へ戻ります。

少しだけ振り返りたいとき

一つの場면을短く見たいときは、

PDF 3 | Short Route

を使えます。

もっと丁寧に振り返りたいときは、この先のFull Routeへ進みます。

同じ内容を両方へ書き直す必要はありません。

FULL ROUTE

本人と周囲との「あいだ」を見ながら、支援する自分を見つめ直す 丁寧に振り返る

全部を埋める必要はありません。

このFull Routeでは、

本人について答えを完成させること

よりも、

その場面を見ていた自分を丁寧に振り返ること

を大切にします。

STEP 1 | 振り返る場面を選ぶ

1 | 最近、気になった場面

2 | なぜ、その場面が気になりましたか？

3 | そのとき、自分が一番気になっていたこと

STEP 2 | そのときの自分を見る

その場で、自分にはどんな条件がありましたか？

- | | |
|---|---|
| ☐ 時間を気にしていた | ☐ 次の予定があった |
| ☐ 他の人への対応があった | ☐ 周囲を待たせていた |
| ☐ 安全面を気にしていた | ☐ 業務や記録が残っていた |
| ☐ 疲れていた | ☐ 気持ちに余裕がなかった |
| ☐ 同じことが何度も続いていた | ☐ 本人に早く分かってほしいと思っていた |
| ☐ 会話や活動を進めたいと思っていた | ☐ 周囲の人のことを気にしていた |
| ☐ その他 | |

そのときの自分について気づくこと

支援者側の状態も、場面の条件の一つです。

STEP 3 | 最初に浮かんだ言葉を見る

4 | そのとき、頭に浮かんでいた言葉

例：

- 参加していない
 - 待てない
 - 分かっていない
 - 言ったのにやらない
 - 何も伝えていない
 - 会話が噛み合わない
-

5 | その言葉は、どれに近いでしょうか？

- ☐ 実際に確認できたこと
- ☐ 自分の期待
- ☐ 予想
- ☐ 自分の解釈
- ☐ 心配
- ☐ まだ分からないこと

気づいたこと

STEP 4 | 自分が見ていた方向を見る

6 | その場面で、自分が見ていたもの

- ☐ 本人
- ☐ 活動
- ☐ 情報
- ☐ 安全・権利
- ☐ その他
- ☐ 相手
- ☐ 予定・時間
- ☐ 環境
- ☐ 自分の関わり

7 | 今振り返ると、自分があまり見ていなかった方向

STEP 5 | 自分の「当たり前」や期待を見る

8 | その場面で、自分は何を期待していましたか？

例：

- みんなと同じように参加する
 - 順番を待つ
 - 説明したら理解する
 - 質問には答える
 - 会話は話題に沿う
 - 理解したら行動する
 - 予定変更を受け入れる
-

9 | その「当たり前」は、誰にとっての当たり前だったのでしょうか？

自分を責めるためではなく、自分がどんな基準で場面を見ていたかを知るために振り返ります。

STEP 6 | 本人側を、決めつけずに見る

本人の気持ちを当てる必要はありません。

10 | 本人が実際に表していたこと

11 | 本人がすでに使っていた方法

伝える、確認する、選ぶ、断る、待つ、離れる、助けを求める等。

12 | 本人から確認できたこと

13 | まだ分からないこと

本人側を考えると、本人の内面を決めることを同じにしません。

STEP 7 | 本人と周囲との「あいだ」を見る

相手

相手は、どんな関わり方をしていましたか？

活動

活動の目的・役割・ルールはどうなっていましたか？

情報

何が、どのように、いつ伝えられていましたか？

環境

人数、距離、音、時間、物、見通し、安全等で気になることはありますか？

STEP 8 | 自分の関わりを振り返る

14 | 自分は、どんな言葉や方法で伝えましたか？

15 | 自分は、どのくらい待っていましたか？

16 | 本人が訂正・拒否・確認できる余地はありましたか？

17 | 自分は、何を「うまくいった」と考えていましたか？

STEP 9 | 自分の支援目的を見る

18 | そのとき、自分が目指していたこと

- | | |
|------------------------------------|-------------------------------------|
| ☐ 行動してもらう | ☐ 静かにしてもらう |
| ☐ 質問を減らす | ☐ 活動を進める |
| ☐ 予定どおりにする | ☐ 会話を成立させる |
| ☐ 本人の意思が伝わる | ☐ 本人が確認できる |
| ☐ 本人が選べる | ☐ 関係や参加につながる |
| ☐ 生活しやすくなる | ☐ その他 |

19 | 「支援者にとって進めやすいこと」が、目的そのものになっていなかったでしょうか？

STEP 10 | 二つの景色を並べる

自分から見えていた景色

本人から確認できた／本人が利用できたと考えられる情報

まだ分からないこと

本人の景色を想像で完成させません。

STEP 11 | 自分を変えられる条件を見る

本人へ変化を求める前に、自分や周囲で見直せることを考えます。

- | | |
|----------------------------------|------------------------------------|
| ☐ 自分の伝え方 | ☐ 待つ時間 |
| ☐ 質問 | ☐ 情報の示し方 |
| ☐ 活動の組み立て | ☐ 選択肢 |
| ☐ 確認方法 | ☐ 相手との調整 |
| ☐ 環境 | ☐ 自分の期待 |
| ☐ その他 | ☐ 今はまだ分からない |

今、見直してみたいこと

STEP 12 | 一つだけ試す

一度に全部変える必要はありません。

次に一つだけ見直すこと

そのあと、何を見るか

「支援を実施した」ことではなく、その後に何が起きたかを見ます。

STEP 13 | 今の整理

確認できていること

考えられること・可能性

まだ分からないこと

次に確かめたい問い

STEP 14 | 振り返る前と今を比べる

最初の自分の見方

今の自分の見方

自分に増えた問い

答えが出ることより、次に本人と向き合うときに持つ問いが変わることを大切にします。

WORK 2

関わりを見直したあと、変化を5つの視点でしてみる

関わり方や環境を見直したあと、

「落ち着いた」「やり取りできた」「スムーズになった」

だけで「良くなった」と決めないための振り返りです。

何が、誰にとって、どのように変わったのか。

本人の生活へ戻りながら、自分自身の見方も含めて5つの視点から見てみます。

全部埋めなくても構いません。

STEP 0 | この振り返りで、今の自分が確かめたいこと

- | | |
|--|---|
| ☐ 自分の見方が変わったか振り返りたい | ☐ 自分の関わり方が変わったか見たい |
| ☐ 本人が使っている方法に変化があったか見たい | ☐ 相手・情報・環境の変化を見たい |
| ☐ 関係・参加・生活への影響を見たい | ☐ 「うまくいった」の意味を考え直したい |
| ☐ 支援者にとっての変化と本人にとっての変化を分けたい | ☐ 次に何を確かめるか考えたい |
| ☐ 今はまだ、何を確かめたいか分からない | |

まず、振り返る場面を決める

場面

期間

View 1 | 自分の見方

1 | 自分の捉え方や問いに、どんな変化がありましたか？

たとえば、

- | | |
|---|---|
| ☐ 「本人の問題」と見ていたところから、周囲との関係も見ることがようになった | ☐ 「分かっているのにしない」から、「何が届いていたのだろう」に変わった |
| ☐ 「会話が噛み合わない」から、「何を共有できていたのだろう」に変わった | |

などです。

View 2 | 自分の関わり

2 | 自分の伝え方、待ち方、質問、情報提示、関わる距離、支援の目的などに変化はありましたか?

View 3 | 本人が使っている方法

3 | 本人がこれまで使ってきた伝え方、確認、選択、拒否、援助要請などは、使いやすくなりましたか？

例：

- ☐ 選ぶ
- ☐ 確認する
- ☐ 休む
- ☐ 指さす
- ☐ 写真やカードを使う
- ☐ その場から離れる
- ☐ 断る
- ☐ 待つ
- ☐ 助けを求める
- ☐ 見る
- ☐ 同じ言葉を使って伝える

View 4 | 相手・情報・環境

4 | 相手の関わり、活動、ルール、予定、時間、情報、環境条件などに変化はありましたか？

View 5 | 関係・参加・生活

5 | やり取り、参加、本人の意思の反映、生活のしやすさなどに変化はありましたか？

STEP 1 | 「うまくいった」を、もう一度考える

A | 本人にとって良い変化だったと言えますか？

- ☐ そう思う
- ☐ まだ分からない
- ☐ 一部はそう思う
- ☐ 別の見方も必要だと思う

そう考えた理由

STEP 1 | 「うまくいった」を、もう一度考える

B | 自分や周囲にとってやりやすくなったことと、本人にとっての変化を混同していないでしょうか?

STEP 2 | まだ分からないことを残す

「まだ分からない」と分かったことも、振り返りの成果です。

まだ分からないこと

STEP 3 | 次に持っていく問い

1 | 次に確かめたい問い

2 | 次に確かめたい問い

STEP 4 | 振り返る前と比べて、何が見えてきましたか？

- ☐ 自分の見方の変化に気づいた
- ☐ 本人が使っている方法に目が向いた
- ☐ 情報・活動・環境の影響に気づいた
- ☐ 自分にとっての「うまくいった」と本人の変化を分けて考えた
- ☐ 次に確かめたい問いができた
- ☐ まだよく分からない
- ☐ 自分の関わり方の変化に気づいた
- ☐ 相手側の条件に目が向いた
- ☐ 関係や参加まで見られた
- ☐ まだ分からないことが見つかった
- ☐ 特に変わらない
- ☐ その他

今、残っていること

この5つの視点について

この5つの視点は、ABA・ICF・Structured TEACCHingの公式分類ではありません。

第2巻で、

本人と周囲との関係を見ながら、支援者自身の見方と支援後の変化を振り返るための整理

です。

必要なところだけ使って構いません。

WORK 3

相談するための言葉にしてみる

一人で答えを完成させず、誰かと一緒に考えるために

相談するための「正しい文章」を作るためのものではありません。

今分かっていること、まだ分からないこと、自分が今どう見ているか、今持っている問いを少し整理して、

誰かと一緒に考えられる形

へつなぎます。

相談は、答えをもらうことだけではありません。

まず、使い方を選びます

A | すでに別のワークで整理している

前のワークを見ながら、相談に必要なところだけ使います。

同じことを書き直す必要はありません。

B | この資料だけ使う

ここで、相談に必要なことだけ簡単に整理します。

全部書く必要はありません。

STEP 1 | 今、相談したい場面

1 | 今、相談したい場面・気になっていること

STEP 2 | 分かっていること・分からないこと・自分の見方・今の問い

2 | ここまで確認できていること

3 | まだ分からないこと

4 | 今、自分はこの場면을どう見えていますか？

「私は今、_____と考えている。」

5 | 今、持っている問い

STEP 3 | 何を一緒に考えてほしい?

- | | |
|---|---|
| ☐ 一緒に状況を整理してほしい | ☐ 自分とは違う見方を聞きたい |
| ☐ 自分の考えを一度聞いてほしい | ☐ 本人について別の可能性を一緒に考えたい |
| ☐ 自分の見方や前提を一緒に振り返りたい | ☐ 「伝えた／届いた」を一緒に整理したい |
| ☐ 本人と相手双方の安全・権利を考えたい | ☐ 自分の関わり方で変えられる条件を考えたい |
| ☐ 次に何を観察するとよいか相談したい | ☐ 他の専門職につないだ方がよいか相談したい |
| ☐ とりあえず話を聞いてほしい | ☐ 誰に相談するとよいか一緒に考えてほしい |
| ☐ その他 | |

その他・補足

STEP 4 | 誰と考える？

- | | |
|------------------------------------|--|
| ☐ 同僚 | ☐ 先輩職員 |
| ☐ サービス管理責任者 | ☐ 管理者 |
| ☐ 看護職 | ☐ 心理職 |
| ☐ 医療職 | ☐ 家族 |
| ☐ 相談支援専門員 | ☐ 他事業所・関係機関 |
| ☐ その他 | ☐ 誰に相談すればよいかわからない |

思い浮かぶ人・機関

「誰に相談すればよいかわからない」こと自体を、誰かに相談しても構いません。

STEP 5 | 相談をどう切り出す?

相談の最初の一言が難しいときは、下の形を使っても構いません。

少し相談したいことがあります。
_____ の場面について、
_____ までは確認できていますが、
_____ がまだ分かりません。
私は今、_____ と見えています。
_____ という問いを持っています。
一緒に整理してもらえませんか。

この形をそのまま使う必要はありません。

自分の言葉で書いてみる | 任意

STEP 6 | 相談したあと、今どう見えていますか?

任意

相談しても、答えが一つに決まるとは限りません。

新しく分かったこと

別の見方が増えたとしたら

まだ分からないこと

今、残っている問い／次に確かめたいこと

相談が「うまくいったか」を評価するのではなく、自分の見方や問いがどうなったかを見ます。

STEP 7 | 今、残っている問い／次にできそうなこと

今、残っている問い

次にできそうなのがあれば | 任意

- | | |
|--|--|
| ☐ 次の場面をもう一度観察する | ☐ 自分の関わり方を一つ見直す |
| ☐ 本人に確認できる方法を考える | ☐ 記録を見直す |
| ☐ 情報・活動・環境の条件を一つ見直す | ☐ 別の人にも相談する |
| ☐ 必要な専門職へ相談する | ☐ もう少し考えてみる |
| ☐ 今は決めない | ☐ その他 |

補足

一人で答えを出す必要はありません。

分からないことや、自分の見方を言葉にして、誰かと一緒に考えることも支援の一部です。

この資料について

この資料は、『本人にはどう見えている？』第2巻の内容を振り返り、

本人と周囲との関係を見ながら、支援者自身の見方・関わり・問いを整理するための補助資料

です。

特定の本人への支援方法を決定したり、診断・医療判断を行ったりするための資料ではありません。

実際の本人に関する情報を記入する場合は、所属先やご家庭の個人情報・記録管理のルールに従ってください。

緊急性のある安全上・身体上・医療上の問題については、この資料での整理よりも、所属先の手順や必要な専門職への連絡・相談を優先してください。

このワークブックの使い方について

このワークブックは、本人への支援方法を単独で決定したり、診断・医療判断を行ったりするための資料ではありません。

実際の本人に関する情報を記入する場合は、所属先やご家庭の個人情報・記録管理のルールに従ってください。

緊急性のある安全上・身体上・医療上の問題については、このワークブックでの整理よりも、所属先の手順や必要な専門職への連絡・相談を優先してください。

おわりに

このワークブックで残したいもの

このワークブックを使っても、

本人についての答えが一つに決まらないことがあります。

自分の支援が「正しかった」と言い切れないこともあります。

それで構いません。

残したいのは、

- ・最初に自分が何を見ていたか
- ・何をあまり見ていなかったか
- ・自分の中にどんな「当たり前」があったか
- ・自分は何を目指して関わっていたか
- ・自分や周囲で変えられる条件は何か
- ・まだ分からないことは何か
- ・今、どんな問いを持っているか

です。

次に本人と向き合うとき、自分はどんな問いを持っていたいだろう。

その問いを、ここから持ち帰ります。