

# 職場適応を促進するための相談技法の開発

## ～ジョブコーチ支援における活用に向けて～

### 目 次

#### 第1章 開発の背景と目的

- 1 開発の背景と目的 . . . . . 3
- 2 地域障害者職業センターに対するニーズ調査結果 . . . . . 5

#### 第2章 相談支援ツールの内容

- 1 相談支援ツールの構成 . . . . . 9
- 2 相談支援ツールの概要 . . . . . 12
  - (1) 生活習慣 . . . . . 12
  - (2) ストレス対処 . . . . . 15
  - (3) 習慣化 . . . . . 21
- 3 相談支援ツールの説明例 ～活用する前に理解しておこう～ . . . . . 25
  - (1) 生活習慣 . . . . . 25
  - (2) ストレス対処 . . . . . 36
  - (3) 習慣化 . . . . . 69

#### 第3章 相談支援ツールを活用した相談にあたってのポイント及び留意点

- 1 ジョブコーチ支援における相談支援ツールを活用した相談の実施例 . . . . . 78
- 2 相談支援ツールを活用した相談におけるポイント及び留意点 . . . . . 91

#### 第4章 まとめ

- . . . . . 97

#### 別冊 職場適応を促進するための相談支援ツール集