

## はじめに

## 目 次

### 第1章 ワークシステム・サポートプログラムの概要

1	WSSP の概要	1
(1)	WSSP の基本構成	2
(2)	就労セミナー	3
(3)	作業	4
(4)	WSSP における個別相談	5

### 第2章 リラクゼーション技能トレーニングの改良

1	改良の背景	6
2	改良の方向性	6
3	3つの新規プログラムのねらい	6
4	新規プログラムとリラクゼーション技能トレーニングの関係性	7
5	プログラムのモデル・スケジュールについて	8

### 第3章 感覚プログラム

1	ねらい	9
2	構成	10
3	各ツールの内容	11
(1)	感覚特性チェックシート	11
(2)	感覚特性見える化シート	13
(3)	特性対処のヒント集	17
4	各ステップの相談のポイント	18
5	感覚特性見える化シート、特性対処のヒント集を活用した相談事例	20
6	ツールを活用した相談のメリット	21
7	感覚特性によるストレスを軽減するグッズの紹介	22

### 第4章 運動プログラム

1	ねらい	23
2	構成	23
(1)	運動プログラムの構成	23
(2)	運動プログラムの実施スケジュール	23
3	プログラムの内容	24
(1)	運動・姿勢に関する特徴のアセスメント	24
(2)	講習「疲れにくい姿勢を作る」	26
4	実施上の工夫・留意点	38
(1)	「運動」や「姿勢」に対する苦手意識をもつ受講者への導入	38

