

Sheet B 「相談時チェックシート」

1 目的

このシートは、カウンセラーが相談を振り返り、「相談を進める際に留意する点」をどの程度意識して相談を実施しているかチェックすることにより、カウンセラー自身の認知過程にも注意を向け、次回以降の相談の見通しや留意点等を検討するためのものです。

2 構成

このシートは、計 22 項目の「相談時を進める際に留意する点」で構成されています。これらの項目は、Sheet A-1 の「Ⅱ. 支援方法の検討・選択、実施の際に留意する点」および「Ⅲ. 利用者との振り返りの際に留意する点」等をまとめたものです。

3 使い方

使用時期：(1)相談の終了後、(2)次回以降の相談に入る前

方 法：

- ①相談用紙の表紙等に添付します。
- ②相談終了後、「日付」に相談日を書き、5 カテゴリー22 項目について、相談時にどの程度意識して相談を実施したかチェックします。
- ③ (1)から(22)の項目をチェックすることを基本としていますが、詳しいチェックが必要なければ、「A 導入時の工夫」から「E ネットワーク」の5 カテゴリーのみのチェックで構いません。
- ④チェックの基準は、「○：十分した」、「△：不十分だった」、「－：該当無し（話題に上らなかったり、相談時に取り上げなかった場合等）」の3種類です。

留 意 点：

①カウンセラー自身の相談を振り返るため、②次の相談の運び方をイメージするため、の2つの目的に使うことができます。

利用者の状況によっては、項目の内容が合わない場合や取り上げること自体が難しく、チェックできない場合も考えられます。その際は、空白または斜線を引くなどして、無理に記入する必要はありません。

利用者氏名

①相談罫紙の表紙に添付します

相談を進める際に留意する点

日付

○/● ○/× △/○ / /

A 導入時の工夫 ③カテゴリー

- (1) 課題の検討に入る前に、前回の振り返りや今回の目的などを説明したか?
③項目
- (2) 課題は、カウンセラー主導ではなく、利用者自身の選択として設定したか?
- (3) 利用者との間で、取り組む課題に対して努力する意義を確認したか?
- (4) あらかじめ取り扱う枠組みを提示し、同意を得たか?
- (5) 「あなたの問題が軽くなるために」という発想を共有したか?

②日付
相談日を記入します。

B 課題選択 ③カテゴリー

- (6) 取り上げようとしている課題は、支援によって修正可能かどうか?
③項目
- (7) 課題を取り扱うことによる利用者の被害感・不快感情の増幅を考慮して課題を選択したか?
- (8) 一度に全てを扱ったり、決着させようとせずに、利用者にとって無理のない段階を踏んだか?
- (9) 困り感や緊急度の高いものから話題を選択したか?

③項目
SheetA-1を基にまとめた相談時の留意点です。これらの項目についてセルフチェックします。

C フィードバック ③カテゴリー

- (10) 評価結果と過去の経験、将来の予測と結びつけて説明したか?
③項目
- (11) 正のフィードバックを基本としたか?
- (12) 得られた成果を利用者の努力や能力に関連づけて、フィードバックしたか?
- (13) 負の部分を伝える際に、「あなたならできると言うから言っている」という思いが伝わるようにしたか?
- (14) 課題に取り組んだ結果の成否に関わらず、次に活かせるよう、そこから何を学べたのか、共に振り返ったか?

③カテゴリー
(A・B・C・D・E)
22項目を大別して5つにカテゴリー化しています。このカテゴリーの内容だけをチェックすることもできます。

D 評価の留意点 ③カテゴリー

- (15) 利用者の評価（記述、発言）と実際の行動とのズレに着目したか?
③項目
- (16) 不調に終わった事実において、利用者はどうなりたかと思っていたかに着目したか?
- (17) 他の利用者とは比べず、本人の個人内変化を評価したか?
- (18) 利用者自身が自分の認知をより深く、適切に意識できるように働きかけをしたか?
(※Sheet C、D、「言葉がけのヒント」等を参考に)

E ネットワーク ③カテゴリー

- (19) (特に困り感、問題意識が希薄な利用者の場合に) 周囲と連携するための同意をとったか?
③項目
- (20) 複数の関係機関が関与する場合に、状況の整理を行い、役割分担をしたか?
- (21) 利用者を適切に評価できるように、家族や関係者にもアプローチしたか?
- (22) 結果を利用者、関係者と共有したか?

(23) その他 ()

④チェックの基準

記入例：○十分した △不十分だった -該当無し