

Sheet C 「情報収集補助シート」

1 目的

このシートは、利用者の将来への展望、現状認識、感じている課題やその解決方法等に関する聞き取りを通じ、カウンセラーが利用者のメタ認知の状況を確認するためのものです。

2 構成

このシートは次の3つから構成されています。

- ①【自分の考えについて】：自分の特性・課題・方略に関する考えを、どの程度意識化できているかチェックする
- ②【利用者から見た周囲の考え方】：利用者の認知を補足したり、他者の考えを利用者自身がどのように認知しているか確認する
- ③【態度特性】：利用者が語った内容を通じ、認知傾向をチェックする

3 使い方

使用時期： (1) インテーク面接から職業相談・評価の期間中
(2) 支援の過程が進み、様々な取り組みの振り返りを行う時

方 法：

- ① 利用者の主訴の確認、基本情報の収集、振り返りを行う時などに、①【自分の考えについて】の各項目について、利用者がどのように意識化しているか確認し、その内容をチェックします。確認のための問いかけについては、必要に応じて例文を参考にして頂き、青色の欄は、利用者の回答のメモ欄として活用して下さい。
- ② チェック基準は、「A：明確に意識化できており、介入不要である」、「B：明確に意識化できているが、修正が必要である」、「C：意識化が不十分で、明確にする必要がある」の3種類です。3つの基準の回答例を p.13 に示していますので参考にして下さい。
- ③ 利用者の考えが語られた際には、そこで終わるのでなく、「なぜそう思ったのか？ そう思う背景（根拠）として具体的にどのようなことがあったのか？」等、関連するエピソードも具体的に確認して、利用者の認知過程をより丁寧に探るようにします。この作業が、利用者のメタ認知の状況を、カウンセラーが確認することにあたります（p.12 参照）。
- ④ 併せて、「今話したことについて、家族等はどのように考えていると思うか？」を確認することで、利用者が周囲の考えをどのように認知しているか、また、キーパーソンに関する手がかりを得ます。なお、利用者の回答は、②【利用者から見た周囲の考え方】の欄に記入し、利用者が話題にした人に○をつけます（p.12 参照）。

留意点：

情報収集のために、シートの順番通りに聞き取りをする必要はありません。相談の自然な流れの中で把握していくことが大切です。また、質問しなくても、利用者の話しの中ででることもあるので、それを捉え、該当する箇所に回答内容をメモして下さい。

③【態度特性】は、面談を通じて、利用者の態度に関するカウンセラーの初期印象を記入するものです。これは、1度会っただけでは評価できない場合もあるので、初回面接で記入しなくても構いません。なお、確定的な評価としてではなく、あくまでも今後の見立ての一助として下さい。

利用者氏名 _____

記入例とエピソードを交えた確認方法

④【自分の考えについて】		⑥【利用者から見た周囲の考え方】	
上段(白): 確認項目と確認する際の質問の例文、下段(青): 回答メモ欄 <チェックの基準> 「A」: 明確に意識化できており、介入不要である 「B」: 明確に意識化できているが、修正が必要である 「C」: 意識化が不十分で、明確にする必要がある		利用者、左記の質問に関する家族、学校の先生や友人、職場(施設)の上司や同僚、主治医の考えについて、どう認識しているか? (利用者が回答した人に○をつけ、空欄に回答内容を記述する)	
希望	相談の目的をどのように周囲にどう捉えられているかについて、 例:「今回の相談の目的は何?」 「そのことについて、ご家族はどう思っているようですか?」 早く就職したいと思って、色々面接を申し込むが、断られる。どうしたらよいかと本人の認識を聞きます。	家族・先生/友人・職場の上司や同僚・主治医やPSW・その他()	家族・先生/友人・職場の上司や同僚・主治医やPSW・その他()
	将来、なりたいイメージはどのようなものか (就職/復職に関する興味・関心・希望を含める) 例:「今後どのように就職/復職活動を進めたいと思っていますか?」 「1人暮らし」ができる給料がほしい。長く勤められる会社で働きたい。 ← 利用者が語った、利用者自身の考えを記入したものです。	家族・先生/友人・職場の上司や同僚・主治医やPSW・その他()	朝起きられないのに、1人暮らしなんて無理と言われていて。でも、早く就職しなさいといつも言っていて、家にいられるのが嫌みたい。
現状	将来に向けて、自分なりに計画し、取り組んでいることはどのようなものか 例: (就職/復職にあたり)「これまで何かご自分なりにやってみた(準備した)ことがあれば、聞かせてくれますか?」 週2日はハローワークに通って、求人情報応募できる会社(一人暮らしできる給料の会社)には全て応募している。	家族・先生/友人・職場の上司や同僚・主治医やPSW・その他()	利用者自身が「家族はそう(「嫌みたい」)思っている」と感じていることについて、 「どうしてそう思うのですか?」
	実践した結果から得られた自分なりの成果や残された課題はどのようなものか 例: (就職/復職にあたり)「やってみて分かったことは、どんなことですか?」「やろうとしてできずにいるのは、どんなことですか?」 面接に行くと、緊張してうまく話せない。	家族・先生/友人・職場の上司や同僚・主治医やPSW・その他()	利用者自身が「家族はそう(「嫌みたい」)思っている」と感じていることについて、 「どうしてそう思うのですか?」と具体的なエピソードを聞いて、認知の状況を確認していきます。
	(就職/復職にあたり)困っていることはどのようなものか 例:「就職/復職にあたって、困っていることは、どんなことですか?」 障害のことは非開示にして、就職したいが、うまくいかない。	家族・先生/友人・職場の上司や同僚・主治医やPSW・その他()	どうしてそう感じているのかについて、 「なぜそう思ったのですか? 具体的に話せなかった出来事があつたら教えてください」 と具体的なエピソードを聞いて、認知の状況を確認していきます。
	困っていることの順位や、解決のための方法はどのようなものか 例: (就職/復職にあたり)「その中で、優先しているものはどの部分ですか?」「状況を改善するために、何を試みていますか?」 障害のことは非開示にして、就職したいが、うまくいかない。	家族・先生/友人・職場の上司や同僚・主治医やPSW・その他()	どうしてそう判断しているのか、 「なぜそう思ったのですか? やめたいと思った理由を教えてください」 と具体的なエピソードを聞いて、認知の状況を確認していきます。
(ハンディ・苦手なこと等)	自分の疾病や障害についてどのように捉えているか 例:「疾病や障害をどのように理解しているか、聞かせてもらえますか?」 薬をやめたい。 薬が回らないのは薬のせいだと思うから	家族・先生/友人・職場の上司や同僚・主治医やPSW・その他()	主治医→慣れが必要と言われるが、何度も面接を
	職業生活上ハンディとなり得るのはどのようなことか 例:「障害や疾病によって、仕事をする上で不便と感じていること、気になること、今後留意しなければいけないことがあれば聞かせてもらえますか?」 特にないと思うが、しばらく働いてないので、よくわからない。	家族・先生/友人・職場の上司や同僚・主治医やPSW・その他()	主治医→無理するなどと言われる。仕事のことを詳しく話したことはない。先生の考えはよくわからない。 家族→以前やっていた仕事なら、もう一度できるんじゃないかと言われる。自分もそう思う。
◎ 態度特性	エピソードと認知の関係を周囲にどう捉えられているかについて、 論理的 5 4 3 2 1 非論理的	論理的 5 4 3 2 1 非論理的	論理的 5 4 3 2 1 非論理的
	自分に対する態度 利用者が自分自身をどのように認識しているか?	肯定的 5 4 3 2 1 否定的	肯定的 5 4 3 2 1 否定的
	他者に対する態度 利用者が自分自身をどのように認識しているか?	親和的 5 4 3 2 1 懐疑的	親和的 5 4 3 2 1 懐疑的
	課題に対する態度 利用者にとって難しい場面に直面したときにどのような態度をとることが多いか?	積極的 5 4 3 2 1 消極的/回避的	積極的 5 4 3 2 1 消極的/回避的

利用者氏名 _____

④【自分の考えについて】のチェック基準(例)

④【自分の考えについて】		⑤【利用者から見た周囲の考え方】
上段(白): 確認項目と確認する際の質問の例文、下段(青): 回答メモ欄 <チェックの基準> 「A」: 明確に意識化できており、介入不要である 「B」: 明確に意識化できているが、修正が必要である 「C」: 意識化が不十分で、明確にする必要がある		利用者は、左記の質問に関する家族、学校の先生や友人、職場(施設)の上司や同僚、主治医の考えについて、 例えば・・・「利用者の考え」のサンプルとして
希望	相談の目的をどのように捉えているか 「A」: 何に期待して、自分が来所しているのかわかっている 「B」: 期待していること(目的)はあるが、地域の労働市場の現状にそぐわない 「C」: 自発的な動機がない	「A」: 「就職したいけど、何に向いているかわからなくて来ました」 「B」: 「仕事の斡旋をしてもらいに来ました。月50万以上もらえる、大企業に就職したい」 「C」: 「安定所の人から、仕事の相談をしに行きなさいと言われて来ました」
	将来、なりたいイメージはどのようなものか 「A」: 自分の状況と照らし合わせており、内容も現実的・具体的なものである 「B」: なりたいものはあるが、夢やあこがれの域を出ない 「C」: イメージがない、漠然としている、なりたいイメージではない回答をしている	「A」: 「今回で2回目の休職なので、またすぐ再発することがないように、無理なく働けるようにしたい」 「B」: 「プロ野球選手になりたい」「有名企業に勤めたい」 「C」: 「パソコンを使う仕事がしたい」「いやな人がいない所に行きたい」
現状	将来に向けて、自分なりに計画し、取り組んでいることはどのようなものか 「A」: 自分ができていること、できていないことの区別ができている 「B」: 取り組んでいることはあるが、本来の主旨と外れている 「C」: 目的的な計画・行動をしていると判断できない	「A」: 「求人情報を毎週チェックしていますが、まだ応募はしていません」 「B」: 「色々応募しているので、いつ面接の連絡があってもいいように、ずっと家にいます」 「C」: 「特にない」「時々パソコンで求人を見たりするくらい」
	実践した結果から得られた自分なりの成果や残された課題はどのようなものか 「A」: 自己評価が適切で、何をしたらよいか、概ねわかっている 「B」: 自己評価が適切でないため、課題の把握が不十分である 「C」: 自己評価をしておらず、曖昧である	「A」: 「アピールできる資格や長所がないと思ったので、資格を身につけたい」「面接でいつも緊張して、うまく話ができないので、練習が必要だと思う」 「B」: 「面接はうまくできているのに、なぜか採用されない」 「C」: 「課題?・・・」「答えられない」
	(就職/復職にあたり)困っていることはどのようなものか 「A」: 困っていることがあることを理解し、その内容も論理的である 「B」: 困っていることがあることを理解しているが、その内容は非論理的である 「C」: 周囲から見ると、困っていることはあるように見受けられるが、利用者自身の自覚はない	「A」: 「職歴のブランクがあるところをどう説明したらよいか困っている」「障害の開示・非開示をどうすべきか迷っている」 「B」: 「仕事ができないのは病気のせいだ。病気が治らないのは結婚できないからだ。どうしたら結婚できるのかわからなくて困っている」 「C」: 「困っていること?・・・特にないです」
	困っていることの順位や、解決のための方法はどのようなものか 「A」: 何をしたらよいかわかっており、内容も適切である 「B」: 何をしたらよいか、利用者なりの考えを持っているが、内容が必ずしも適切でない 「C」: 解決法を見いだせない	「A」: 「面接練習のために、就職セミナーにも参加した方が良かったと思っている」 「B」: 「主治医は症状が落ち着いていないからと言って復職のための診断書を書いてくれないので、別の病院に行こうと思う」 「C」: 「何となく前と同じ仕事はできないと思っているけど、どうすれば良くなるかはわからない」
(ハンディ・苦手なこと等) 自分の疾病や障害	自分の疾病や障害についてどのように捉えているか 「A」: 疾病・障害を理解しており、その内容も具体的である 「B」: 疾病・障害があることを見認めているようだが、その内容には自己の状況を捉えた具体的な内容がない 「C」: 利用者自身に疾病・障害の自覚が乏しい	「A」: 「薬はずっと飲み続けたいといけな。飲まないで症状が悪くなるから」「病気になってから、疲れやすくなっている」「自分の障害は外見からは理解されづらいものである」 「B」: 「上司のせいでこうなった」「家族のお荷物になっている」 「C」: 「〇〇って病気だと聞いていますが・・・」「特に説明を聞いていません・・・」「もう治っています」
	職業生活上ハンディとなり得るのはどのようなことか 「A」: 具体的な内容を説明できる 「B」: ハンディがあることを見認めているようだが、ポイントが偏っている 「C」: 利用者自身にハンディの自覚が乏しい	「A」: 「同時にいくつも指示が出ると、ミスしたり、指示を忘れてたりしがちです」 「B」: 「もっと自分に対して、周囲が助けを出すべきだ」「障害があるから、ちゃんと仕事を教えてもらえない」 「C」: 「さあ、何でしょうね」「別に不便はない」

～コラム～ 言葉がけのヒント

※このコラムは、利用者の自己効力感や、メタ認知を働かせることを意識した言葉がけのヒントです。Sheet Dを介した相談の際などにご参考下さい。

～課題をとりあげる際に～

【チャレンジを促す】

- ・「〇〇さんならできますよ、〇〇さんが試す価値はあるかもしれませんね」
- ・「一緒に頑張ってみましょう」
- ・「まずは練習だと思ってやってみませんか？」
- ・「思うようにやってみて、困ったことがあったらその時に考えましょう」

【利用者の理解状況の確認を促す】

- ・「どこか、わからない(自信のない)ところがありますか？」
 - ・「〇〇さんなりにわかったことを、自分の言葉で説明してみてくださいか？」
 - ・「誰か、慣れていない人に教えるつもりで、説明してみてくださいか？」
- (カウンセラーのフィードバック)
- ・「曖昧な部分があることに、自分で気づけているのですね」
 - ・「この辺りまでわかっているということが掴めているのですね」
 - ・「わかっていることとそうでないことを、区別できているのですね」

【課題や、それを設定するに至った経過の確認】

- ・「このチャレンジ課題に取り組むと、どのようなメリットがありますか？」
- ・「これをチャレンジ課題にしたのは、〇〇さんがどうなりたいたいからでしたか？」
- ・「今回は〇〇(予定演習)のつもりで、やってみるのですね？」

～予測をたてる～

【達成までのステップ ～方法・順番・計画期間の確認～】

- ・「その方法は、どのような理由から良いと思いましたか？」
- ・「別の順番でやった場合と比べてみると、どんな違いがありそうでしょうか？」
- ・「その期間で計画した場合の、メリットとデメリットはどうでしょうか？」

【達成までのステップ ～難しい点、達成を予測する～】

- ・「どの辺りが、難しそう(易しそう)でしょうか？」
- ・「どの辺りが、重要なポイントになりそうでしょうか？」
- ・「どの辺りが、以前経験したやり方でできる部分でしょうか？」
- ・「この案で進めた場合に、どの辺りに時間がかかりそうでしょうか？」
- ・「この案で進めた場合に、どのくらい達成できそうですか？」

【達成までのステップ ～途中の対処・修正について確認する～】

- ・「ここの難しそう部分Aに対しては、具体的にはどうしますか？」
- ・「もし、進捗が思わしくない(失敗した)ときは、どうしたらいいでしょうか？」
- ・「どの辺り(目標・方法・順番・計画期間等)を変えたらうまくいきそうでしょうか？」

～振り返る～

【チャレンジ後の振り返り ～得られた気づき・感覚・評価～】

- ・「やってみて、どんなことがわかりましたか？」
 - ・「うまくいったとき」「うまくいったのは、どんなところが良かったからでしょうか？」
 - ・「失敗したとき」「どこまではうまくいっていたのでしょうか？」
 - ・「今回やってみたことで、次に役立てられそうな点はどのような点ですか？」
- (カウンセラーのフィードバック)
- ・「結果によらず」「よくチャレンジしましたね」
 - ・「途中の点検がしっかりできていたのですね」
 - ・「努力したから、～できるようになったんですね」
 - ・「〇〇さんの計画の修正が良かったから、良い結果に繋がったのですね」
 - ・「うまくいかなかった理由が自分で掴めているんですね」
 - ・「結果は～だったけれども、途中、別のやり方を試すことには成功しましたね」