

第4分科会

# 発達障害者の強みを活かすための 相談・支援ツールの開発について

○南 亜衣（障害者職業総合センター職業センター企画課  
障害者職業カウンセラー）

山浦直子（障害者職業総合センター職業センター企画課）

## 発表内容

1. **ワークシステム・サポートプログラム  
(WSSP) 概要**
2. **開発の背景**
3. **強みの種育成プロジェクト**
4. **今後について**

# 1. ワークシステム・サポート プログラム（WSSP）概要

約5週間

約8週間

## ウォーミングアップ・アセスメント期

- ・ 受講者の状態像の把握
- ・ 支援方法の仮説づくり

## 職務適応実践支援期

- ・ 支援仮説の検証
- ・ 受講者個々の障害特性に合った支援、環境、配慮等を整理

# 1. ワークシステム・サポートプログラム (WSSP) 概要

就労セミナー

- ・問題解決技能トレーニング
- ・職場対人技能トレーニング
- ・手順書作成技能トレーニング
- ・リラクゼーション技能トレーニング



作業



個別相談



- ・作業、就労セミナー、個別相談を関連付けて実施

## 2. 開発の背景

『自らのセールスポイントや強みの認識が困難だったケース』が認められた地域障害者職業センター・広域障害者職業センターは、

49/50センター

就労支援の場において・・・

『自己の否定的な側面に目が向きやすいケースが認められている』



先行研究から・・・

『強みとして自覚している側面が多ければ多いほど、キャリア形成や就職活動に対する積極的な姿勢が示されている』

(駒沢・石村,2015)



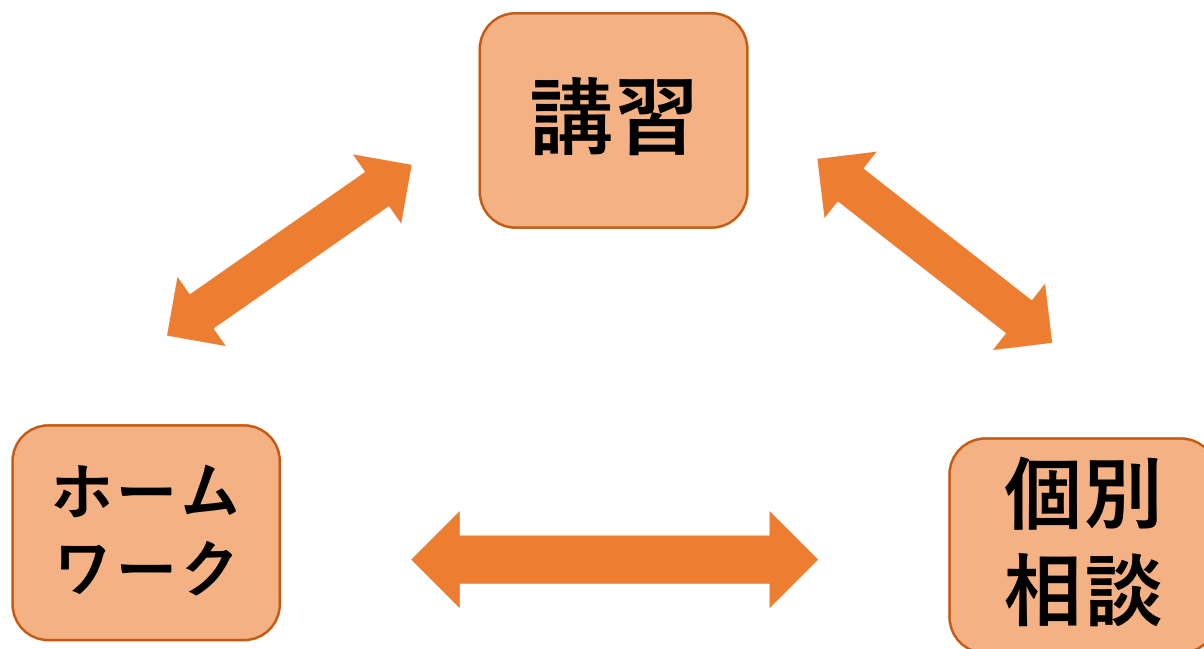
しかしながら・・・

『WSSPにおいて「強み」に関する体系的な支援ツールや講習は整備されていない』



**発達障害者の「強み」に着目するための  
技法開発に着手**

### 3. 強みの種育成プロジェクト



【強みの種育成プロジェクトの目的】

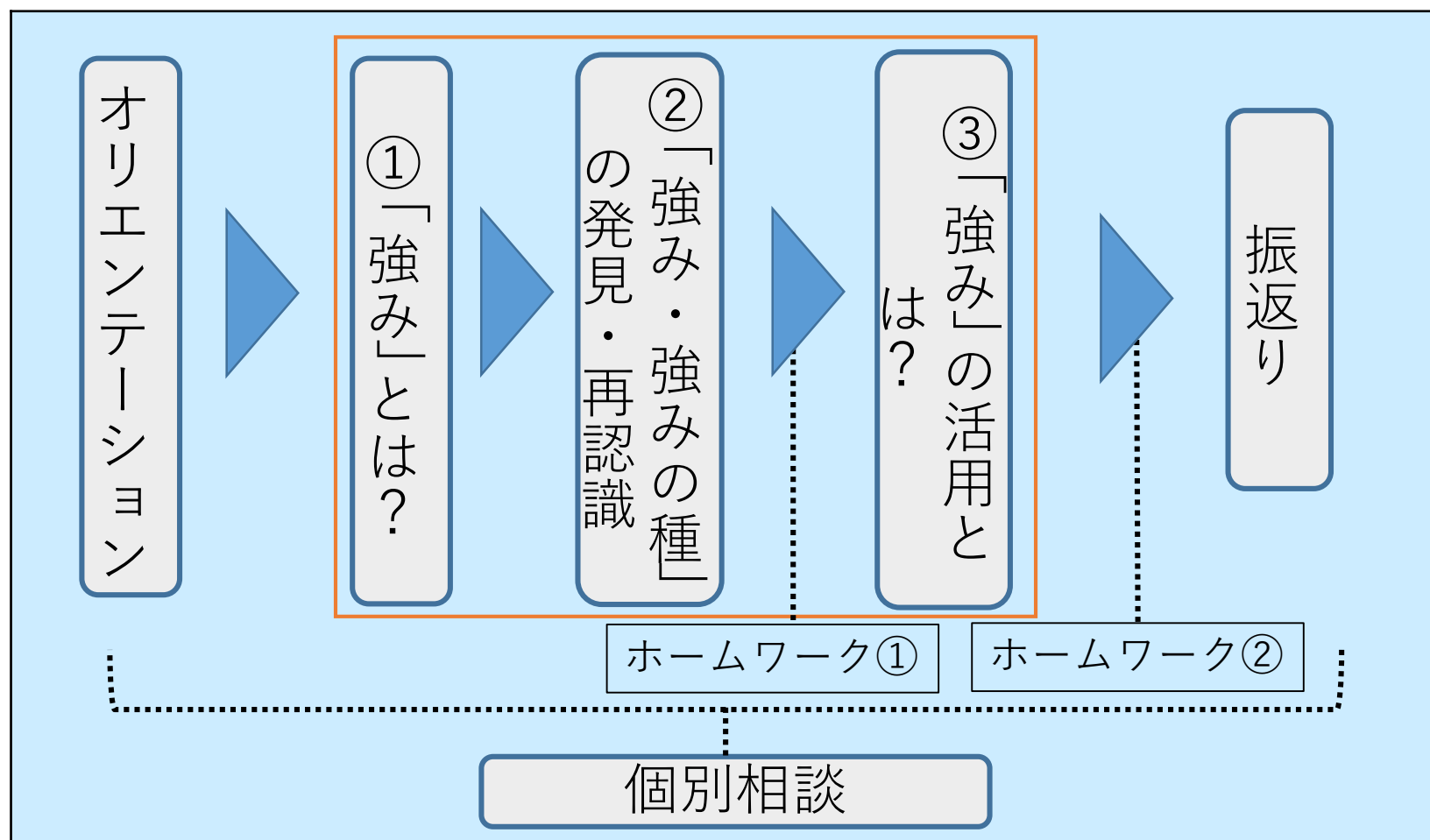
発達障害者が「強み・強みの種」を発見し、意図的に活用していくことで、自らの「強み・強みの種」の認識を深めていくことを目的としている

## 3. 強みの種育成プロジェクト

【強みの定義】	<ul style="list-style-type: none"> <li>・その人特有の思考・感情・行動に反映される力であり、その人にとって特別な意味を成す、生きる上で頼りになるもの</li> </ul>
【強みの種類】	<ul style="list-style-type: none"> <li>・強みカードで示されている60種類</li> </ul>
【強みの構成要素】	<ol style="list-style-type: none"> <li>①パフォーマンス <ul style="list-style-type: none"> <li>・成功体験、頑張ったこと、苦勞したが乗り越えられたこと</li> </ul> </li> <li>②活力感 <ul style="list-style-type: none"> <li>・熱中できる、没頭できる、喜びや安らぎを感じられること</li> </ul> </li> <li>③自分らしさ(意味付け) <ul style="list-style-type: none"> <li>・生きる上で大切にしている、自分らしさを見出していること</li> </ul> </li> </ol>

# 3. 強みの種育成プロジェクト

## ① 強みの種育成プロジェクトの流れ





# 3. 強みの種育成プロジェクト

## ② オリエンテーション

強みの種育成プロジェクト  
オリエンテーション資料

みなさん、こんな疑問はありませんか？

- 自己PRって苦手なんだよな・・・
- 自分の得意なことを活かした働き方ってなんだろう？
- 自分の強みってなんだろう？
- 自分のセールスポイントってなんだろう・・・？

ワークシステム・サポート

オリエンテーション資料

あなたの思う、強み(長所、セールスポイント)を教えてください。

①自分の強み(長所、セールスポイント)はなんですか？自由に書き出してみてください。

②強みを活かしていると思う身近な人(憧れる人、理想の人)はいますか？芸能人やアニメ、マンガのキャラクター、歴史上の人物でもかまいません。自由に書き出してみてください。

③こんな強みがあればいいなと思うことやあと少しで強みになると思う自分のよさはありますか？自由に書き出してみてください。

ワークシステム・サポート

事前ワーク

# 3. 強みの種育成プロジェクト

## ③ 講習

「強み」の講習①  
～「強み」とは？～

「強み」の講習②  
～「強み・強みの種」の発見と再認識～

「強み」の講習③  
～「強み」の活用とは？～



### リフレーミング・ゲーム

※このゲームは2名以上で実施可能です

**準備**

- ・ゲームの進行役を決めます(進行役がプレイヤーを兼務することもできます)
- ・テーブル中央に講師から配布されたネガティブな言葉が書かれたカード(Nカード)の山を置きます

**ゲームの流れ**

- ① 進行役は山札の一番上のNカードと書かれた目隠しカードを取り、テーブルにおきます
- ② プレイヤーは山札の一番上に書かれた言葉に関して素早くリフレーミングを行います
- ③ プレイヤーは挙手し、リフレーミングの内容を発表します(発表は早いもの順とし、発表順は進行役が決めてください)
- ④ 発表したリフレーミングの内容が他のプレイヤー全員に認められた場合、該当のNカードを獲得します
- ⑤ ①～④を3回繰り返し、最終的に最も多くのNカードを取得した者が勝者となります

ワークシステム・サポートプログラム 強みの種育成プロジェクト 23

### 「強み」の3つの構成要素を チェックしよう

ワークブックP5

1. パフォーマンスのチェック
  - ✓その強みを発揮できているとき、下記の内容がどの程度当てはまるかを考えます。1～6の数字を選び、記入しましょう
2. 喜びのチェック
  - ✓その強みを活かしているとき、下記の内容がどの程度当てはまるかを考えます。1～6の数字を選び、記入しましょう
3. 自分らしさ(個性)のチェック
  - ✓あなたにとって、その強みがもつ意味を考えます。その強みに着いて、下記の内容がどの程度当てはまりますか? 1～6の数字を選び、記入しましょう

ワークシステム・サポートプログラム 強みの種育成プロジェクト 36

### 「強み」をいろいろな 視点からとらえる

ワーク2

#### 「他者の強み当てゲーム」

ワークブックP11～12

- ・「強み」は、他者との関わりを通して、さらに成長していきます
- ・例えば、人の「強み」に注目することで、自分の「強み」にも目が向きやすくなる、人に言われて自分の気付いていなかった「強み」に気づくなどと言われています

ワークシステム・サポートプログラム 強みの種育成プロジェクト 53

### 【ポイント】

・各回に演習がある

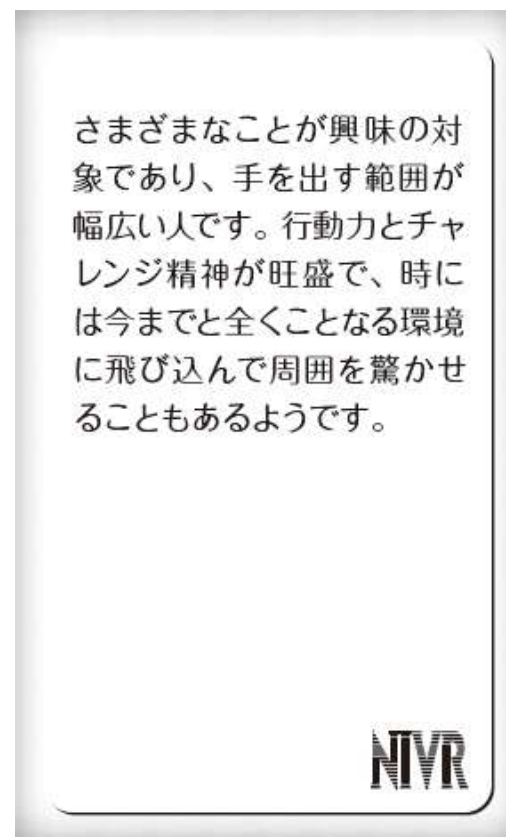
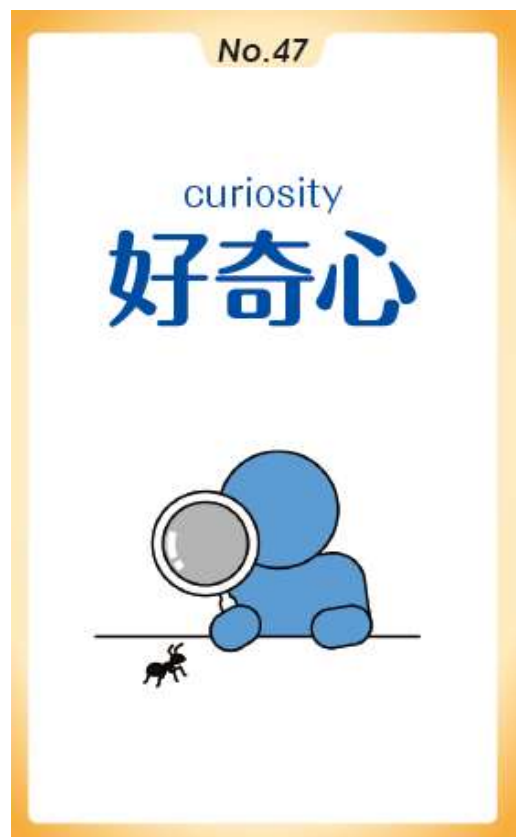
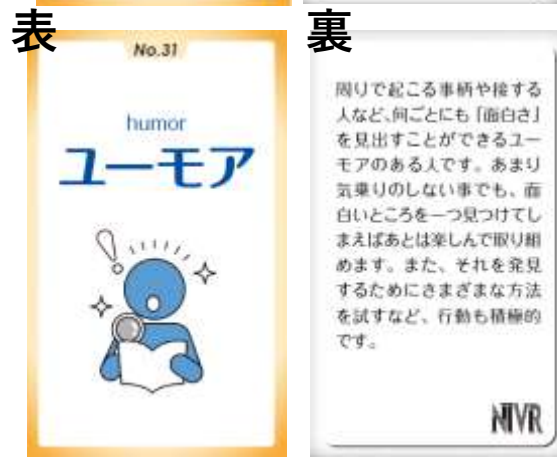
例：リフレーミング・ゲーム、他者の強み当てゲーム

# 3. 強みの種育成プロジェクト

## ④ ツール紹介

### ④-1 強みカード

カードタイプ：名刺サイズ、全60枚



# 3. 強みの種育成プロジェクト

## ④ ツール紹介

### ④-1 強みカード

一覧表タイプ：A4サイズ

No.1 自信	No.2 自己理解	No.3 純真	No.4 知識	No.5 勇気	No.6 謙虚	No.7 チャレンジ精神	No.8 情熱	No.9 誠実	No.10 学習欲
No.11 自己制御	No.12 寛容	No.13 忍耐力	No.14 従順	No.15 取組心	No.16 希望	No.17 表現力	No.18 創造力	No.19 愛情	No.20 バランス
No.21 自信	No.22 自己理解	No.23 純真	No.24 知識	No.25 勇気	No.26 謙虚	No.27 チャレンジ精神	No.28 情熱	No.29 誠実	No.30 学習欲

No.1～No.30

No.31 ユーモア	No.32 習性克服	No.33 情熱	No.34 洞察力	No.35 好奇心	No.36 開懐心	No.37 改善力	No.38 整理力	No.39 繋がり	No.40 適応性	No.41 やり抜く力
No.42 適応性	No.43 やり抜く力	No.44 繋がり	No.45 やり抜く力	No.46 繋がり	No.47 やり抜く力	No.48 繋がり	No.49 やり抜く力	No.50 繋がり	No.51 やり抜く力	No.52 繋がり
No.53 ユーモア	No.54 習性克服	No.55 情熱	No.56 洞察力	No.57 好奇心	No.58 開懐心	No.59 改善力	No.60 整理力	No.61 繋がり	No.62 適応性	No.63 やり抜く力

No.31～No.60

No.39	<p><b>繋がり</b></p>	人と積極的にしかかわることができます。外向的かつ行動的で、社交性やコミュニケーション能力が高い人です。どんな人とも比較的すぐに親しくなれ、また大勢の前で話すなどのことも苦になりません。
No.42	<p><b>適応性</b></p>	状況や場面に合わせて冷静に対応の仕方を変えることができる、まさに「臨機応変」を体現しているような人です。柔軟性があり環境に適応するのも早いですが、決して受け身ではなく、自ら行動を起こせる積極性も持ち合わせています。
No.45	<p><b>やり抜く力</b></p>	一度決めたことはやり通す責任感があります。役割意識がしっかりしているため、自分の役割や仕事に対してプライドを持ってのぞむことができる人です。より大きな責任を果たすため、より良い方向に進むため、積極的に行動します。

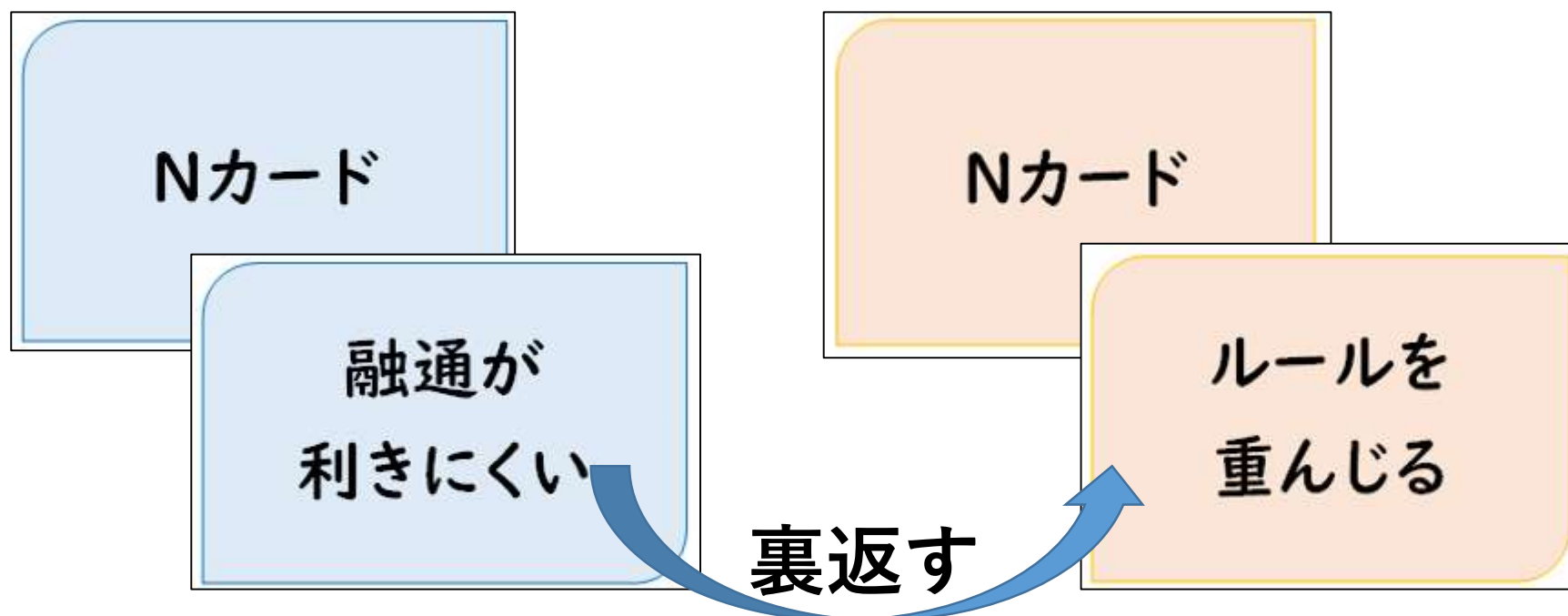


## 3. 強みの種育成プロジェクト

### ④ ツール紹介

#### ④-2 ネガティブカード(Nカード)

※リフレーミング・ゲームで使用



# 3. 強みの種育成プロジェクト

## ④ ツール紹介

### ④-3 「強み・強みの種」観察記録表

「強み・強みの種」観察記録【記入例】

●月●日●曜日

「強み・強みの種」が表れているとき

「強み・強みの種」の種類	場面・状況	行動・考え	結果	気持ち
学習欲	初めてのプラモデルづくりで部品を折ってしまった直後。	プラモデルの組み立て方に関する動画を探し、作業に必要な工具や作成上の留意点を勉強した。	プラモデルづくりに関する知識・理解が深まった。	決々に新しい知識を得ることができワクワクした。
収集心	ナビゲーションプックを作るとき。	自分の障害特性について調べるため、作業室の参考図書を用いて勉強した。	自分の障害特性について客観的な情報を収集できた。	自分自身のことが分かったことで安心し、ナビゲーションプック作成へのモチベーションが高まった。

「強み・強みの種」観察記録の

月 日 曜日

「強み・強みの種」が表れているとき

「強み・強みの種」の種類	場面・状況	行動・考え	結果	気持ち

#### 【記録表のポイント】

- ・ 一日ごとに記入
- ・ 記入例を“普段の生活場面”と“WSSPの活動場面”としたこと

#### 【ホームワークのポイント】

- ・ 「強み・強みの種」が表れていると感じた場面、行動、結果、感情を記録するホームワークを通じて、「強み・強みの種」への焦点化を促していること

# 3. 強みの種育成プロジェクト

## ④ ツール紹介

### ④－3 「強み・強みの種」 観察記録表

「強み・強みの種」観察記録①

【作成例】

● 月 ● 日 ● 曜日

「強み・強みの種」が表れているとき

「強み・強みの種」の種類	場面・状況	行動・考え	結果	気持ち
学習力	資格取得のための自主学習	目標を決めた	目標を達成できた	着実に学習できて安心した
閃き	生活リズムの構築を考える場面	すぐに取り組めるリズムにしようと考えた	考え付くことができた	考え付くことができてよかった

# 3. 強みの種育成プロジェクト

## ④ ツール紹介

### ④-4 「強み・強みの種意図的活用：行動実験」

#### 記録用紙

「強み・強みの種意図的活用：行動実験」【記入例】

●月●日●曜日～●月●日●曜日

意図的に活用した「強み・強みの種」の種類	どのような場面・状況で	何をした？何を考えた？	結果は？	そのときどんな気持ちだった？
好奇心	防災訓練で「消火活動を体験したい人はいませんか」と言われたとき。	日常では体験しにくい内容だったので、とても興味深いと思い、真っ先に手を挙げた。	消火活動の手順や道具の使い方、注意点を体験的に理解できた。	自分の知らない世界を知れて満足だった。
正確	WSSPの作業時間に数値チェックを行ったとき。	チェック漏れが出ないようにダブルチェックを行った。	ミスが出なかったため、レベルを上げることができた。	滞りなく作業が進み嬉しい気持ちだった。

「強み・強みの種意図的活用：行動実験」

月 日 曜日 ～ 月 日 曜日

意図的に活用した「強み・強みの種」の種類	どのような場面・状況で	何をした？何を考えた？	結果は？	そのときどんな気持ちだった？

#### 【記録用紙のポイント】

- ・ 一週間のうち意図的に活用した場面を記入する
- ・ 記入例を“普段の生活場面”と“WSSPの活動場面”としたこと

#### 【ホームワークのポイント】

- ・ 自らが意識的に使おうとしている「強み・強みの種」に実践対象を絞ること



# 3. 強みの種育成プロジェクト

## ④ ツール紹介

### ④-4 「強み・強みの種意図的活用：行動実験」 記録用紙

「強み・強みの種意図的活用：行動実験」

**【作成例】**

□月□日□曜日 ~ ■月■日■曜日

意図的に活用した「強み・強みの種」の種類	どのような場面・状況で	何をした？ 何を考えた？	結果は？	そのときどんな気持ちだった？
好奇心	就労セミナー	詳しく知りたいことを質問した	より詳しい内容を聞いた	知りたいことが聞いて満足した
自己受容成長	個別相談	出来事ありのまま話した	前向きなアドバイスをもらった	すっきりした

# 3. 強みの種育成プロジェクト

## ④ ツール紹介

### ④-5 “強み”ワークブック

#### “強み”ワークブック



あなたの「強み・強みの種」を書き出してみましょう。

強み・強みの種発見チェックリストで“0”とでもあてはまる”をつけたら、“4”とあてはまる”をつけたらを書き出します。確認段階で「本当にこれが強みの種かな?」「これから強みになるのかな?」と思っても、大丈夫です。とりあえず、書き出していきましょう。

私の「強み・強みの種」

“0”とでもあてはまる”をつけた項目

“4”とあてはまる”をつけた項目

「強み」の前には、個人差があります。さまざまな「強み」をじっくり大切に育ててきた人もいます。ここもひとつ、書いていきましょう。それでは、本プロジェクトで伸ばしていきたいです。

私の強み・強みの種(ファイブ)

私の「強み」	
1	
2	
3	
4	
5	

「強み」の横断断面チェック基準

★ 今週のホームワーク ★

ホームワークでは、これから1週間(7日間)、今日見つけたあなた(ファイブ) (5つ未満の場合もあります)が、日常生活において、ご自身で観察していただきます。観察するポイントは以下の通りです。

- ・ どのような場面、状況で強みが発現していると感じたか
- ・ 強みが表れていると感じた時、自分はどのような行動や思考をしていたか
- ・ 強みが表れた結果どうなったか
- ・ 強みが表れたときの気持ち

ホームワークのアドバイス

- 「強み・強みの種」が書かれている場面や状況に気づくためのキーマンズ「自分らしさ」です。
- ・ 物事がうまくいっていると思えたとき、良い結果ができたとき、たとえたとえときば、どんなときでしたか?
- ・ 熱中したとき、ワクワクしたとき、生き生きしていると感じたとき
- ・ 自分らしさを感じたときはどんなときでしたか?
- 可もなく「強み・強みの種」が出ていた気がするけれど、それがどういう「強み・強みの種」かわからない場合は、観察記録の左端「強み・強みの種の種類」欄を空欄にしましたまでかまいません。あとで支援者と一緒に考えましょう。
- 全てのマスに埋める必要はありません。気楽にやりましょう。
- ※ ワークブックが、「強み」の観察記録(記入用)を参考にしながら、「ワークブック」に記入しましょう。

「強み・強みの種」観察記録(記入用)

●月●日●曜日～●月●日●曜日

観察日に活用した「強み・強みの種」の種類	どのような場面・状況で	何をしたり何を考えたり?	結果は?	そのときどんな気持ちだった?
好奇心	訪談記録で「日本人活動に興味のない人はいますか」と言われたとき	訪談記録で「日本人では興味のない内容だったので、とても興味深いですか」と言われたとき	訪談活動の手順や道具の使い方、注意事項などを積極的に理解できた。	自分の知らない世界を知れて満足だった。
正義	前日の作業時間に設備チェックを行ったとき	チェック漏れがないようにダブルチェックを行った。	ミスが出なかったため、レベルを上げることができた。	誇りなく作業が進み清々しい気持ちだった。

「強み・強みの種」観察記録(記入用)

●月●日●曜日～●月●日●曜日

観察日に活用した「強み・強みの種」の種類	どのような場面・状況で	何をしたり何を考えたり?	結果は?	そのときどんな気持ちだった?

## 3. 強みの種育成プロジェクト

### ⑤ ツールを活用した受講者の感想

- ・ 行動実験のホームワークに取り組んだことで、普段無意識に「強み」を発揮していると気づけた
- ・ 普段の生活の中でもっと意識して「強みの種」を伸ばしていきたいと思った

## 4. 今後について

- ・ 令和5年3月末に支援マニュアルとして発行予定
- ・ 支援マニュアルには、
  - ①「強みの種育成プロジェクト」の内容
  - ②プロジェクトの進め方、留意点
  - ③就労セミナーとの連動、実践事例
  - ④資料・ツールのデータなどを掲載する予定