



第 6

導入期の訓練の実施例

第6では、これまで説明してきた、導入期の訓練の考え方を踏まえて、各訓練施設で実際に導入期に実施する際の訓練の流れや、訓練スケジュールについて、具体例を挙げながら説明します。

1 訓練の流れ

入校直後からの6週間の導入期の訓練の流れについて説明します。

(1) 訓練開始直後（安定した訓練受講を目指して）

訓練の開始直後は、環境の変化から訓練生には様々な刺激や負荷がかかります。また、意気込みや緊張、不安感等から必要以上に力が入り過ぎている訓練生も多く、ストレス・疲労が蓄積し、集中力の低下や、体調不良につながり、結果的に安定した訓練の受講に支障をきたす場合があります。

そこで、図6-1「生活チェックシート」を活用して、日々の体調の変化や生活リズム等の傾向について、訓練生自身が記録しながら、理解を深めていきます。また、「ストレス・疲労への対処」、「リラクゼーション」の講座や演習の機会を設けることにより、訓練生が訓練場面で様々なストレス・疲労への対処法を実践し、自分にあった対処法を見つけていくことができます。これらの取り組みを継続していくことで、安定した訓練の受講が期待できます。

生活チェックシート

氏名: 所沢 太郎

令和 <u>2</u> 年 <u>9</u> 月 <u>10</u> 日 (木 曜日)	天気 <u>晴</u>	訓練開始から <u>3</u> 日目
---	-------------	--------------------

朝礼時の記入

出席状況	出席・遅刻 早退	定期授業状況 (チェック)	その他の授業	訓練開始前の気分
就寝時刻	<u>23:20</u>	昨日 夜 <input checked="" type="checkbox"/>		
起床時刻	<u>6:30</u>	就寝前 <input type="checkbox"/>		
睡眠時間	<u>7</u>	朝 <input checked="" type="checkbox"/> 昼 <input type="checkbox"/>		相談希望 無し <input type="checkbox"/> 有り <input checked="" type="checkbox"/> (訓練・対人関係・就職関係・家庭・その他)
睡眠の質	眠った感 不眠 良く眠れた 目覚めた感じ 悪い 目覚めすっきり			訓練での事を色々考えてしまっって、眠れなくなった
体調	体が重い、だるさを感じる			

図6-1 生活チェックシートの記入例

(2) 1週目の作業（特性の把握を目指す、対応法の検討）

「第4 導入期の訓練での特性把握のための教材例」で紹介した教材を活用して、訓練生の特性が作業にどのように影響するのかを把握します。訓練生は様々な作業の経験を通して、どのような作業を難しく感じ、困っているのか、また自身の特性がどのような作業内容や作業場面で現れるのか等の理解を深めます。その際に、図6-2「作業結果記録表・振り返りシート」を活用することで、作業の結果だけでなく、訓練場面での気づきや、職員との相談結果等を記録でき、訓練状況を客観的に捉えることができるようになります。その結果、自分の傾向を正しく把握し、訓練の手応えを感じやすくなり、訓練意欲の向上につなげることができます。

氏名 所沢 太郎

日付 2020/9/10

事務文書入力課題 結果記録表

回	レベル	作業時間 (分)	入力結果 文字数	備考 (ミスの内容・考えられる原因等)	確認印
記入例	1-1	10	300/300	正確に入力できた	
1	2-1	14	400/400	2行目の「ら」を半角入力していた。	並木
2	2-2	13	400/400		並木
3			/		
4			/		
5			/		

振り返り（今日の気づいた点、工夫した点、対応法等）

気づいた点	工夫した点・対応法等
レベル2-1、半角/全角入力の交換を間違えた。報告前にもう一度確認するようにしたい。	レベル2-2、記入後、定規を当てながら確認したところ、落ち着いてミスなく作業できた。

図6-2「作業結果記録表・振り返りシート」記入例

職員は訓練生の作業の行動を観察した結果や訓練生が記入した「作業結果記録表・振り返りシート」の記入内容から訓練生の「困っていることや作業や動作のやりにくさ」を見出し、「背景にある要因」を推測し、その対応法を検討します。

(3) 2週目以降の作業（対応法の習得を目指す）

1週目からさらに作業の範囲を広げ、訓練生自身が「得意である」、「上手くできた」と感じた作業等については、どのような場面でそのように感じたのかを、日々の訓練の振り返りを通して理解を深めながら、今後の訓練の中でさらに技能習得し、就労時のアピールポイントとなるよう整理していきます。

また「苦手である」、「難しく感じる」と感じた作業については、訓練生が考えた要因だけでなく、職員と相談した結果により気付いた内容も含めて整理することで、訓練生は自身の特性をより客観的に把握することができます。

対応法については、様々な作業を通じて得られた気づきや、職員との相談により、「どのようにすれば作業がうまくいくか」、「困っていることや作業のやりにくさが解消できるか」を検討しながら、自身にあった対応法の習得を目指します。また習得した対応法が、他の作業でも活用できるよう、訓練生が対応法を活用した作業について、作業の段階（作業前、作業中、作業後）や、作業工程、作業要素によって、作業分解を行った上で、対応法の習慣化を図ります。

(4) 導入期の訓練終了（まとめ）

6週間の導入期の訓練期間を通じて、得られた多くの作業の結果や、訓練中に活用した「生活チェックシート」、「作業結果記録表・振り返りシート」等の客観的事実を基に、対応法の習得状況を確認します。訓練生自身がどのような点で達成感を感じることができたか、作業場面で見られた課題にどのように取り組むことができたかを導入期の訓練全体を振り返ることで、導入期の訓練が着実にステップを踏みながら進んできていることを改めて実感することができます。

職員は訓練生に対して、今後の訓練における具体的な目標が設定できるように促します。



《目標の設定に当たって》

- ・ 技能・知識の習得の訓練が始まる上でどのように作業を進めていきたいか
- ・ 生活リズムや体調管理、疲労・ストレスについて訓練時間の調整を含めてどのように取り組んでいきたいか
- ・ どのような仕事につきたいのか
- ・ どのような職場でどのように自身の能力を発揮していきたいのか

訓練の段階

訓練におけるテーマ

訓練開始直後



生活リズムが
崩れてしまう

このまま訓練継続
できるか不安
相談したい

安定受講

入校直後は「ストレス・疲労への対処」、「リラクゼーション」の講座・演習の受講や生活リズムを整えて、安定受講できるようにすることが大切です。

ポイント

生活チェックシートによる一日の体調の変化を把握し、体調や生活リズムを自己管理できるようにする

1週目の作業



色々な作業を訓練
で経験できる

特性把握、対応法の検討

知識・技能の習得を目指さない、比較的わかりやすい、容易に準備できる訓練教材を設定します。複数の教材を準備することにより、作業内容や作業環境が特性にどのような影響を与えるかを把握しやすくなります。

2週目以降の作業



自分の得意なことが
わかってきた
苦手な作業は対応法を
考えながら取り組んで
いる
訓練の悩みは聞いて
もらえるので安心

対応法の検討・習得

訓練生が困っていることや、作業のやりづらさの原因を把握し、本人が対応法を決定（自己決定）できるように気づきを促します。気づきを促すためには、相談等で自己理解した内容（苦手なことやセールスポイント）を整理してまとめ、可視化できるようなシートの活用が有効です。

ポイント

作業結果記録表・振り返りシートの活用により自己理解を促進

導入期の訓練終了



〇〇な仕事につきたい
その為に
〇〇ができるように
訓練を頑張っていこう！！

訓練目標の具体化

対応法の習得状況を確認しながら、訓練生自身がどうなりたいかを具体的に整理していき（例指示通りに正確に作業したい、このような仕事につきたい等）、以降の訓練目標の設定を行います。

2 訓練スケジュールの例

第3「導入期の訓練カリキュラム」で段階的な訓練時間の設定を示した表に、訓練カリキュラムを当てはめると表6-1「訓練のスケジュールの例」のようになります。

1週目はゆるやかに訓練を開始する事を念頭に置いて、訓練時間は午前中のみとし、入力が中心の簡単な作業を設定します。またストレス・疲労に関する講座やリラクゼーションを取り入れ、訓練生が個々に安定通所に向けた取り組みをスムーズに始められるようにします。3週目、5週目になるに従い訓練時間を段階的に増やし、対応法習得の作業が中心のカリキュラム編成にします。

表6-1 訓練のスケジュールの例

曜日	1-2限目	3-4限目	5-6限目	7-8限目
第1週 1日目	入所式 オリエンテーション	ガイダンス 終礼		
第1週 2日目	朝礼 生活チェック 訓練(メモの取り方と 入力作業)	ストレス・疲労について 終礼		
第1週 3日目	朝礼 生活チェック 訓練(入力作業)	リラクゼーション 終礼		
第1週 4日目	朝礼 生活チェック 訓練(入力作業)	訓練(入力作業) 終礼		
第1週 5日目	朝礼 生活チェック 訓練(入力作業)	訓練(入力作業) 振り返り 終礼		
第2週	朝礼 生活チェック 訓練(照合・修正作業)	月曜：リラクゼーション 訓練(照合・修正作業) 金曜：振り返り 終礼		
第3週	朝礼 生活チェック 訓練(集計・計算作業)	訓練(集計・計算作業)	月曜：リラクゼーション 訓練(集計・計算作業) 金曜：振り返り 終礼	
第4週	朝礼 生活チェック 訓練(分類・仕分け作業)	訓練(分類・仕分け作業)	月曜：リラクゼーション 訓練(分類・仕分け作業) 金曜：振り返り 終礼	
第5週	朝礼 生活チェック 訓練(対応法習得の作業)	訓練(対応法習得の作業)	訓練(対応法習得の作業)	月曜：リラクゼーション 訓練(対応法習得の作業) 金曜：振り返り 終礼
第6週	朝礼 生活チェック 訓練(対応法習得の作業)	訓練(対応法習得の作業)	訓練(対応法習得の作業)	月曜：リラクゼーション 訓練(対応法習得の作業) 金曜：振り返り 終礼