

ストレングスモデル

- 患者が持つ、夢や希望の実現に役立つ「ストレングス（強み）」を活用して、生活を支援する技法。
- チャールズ・A・ラップ教授が1970年代に提唱。
- 個人の「ストレングス」と環境の「ストレングス」がある。

個人の要素と環境の要素

▷ 個人のストレングスの要素：願望、能力、自信

願望 × 能力 × 自信 = 見込みと可能性

例：願望（フルタイムの事務仕事） × 能力（正確なタイピング、根気強さ） × 自信
（申し込む意志、面接を受ける意志、仕事を始める意志）

▷ 環境のストレングスの要素：資源、社会関係、機会

ストレングスモデルの6原則

1. 精神障害者はリカバリーし、生活を改善し高めることができる
2. 焦点は欠陥ではなく個人の**ストレングス**である
3. 地域を資源のオアシスとして捉える
4. クライアントこそが支援過程の監督者である
5. ワーカーとクライアントの**関係性が根本**であり本質である
6. 私たちの仕事の主要な場所は地域である

SWOT分析

プラス要因

マイナス要因

内部環境

強み
(Strength)

弱み
(Weakness)

外部環境

機会
(Opportunity)

脅威
(Threat)

自分に当てはめると・・・

性格・性質

才能・技能・自信

環境（資源・社会関係・機会）

関心・願望

自分に当てはめると……

性格・性質

- 実は真面目
- 負けず嫌い
- ユーモラス

才能・技能・自信

- 笑わせること
- (割と) 誰とでも仲良くなれる
- (割と) 1つのことを突き詰められる

環境 (資源・社会関係・機会)

- コンサル仲間がいてくれる
- お客さんと出会える人脈やツール

関心・願望

- 障害者雇用コンサルとしてNo.1になりたい
- もっと人の役に立ちたい

やる気を失わせる行動

- 病名やレッテルに焦点を当てる
- その人の価値を認めない
- 自分の生活の基準を強要しようとする
- 相手を見下すような会話
- 子供扱い
- 条件付きの褒め言葉（よくやったね、でも、）
- 無視
- クライエントの時間を尊重しない
- 親のような態度

希望を引き出す行動

- 傾聴
- 気遣いと優しさを示す
- 楽しいことを一緒にする
- 肯定し、力づける励ましをする
- 失敗も成功もそのまま受け入れる
- 全ての過程において意見や選択を尋ね、尊重する
- 自分も同じ人間であることを知ってもらう（私が間違えた、と言える）
- 時間、約束を守る
- うまくいかない時は、その人の過去の成功した経験を思い出させる
- 成果や成功を祝う
- 目標設定を支援する
- 目標を実現可能な段階に分割し、小さな一歩を認める