NO　　名前

ひもときシート

A 課題の整理Ⅰあなた（援助者）が感じている課題

事例にあげた課題に対して、あなた自身が困っていること、負担に感じていることを具体的に書いてください。

B 課題の整理Ⅱあなた（援助者）が考える対応方法

①あなたは本人にどんな「姿」や「状態」になってほしいですか。

②そのために、当面どのようなことに取り組んでいこうと考えていますか？あるいは、取り組んでいますか。

（1）病気の影響や、飲んでいる薬の副作用について考えてみましょう。

（2）身体的痛み、便秘・不眠・空腹などの不調による影響を考えてみましょう。

（3）悲しみ・怒り・寂しさなどの精神的苦痛や性格等の心理的背景による影響を考えてみましょう。

（4）音・光・味・におい・寒暖等の五感への刺激や、苦痛を与えていそうな環境について、考えてみましょう。

C 課題に関連しそうな本人の言葉や行動を書き出してみましょう

あなたが困っている場面（Aに記載した内容）で、本人が口にしていた言葉、表情やしぐさ、行動等をありのままに書いてください。

（5）家族や援助者など、周囲の人の関わり方や態度による影響を考えてみましょう。

（6）住まい・器具・物品等の物的環境により生じる居心地の悪さや影響について考えてみましょう。

（7）要望・障害程度・能力の発揮と、アクティビティ（活動）とのズレについて考えてみましょう。

（8）生活歴・習慣・なじみのある暮らし方と、現状とのズレについて考えてみましょう。

D 課題の背景や原因を整理してみましょう

思考展開エリアに記入した内容を使って、この課題の背景や原因を本人の立場から考えてみましょう。

E 「A課題の整理Ⅰ」に書いた課題を本人の立場から考えてみましょう

「D課題の背景や原因の整理」を踏まえて、あなたが困っている場面で、本人自身の「困り事」「悩み」「求めていること」は、どのようなことだと思いますか。

F 本人にとっての課題解決に向けてできそうなことをいくつでも書いてみましょう

このワークシートを通じて気づいた本人の気持ちにそって㋐今できそうなことや㋑試せそうなこと㋒再度の事実確認が必要なこと等をいくつでも書いてみましょう。

STEP 1 評価的理解
援助者として感じている課題を、まずはあなたの視点で評価します。

STEP 2 分析的理解（思考展開エリア）
根本的な課題解決に向けて、多面的な事実の確認や情報を整理します。

STEP 3 共感的理解
本人の視点から課題の解決を考えられるように、援助者の思考展開を行います。

©2010 認知症介護研究・研修東京センター