

Step 1

医療内容の妥当性を含めたアセスメント

Step 2

困難事 明確化と解決意義の確認

Step 3

行動目標の設定と自己効力感の確認

Step 4

技法の選択

Step 5

実施

Step 6

評価・考察

Step 1

医療内容の妥当性を含めた アセスメント

目的

- プログラムを進めるにあたり、まずは対象者に行われている医療的処置の内容が妥当かどうかを確認する。
- 対象者の心理・身体的な準備状態を情報収集しアセスメントをする

Step 1

医療内容の妥当性を含めた アセスメント

アクションプラン

- Step 1 ① 医療的対処内容の確認
- Step 1 ② エンゲージメント（関わり・契約）の準備の確認
- Step 1 ③ 疾患やセルフ・マネジメントについての知識や考え方の確認
- Step 1 ④ 身体的能力の確認

Step 2

困難事の明確化と 解決意義の確認

目的

- 対象者が認識している療養上の問題と、それを解決する意義を明確にする。
- 医療者が認識している問題ではなく、患者が認識している問題を明らかにする。

Step 2

困難事の明確化と 解決意義の確認

アクションプラン

Step 2 ① 生きがいの明確化



Step 2 ② 困難事とキュー（cue:きっかけ）の明確化



Step 2 ③ 生きがいと困難事の連結

Step 3

行動目標の設定と 自己効力感の確認

目的

- Step2で明らかになった対象者の困難事を解決するために、自己効力感が高まるような具体的な目標について、対象者と医療者が共同で設定を行う。
- 目標を達成するための障害要因と促進要因を調整して、少しでも問題を解決しやすいように支援を行う。

Step 3

行動目標の設定と 自己効力感の確認

アクションプラン

- Step 3 ① 行動目標の決定
- Step 3 ② 自己効力感の確認
- Step 3 ③ 影響要因の調整

Step 4

技法の選択

目的

- 行動目標を達成するために、対象者のこれまでの行動パターンなどを考慮して、プログラムからどの技法を活用するかを選択を行う。
- 各技法の必要項目を決定するなど、対象者の行動目標に沿った調整を行う。

Step 4

技法の選択

アクションプラン

Step 4 ① 各技法の説明

Step 4 ② 技法の選択

Step 4 ③ 各技法に合わせた項目の設定

Step 5 実施

目的

- 技法を使い、対象者が行動目標を継続実施できるように支援する。
- 各技法の特徴と対象者の行動を関連づけて、自己効力感や動機付けを高める効果を最大限に伸ばし、行動が継続実施できるように支援する。
- 行動目標達成時には積極的に認める。達成できなくても、少しでもできたことや変化を認め、自己効力感が高まるようにする。

アクションプラン

Step 5 ①

実施状況の確認

Step 5 ②

技法の特徴と行動を関連づけた
フィードバックの実施

Step 5 ③

自己効力感低下の有無の確認

目的

- 結果をふまえて、行動目標の実施の程度や目標達成について確認と評価を行い、今後の方針を決める。
- プログラムやセルフ・マネジメントについて対象者の率直な意見をもらい、今後に生かす。

アクションプラン

Step 6 ① 結果を正しく評価する

Step 6 ② 対象者と共にプログラム活用の評価を行う

Step 6 ③ 今後の方針を決める