**セルフアセスメントシート**

**（一般・本人）**

皆さんの上司・部下関係には問題ありません。このトレーニングは、上司と部下の「スキル開発パターン」の現状を把握して、更に良い状態に行くためのトレーニングです。

図の下側にある３つのカテゴリー（A: ストレス蓄積・B: 困難発見・C: 就労力発達）のうち、自分の今の状況に一番近いものを選び、以下のA, B, C段落に進んでください。

**A. ストレス蓄積**

１．現状を理解しよう

* どんな時に、周囲の低評価を感じますか？概念の例は、晴眼者と同じ仕事基準、人事評価の低下です。
* どんな時に、ストレスがたまりますか？概念の例は、仕事を与えられる感覚、足手まとい、晴眼者基準のストレス、「やってもらうこと」が多い、です。

２．目標スキルを選ぼう

* 上司が観察した「引け目と反動」カテゴリーは「劣後感」「押しの弱さ」「大きく見せる」概念が、「職場の厄介者」カテゴリーは「不適応と不調」「固執と衝突」「依存と追従」概念で構成されていました。

**B. 困難発見**

１．現状を理解しよう

* 「本人の困難発見」に含まれる概念に、自分も思い当たるものがありましたか。付け加えるものはありますか。
* 「周囲の当惑」は「（周囲が本人に）何をさせて良いか判らない」「（本人が）障害自覚無しで入社する（仕事をしてから自分が出来ないことに気づく）」で構成されます。該当や追加はありますか。

２．目標スキルを選ぼう

* 「本人の就労力発達」カテゴリー内概念から、発達させたいスキルを１つ選びましょう。

**C. 就労力発達**

* 「本人の就労力発達」や「首位の支援力発達」に含まれる概念が他にないか、考えてみましょう。