

精神障がい者社会生活適応訓練事業 「目標」の設定について【訓練生】

訓練を開始するにあたり、「目標（訓練を通じてどのようになりたいか、どんなことができるようになりたいか）」を決めましょう。

訓練終了時に、その目標をどれくらい達成できたかを確認していただきますので、目標はより具体的なものにしてください。

また、訓練開始から3ヶ月が経過したら（※）、当初の目標を振り返ってください。当初の目標が自分（訓練生）に合っていない（高すぎる、低すぎる）と思われる場合は、目標を改めて設定し、その目標をチェックシート（様式第4号）に書きましょう。

※4月に訓練を開始した場合は、6月の訓練を終了したとき

目標を記入する様式

様式		該当項目
様式第3号	社会生活適応訓練申請書	6ヶ月後の目標
様式第4号	社会生活適応訓練事業 チェックシート	①訓練開始時に設定した目標 ②訓練開始3ヶ月後に目標を見直した場合は、その目標
様式第6号	社会生活適応訓練に関する支援機関の意見書	6ヶ月後の目標設定
様式第8号	社会生活適応訓練期間延長申請書	6ヶ月後の目標
様式第9号	社会生活適応訓練の期間延長に関する支援機関の意見書	6ヶ月後の目標設定及び支援方針
様式第16号	訓練日誌	目標

【良い例（具体的な例）】

- ・ 指示内容をメモにとり、教えられたとおり正確に作業ができるようにする。
- ・ わからないことや困ったことを、協力事業所の担当者や支援機関に相談できるようになる。
- ・ 訓練を通して様々な作業を経験することで、自分の得意不得意や環境への適性を見極める。
- ・ 指示内容をメモにとり、教えられたとおり正確に作業できるようにする。
- ・ 分からないことは気づいた時に質問をする。
- ・ 作業完了時に自分から報告する。
- ・ 医師の指示通りに服薬通院を続けることで、休まずに出勤できる力を身につける。
- ・ 体調や気持ちに変化があった場合はすぐに相談し、どのような場面でしんどくなるか把握する。
- ・ 自分の強みや苦手、配慮してもらいたいことについて知り、人に伝えられるようになる。

【悪い例（具体的でない例）】

- ・ 訓練で力をつけて、一般企業に就職したい。
→ 就職するために必要だと考えることを目標として設定してください。
- ・ 安定して働く力を身に着ける。
→ 安定して働くために必要だと考えることを目標として設定してください。