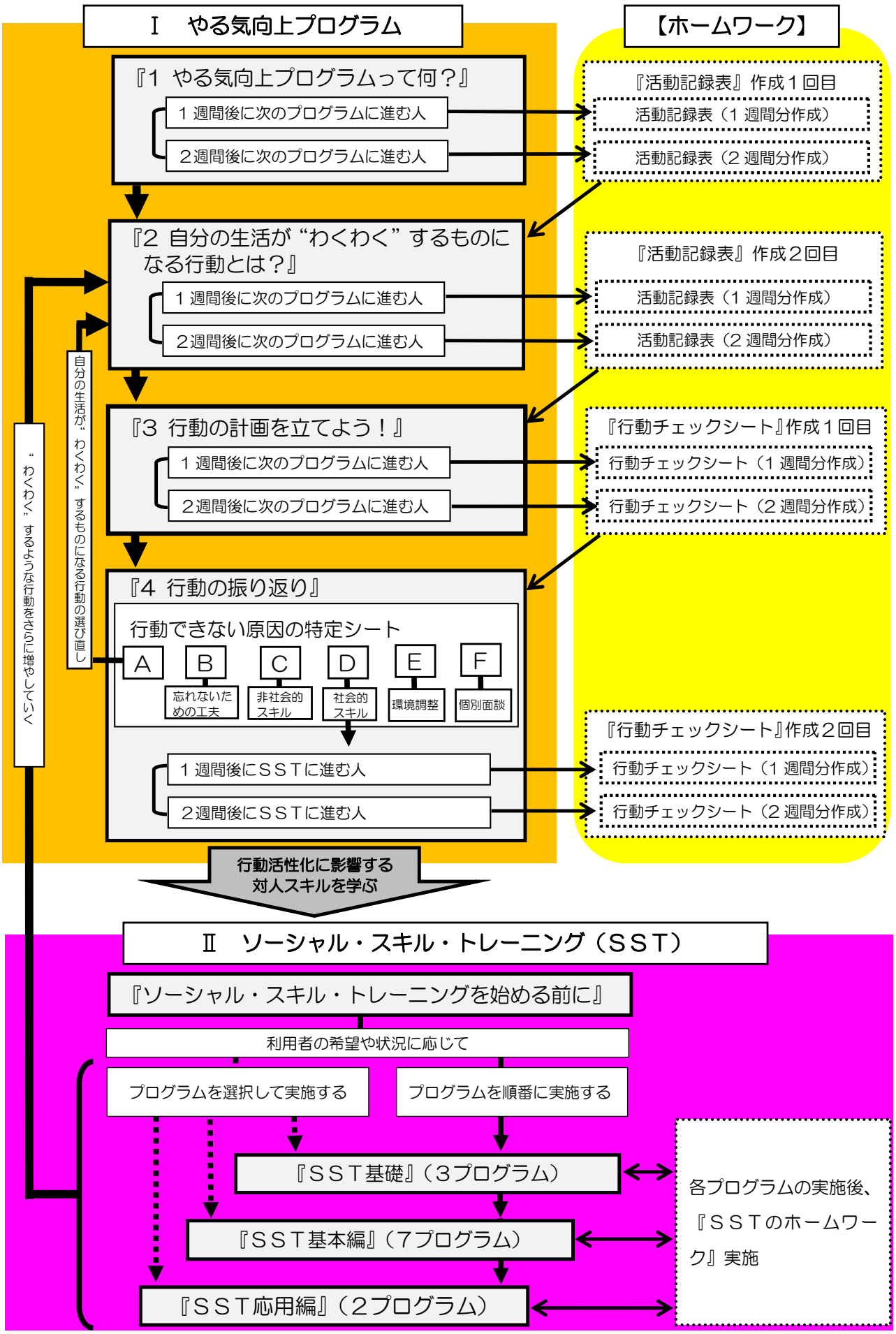
Ⅰ　やる気向上プログラム
【ホームワーク】
『1 やる気向上プログラムって何？』
1 週間後に次のプログラムに進む人
2週間後に次のプログラムに進む人
『活動記録表』作成１回目
活動記録表（1 週間分作成）
活動記録表（2 週間分作成）
『2 自分の生活が“わくわく”するものになる行動とは？』
1 週間後に次のプログラムに進む人
2週間後に次のプログラムに進む人
『活動記録表』作成２回目
活動記録表（1 週間分作成）
活動記録表（2 週間分作成）
『3 行動の計画を立てよう！』
1 週間後に次のプログラムに進む人
2週間後に次のプログラムに進む人
『行動チェックシート』作成１回目
行動チェックシート（1 週間分作成）
行動チェックシート（2 週間分作成）
『4 行動の振り返り』
行動できない原因の特定シート
A
B
忘れないための工夫
C
非社会的スキル
D
社会的スキル
E
環境調整
F
個別面談
1 週間後にＳＳＴに進む人
2週間後にＳＳＴに進む人
『行動チェックシート』作成２回目
行動チェックシート（1 週間分作成）
行動チェックシート（2 週間分作成）
自分の生活が“わくわく”するものになる行動の選び直し
“わくわく”するような行動をさらに増やしていく
行動活性化に影響する
対人スキルを学ぶ
Ⅱ　ソーシャル・スキル・トレーニング（ＳＳＴ）
『ソーシャル・スキル・トレーニングを始める前に』
利用者の希望や状況に応じて
プログラムを選択して実施する
プログラムを順番に実施する
『ＳＳＴ基礎』（3プログラム）
『ＳＳＴ基本編』（7プログラム）
『ＳＳＴ応用編』（2プログラム）
各プログラムの実施後、
『ＳＳＴのホームワーク』実施