

SOC(首尾一貫感覚)能力の向上

特徴
と
ねらい

アーロン・アントノフスキーが提唱したSOC（Sense of Coherence 首尾一貫感覚）をベースに自己効力感、モチベーションの基本と合わせ、その理解と能力を高める方法を学びます。チェックリストによる自己診断等や職務の振り返りにより、気づきを深め、職員一人ひとりの成長とチームケアの推進につなげることをねらいとしています。

■プログラム【1.5～2時間】

時間	項目	内容
1.5時間 ～ 2時間	■オリエンテーション	・研修の目的と進め方
	●SOC(首尾一貫感覚)とは？ (講義と実習)	・SOCを構成する3要素 ・把握可能感、処理可能感、有意味感 ・SOCチェック診断 ・SOCを高めるために
	●自己効力感 (講義と実習)	・自己効力感を高める4つの方法 ・成功体験、モデリング、社会的説得、 生理的情緒的高揚 ・タイプ別チェックリスト診断
	●モチベーション (講義と実習)	・モチベーションの高低による影響 ・モチベーションを左右する要因 ・モチベーションチェック診断
	●職務の振り返り (グループワーク)	・SOC、自己効力感、モチベーションの3つ を踏まえて職務を振り返る
	●まとめ	・SOC、自己効力感、モチベーションを 高めるポイント

研修
担当者
の
声

介護老人保健施設（都下）研修担当者

導入したきっかけは、私自身が「SOC」の公開講座に参加して、現場の職員にも受講させたいと感じたからです。すべての職員を公開講座に出すわけにもいかないの、事業所内研修として計画しました。SOC能力だけでなく、自己効力感やモチベーションの基本とあわせた内容にしたことで、受講した職員からの感想もよく、職員の成長とチームケアの推進につながればと思っています。