

料理リハビリテーションの経過

ステップ

レシピ動画アプリ



Step1

嗜好に合わせたメニュー写真やレシピ動画を見て、“自分にも出来る”というポジティブなイメージと料理に対するモチベーションを高める段階



Step2

一緒に作ることを通し、一つのメニューを部分的に作る体験をしてもらう段階



Step3

適時、口頭指示や指差し、手添えの介助等をいれて可能な限り誤りなく、かつきれいに美味しく作る成功体験を毎週繰り返す段階

Step4

ご家族さまも「これならわたしにもやれる」ということで、少しずつご家族さまへバトンタッチしている段階
ご家族さまと相談しながら利用者さまのごはん作りの役回りが微増



経過

ポジティブ・アプローチ

ポジティブ・アプローチをもとにした 料理リハビリテーションのながれ

ありたい状態が内側から出てくる

強み・価値を発見する

個々の価値や強みに焦点を当てる(ストレングスモデル)。

- ⇒性格、生活歴、職歴、興味関心、嗜好を元に聴取する
○明るく前向き ○単身赴任歴、料理、お酒好き、妻、家族想い
○旨いもん、歴史等に興味関心 ○妻、ご家族のサポート
妻より「単身赴任の時、よく自分でごはん作っていた」

どうありたいか、
最大の可能性を描く

個々の強みを拡大し、ありたい姿を描いていき、
ありたい状態が内側から出てくる。

- ⇒一緒に興味ある料理動画を見て“料理ができる”イメージする
妻より「ホームパーティーをしたい」、「前のように朝ごはんを作ってほしい」

現実的達成状態を共有化する

話を聞き、ストーリーを共有する。
そして、お互いの夢やありたい姿を共有する。

- ⇒妻とも一緒にイメージを共有する
妻より「キッチンに立たせてあげたい」、「料理上手くはないけど...」

新しい取り組みを始める

より次元の高い共通の目的を生み出し、その実現に向けた
アクションプランを探求する。それを自分たちですぐに実行し、
素早く仮説検証していく仕組みをつくる。

- ⇒失敗も経験しながら、料理を娘、孫に提供し楽しみ自信を深める
妻より「また二人でごはんを作っちゃおうかな」