

自分が安心と感ずること・負担に感ずること

記入日 _____ 年 _____ 月 _____ 日 (_____ 歳) 記入者 _____

	安心と感ずる	まあまあやれている	負担と感ずる	負担と感ずることについての対応			
				今やっていること	今やってほしくないこと	誰かに支援してもらっていること	今後やってみたいこと/ 支援してもらいたいこと
人	(例) ○○さん	(例) □□先生	(例) △△先生	(例) 避ける	(例) △△先生から注意をされる	(例) 他人に確認してもらってから伝える	(例) 紙にまとめて自分から△△先生に報告する
場所	(例) 自分の部屋	(例) 教室	(例) 集会中の体育館	(例) 出入り口に近い場所にいる	(例) 辛い時に無理にその場にいさせること	(例) ○○さんに隣にいてもらう	(例) クラスの列の最後尾に並ぶ
活動	(例) 部活動、ゲーム	(例) 数学の授業	(例) 発表	(例) 発表しない	(例) 無理やり発表させようとする	(例) 個別の声掛けで理解しているか確認してもらう	(例) 自分の意見をノートに書く/ 発表の時は話すまで待ってもらう
その他	(例) 就寝前		(例) 朝	(例) 午前中の休み時間は声を掛けてもらわない	(例) 朝一番に頼まれごとをされる	(例) 夜9時になったら、親にゲーム機を預かってもらう	(例) 決まった時間に寝る/ 声を掛けるときは、肩をたたいてもらう