

# 自分が安心と感ずること・負担に感ずること

	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			
				今やれていること	今やれてほしくないこと	誰かに支援してもらっていること	今後やれてみたいこと / 支援してもらいたいこと
人	[例]〇〇さん	[例]□□先生	[例]△△先生	[例]避ける	[例]△△先生から注意をされる	[例]他の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]〇〇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]個別の声掛け等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 / 発表の際、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かけてもらわない	[例]朝一番に頼まれごとをする	[例]夜9時以降、母にゲーム機を預かってもらう	[例]決まった時間に寝る / 気づきやすいよう声をかける時は肩をたたく