

氏名 _____

の説明書



[コミュニケーションについて]

- 分からないとき、困ったときに助けを求めることが苦手
- スムーズに会話が成立するが、やや一方的なところがある
- []

お願いしたいこと・対処法

- 「何に困っていますか」「手伝います」など声をかけられると、助けを求めやすくなります。
- 十分に聞いた後、「次は私の番」と話す順番を伝えられると、話を区切ることができます。
- []

[変化への適応について]

- 変更を受け入れることが難しいときがある
- 好きなことをしているときに中断するのが難しい
- []

お願いしたいこと・対処法

- 予定は事前に伝え、変更は分かった時点で伝え、変更の理由も教えてください。
- 一度中断の予告をした後、少し待ち、あらためて切り替えを促してください。
- []

[感情について]

- ささいなことでも 不安になる
- イライラする
- []

お願いしたいこと・対処法

- 安心アイテム()で気持ちを切り替えさせてください。
- 落ち着ける場所での短時間の休息を許してください。
- []

[注意・集中について]

- 気が散りやすい
- 突発的に行動してしまう
- []

お願いしたいこと・対処法

- 静かで、落ち着いた環境があると、集中しやすくなります。
- 忘れていたら、落ち着けるスキルを促してください。
深呼吸 数を数える セルフマッサージ ストレッチ
- []

[パニックについて]

- パニックになることがある
- []

お願いしたいこと・対処法

- 気持ちを切り替えるアイテムは()。言葉は()。
- そっとしておいてください。落ち着いたところで声をかけられると安心できます。
- []

[感覚について]

- 苦手な感覚がある
音 におい 食べ物 触覚
その他()
- []

お願いしたいこと・対処法

- 苦手な感覚を避けることを理解してください。
- 好きな感覚刺激でリラックスさせてください。
好きな感覚()
- []

その他・補足: []