

Work6

紙上ピア・サポート・シート

- ①あなたの悩み事 「あなたの悩みリスト」の中から、このメンバーに相談してもいい悩み事について、できるだけ具体的な事実を書きます。

- ②あなたの感情 悩み事に対するあなたの気持ちを書きます。

- ③あなたの願望 どうなったらいいのかを書きます。

- ④サポーターからの質問 他のメンバーが、悩み事や感情についての質問を書きます。

氏名	質 問

- ⑤質問の答え サポーターからの質問について答えます。

⑥ サポーターの考えた解決策 他のメンバーが考えた解決策を書きます。

氏名	解 決 策

⑦ あなたがやってみようと思う解決策 サポーターからの解決策の中から選んでもよいし、自分で考えてもよい。

⑧ 感想
