②「（クライシスプラン）」

『（クライシスプラン）』

**（クライシスプラン）とは？**

|  |
| --- |
| （クライシスプラン）とは、こころとからだのをつため、ったにできるよう、にてるのことです。  の（サイン）があった、あなたのするとみんなのえでよいにけていくためのものです。 |

**１　あなたの（プラン）にをつけましょう。**

　　例　「しない」「デイケアにう」「Stop！プラン」など

|  |
| --- |
| 計画・プラン |

ワンポイント！

・いつまでうですか？

・のないですか？

**２　にをりましょう。**

①【・なをるために】

あなたがしい、おちつくとうのは、どんなですか？

|  |
| --- |
|  |

②【・なをおびやかすもの】

あなたのをゆさぶるきっかけは、ですか？

|  |
| --- |
|  |

③【の（サイン）】

　　　　こころとからだがれている、どうなりますか？

|  |
| --- |
|  |

④【】

★あなたがすること★

|  |
| --- |
|  |

例：△△センターへする（！！は？）

★にしてほしいこと★

|  |
| --- |
|  |

★にしてほしくないこと★

|  |
| --- |
|  |

⑤【のサイン】

③のがむとどうなりますか？どういうちですか？

|  |
| --- |
|  |

⑥【・】

　　　★あなたがすること★

|  |
| --- |
|  |

★にしてほしいこと★

|  |
| --- |
|  |

★にしてほしくないこと★

|  |
| --- |
|  |