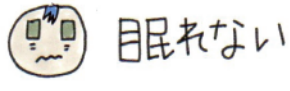
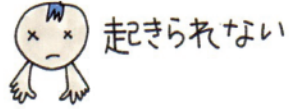


調子を伝えるシート からだ・きもち・あたま スケール付



眠れない

0 _____ 10



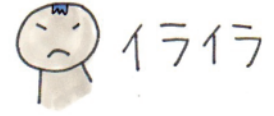
起きられない

0 _____ 10



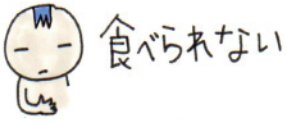
不安

0 _____ 10



イライラ

0 _____ 10



食べられない

0 _____ 10



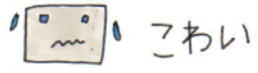
食欲が
出すぎる

0 _____ 10



悲しい

0 _____ 10



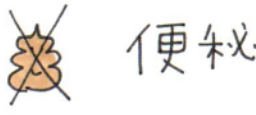
こわい

0 _____ 10



からだか
重い

0 _____ 10



便秘

0 _____ 10



わからない

0 _____ 10



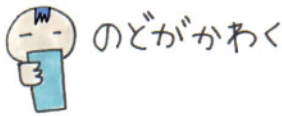
つらい

0 _____ 10



おしっこが
出にくい

0 _____ 10



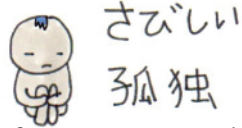
のどがかあく

0 _____ 10



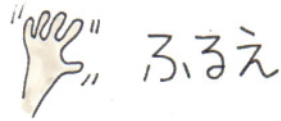
木ってる

0 _____ 10



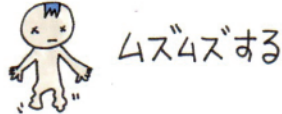
さびしい
孤独

0 _____ 10



ふるえ

0 _____ 10



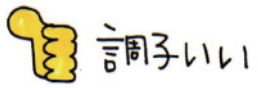
ムズムズする

0 _____ 10



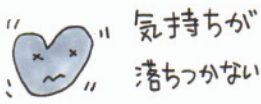
ふらふら

0 _____ 10



調子いい

0 _____ 10



気持ちか
落ちつかない

0 _____ 10



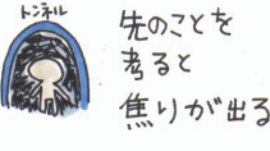
視線がこわい

0 _____ 10



同じ考えか
グルグル
まわる

0 _____ 10



先のことを
考えると
焦りが出る

0 _____ 10

0 _____ 10

0 _____ 10



幻聴

0 _____ 10



幻覚

0 _____ 10

0 _____ 10

0 _____ 10



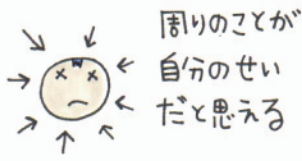
やる気が
起きない

0 _____ 10



覚えられない

0 _____ 10



周りのことが
自分のせい
だと思える

0 _____ 10



周囲に過敏

0 _____ 10

メモ

年 月 日

イラスト・チアキ/子ども情報ステーション by ぶるすあるは©pulusualuha