

スモールステップ目標設定シート

記入日		目標期間	
-----	--	------	--

最終目標	
相手	
場所	
行動	

途中目標		
中目標 1	相手	
	場所	
	行動	

中目標 2	相手	
	場所	
	行動	

中目標 3	相手	
	場所	
	行動	

書き方の目安

- ・最終目標は、本人が納得して目指したいと思える内容にします。
- ・目標が大きい場合は、途中目標に分けながら進めます。
- ・「相手」「場所」「行動」を具体的にすると、次の一歩を決めやすくなります
- ・目標期間は学期ごと、または約3か月程度（例：4月～7月）を目安にします。
- ・相手が思いつきにくい場合は、現実的に関わりやすい先生などから設定してもかまいません。