笑顔が増える ペアレントトレーニング

子どもの行動記録表（お試し版）を作ろう

朝や夜の時間帯を選び、子どもにしてほしい行動を順番に6つ書き出し、2週間かけて子どもに内緒で記録します。

○ …自分からできた
(○) …声をかけたり、一緒にやるとできた
空欄 …できなかった

例

	子どもにしてほしい行動	月	火	水	木	金
1	自分で食卓につく	○	○	○		○
2	7時半までに朝食を終える		(○)		○	(○)
3	歯を磨く	○	○	(○)	(○)	○
⋮	※実際には6項目記入します					

選んだ時間帯【　　】

	子どもにしてほしい行動		月	火	水	木	金
1		1週目					
		2週目					
2							
3							
4							
5							
6							