

# ホームワーク

## ホームワークへの回答のしかた

### ● 基本的なこと

- ・ 原則として 月中の毎週末（土曜日または日曜日）に、1 ページずつ、回答していただきます。
- ・ 所要時間は、1 回当たり約 10～15 分です
- ・ 全部で 4 週間行いますので、ホームワークには合計 4 回、回答していただくことになります。
- ・ 週末に付け忘れた時には、月曜日など、できるだけ記憶が鮮明なうちに、回答してください。

### ● 記入していただく内容

- ・ 1 週間を振り返り、仕事で誰に対して自分が役立ったと感じたか、その人物（例：上司、同僚、部下、仕事の相手など）を 7 人まで思い出し、その「日付（曜日）」と、「自分からみた相手の立場」を、ホームワークに記入してください。
- ・ 次に、どのように役立ったと感じたかについて、簡単に記入してください。
- ・ 必ず 7 人回答しなければならないわけではありません。7 人に満たない場合には、それより少ない人数の記入でも結構です。
- ・ どうしても思い出せない場合は、「今週は該当者なし」とご記入ください。
- ・ 以下に、回答例をいくつか示します。

（回答例）

12月5日(月)	自分からみた相手の立場 <b>同僚</b>
どのように役立ったか <b>体位変換で力の足りない同僚に手を貸した</b>	

12月7日(水)	自分からみた相手の立場 <b>介護の相手</b>
どのように役立ったか <b>食事の介助で感謝された</b>	

12月8日(木)	自分からみた相手の立場 <b>訪問介護の相手</b>
どのように役立ったか <b>掃除を行い感謝された</b>	

**1週目**

月 日(土)または 日(日)に回答してください。

記入日: 月 日( )

日	月	火	水	木	金	土

● この1週間で、仕事で誰に対して自分が役立ったと感じたか、その人物(例: 上司、同僚、部下、仕事の相手など)を1人まで思い出し、その「日付(曜日)」と、「自分からみた相手の立場」を、ホームワークに記入してください。

● また、「どのように役立ったと感じたか」について、簡単に記入してください。

月 日( )	自分からみた相手の立場
どのように役立ったか	

月 日( )	自分からみた相手の立場
どのように役立ったか	

月 日( )	自分からみた相手の立場
どのように役立ったか	

月 日( )	自分からみた相手の立場
どのように役立ったか	

月 日( )	自分からみた相手の立場
どのように役立ったか	

月 日( )	自分からみた相手の立場
どのように役立ったか	

月 日( )	自分からみた相手の立場
どのように役立ったか	