

Já, \_\_\_\_\_, se kvůli svému postižení často dostávám do **stresu**, který následně **neumím** správně korigovat. Od asistentů proto potřebuji:

1. aby mi pomohli se do stresu dostat,
2. aby mě aktivně do stresu nedostávali z výchovných důvodů a
3. aby mi pomohli se ze stresu bezpečně dostat zpět do klidu.

**Abych se bezpečně dostal ze stresu zpět, potřebuji od asistentů:**

*Když jsem ve vysoké míře stresu, tak:*

*Když jsem v nízké míře stresu, tak:*

**Abych se do stresu pokud možno nedostal, potřebuji pomoc v oblasti fyzické, psychické a sociální (bio-psycho-socio model). K tomu potřebuji od asistentů pomoc v:**

**Fyzická oblast:**

**Psychická oblast:**

**Sociální oblast:**

Děkuji za pomoc \_\_\_\_\_