

怒りとうまくつき合うための学習 ワークシート

年 組 番 名前 _____

いか 怒りとうまくつき合うためのコツ

これであなたも「^{いか}怒りの^{たつじん}達人」！！：STOP

- 1 .S :
- 2 .T :
- 3 .O :
- 4 .P :

1

● ^{いか}怒りを^{かん}感じたことがありますか？

はい ・ いいえ

「はい」と答えた人は、それがどんなときだったか思い出してください。

・ だれと^{いっしょ}一緒にいましたか？（^{おや}親・^{せんせい}先生・^{ともだち}友達・^{ほか}その他の人）

・ どのようなことが^お起こりましたか？

^{おも}思い出してみましょ。書ける人は書いてみましょ。

（ _____ ）

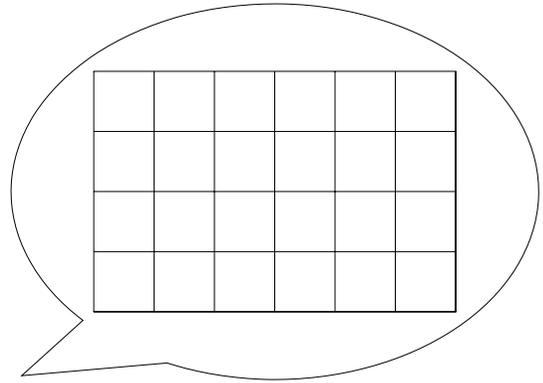
2 ^{いか}怒りの^{わる}悪い点は（ _____

）^{おも}だと思ふ。

3 ^{いか}怒りの^よ良い点は（ _____

）^{おも}だと思ふ。

4 あなたがたけしくんなら、どういいますか？ どういういいかたをしたら、相手をいやな気持ちにさせないですむでしょうか？ 考えてマスの中に書きましょう。



5 他の人の意見を聞きましょう。

- 良いと思う意見を書きとめましょう。

