

どのような出来事できごとがあった？

そのときの気持ちきもに、○をしよう

うれしい　たのしい　かなしい

しんぱい　ふあん　いろいろ　その他（　　）

その気持ちきものとき、なにを考かんがえた？

その気持ちきものとき、どのようになると思おもった？

ほかのひとがみたらどのように思おもわれた？

