



「ちがうよ」と言われて、かつとなつてしまつた。

① 「できなかつた」とき、あなたはどのようなことしますか？

- 言い返した  ものにあつた  何も言わなかつた  
 その場をはなれた  そのほか ( )

② どうして、①のことをしてしまつたか？

- 自分が正しいと思っていたから  
 お友だちの言い方がイヤだつたから  
 気もちの整理がむづかしかつたから  
 びっくりして、とっさに怒つてしまつた  
 そのほか ( )

③ どうしたらよかつたですか？

そのとき、どんなふうに伝えたらよかつたと思う？  
( )

気持ちがおちつくために、どんなことができそう？  
( )

④ 次に同じようなことがあつたらどうしますか？

- すこし深呼吸してから話す  
 「ちょっと待つ」と言って落ちつく時間をとる  
 自分の気持ちをことばで伝える  
 先生や大人に伝えて手伝つてもらう  
 そのほか ( )

◆ メモ・ふりかえり

( )

