

## 「冷静に伝える」②

\_\_\_\_\_年 \_\_\_\_\_組 \_\_\_\_\_番

氏名 \_\_\_\_\_

- 「こころの信号機」や「I（私）メッセージ」を使ったら、そのときのことを書いておきましょう

\_\_\_\_\_月 \_\_\_\_\_日

①どんな場面でしたか？ そのときの状況を書きましょう。

②使ってみてうまくいきましたか？ 使った後の相手の反応や思ったことを書きましょう。

\_\_\_\_\_月 \_\_\_\_\_日

①どんな場面でしたか？ そのときの状況を書きましょう。

②使ってみてうまくいきましたか？ 使った後の相手の反応や思ったことを書きましょう。

\_\_\_\_\_月 \_\_\_\_\_日

①どんな場面でしたか？ そのときの状況を書きましょう。

②使ってみてうまくいきましたか？ 使った後の相手の反応や思ったことを書きましょう。