「気持ちの伝え方」②

年　　　　組　　　　番

氏名

●「Ｉ（私）メッセージ」で気持ちを伝える練習してみよう。

（1）あなたは友だちから「財布を忘れたから，お昼ごはんを買うお金を貸してほしい」と言われ，500円を貸した。しかし友だちはいつまでたってもお金を返してくれない。

|  |
| --- |
| ①　よくないと感じる相手の行動 |
| ②　相手の行動で感じた気持ち（感情） |
| ③　“ひょっとしたら”“もしも”を考える　【信号機“黄”】 |
| ④　I（私）メッセージを考える　【信号機“青”】 |

（２）あなた（部活動のキャプテン）は副キャプテンに明日の部活動の練習内容についてＳＮＳで相談のメッセージを送った。しかし，いつまでたっても返事がない。

|  |
| --- |
| ①　よくないと感じる相手の行動 |
| ②　相手の行動で感じた気持ち（感情） |
| ③　“ひょっとしたら”“もしも”を考える　【信号機“黄”】 |
| ④　I（私）メッセージを考える　【信号機“青”】 |

●今日の学びを今後どのように活かしていきたいですか（今の気持ち）。

|  |
| --- |
|  |

今日の学習について，あてはまるところに〇をつけましょう

４：とてもそう思う　３：思う　２：あまり思わない　１：まったく思わない

・「こころの信号機」を理解できましたか　　　　　　　　［　４　　　３　　　２　　１　］

・「Ｉ（私）メッセージ」を使った気持ちの伝え方を理解できましたか　　　　　　　　　［　４　　　３　　　２　　１　］

・今日の学びをこれから活かしていこうと思いますか。　 ［　４　　　３　　　２　　１　］