

11月14日～20日は、袋井あやぐも学園の家庭保健委員会ウイークです。



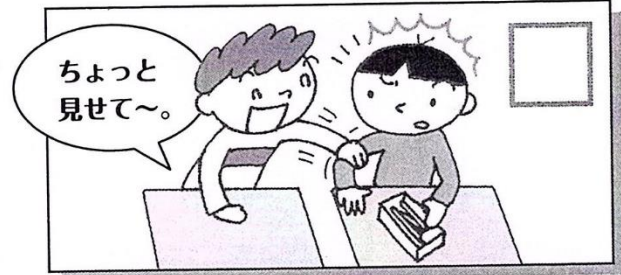
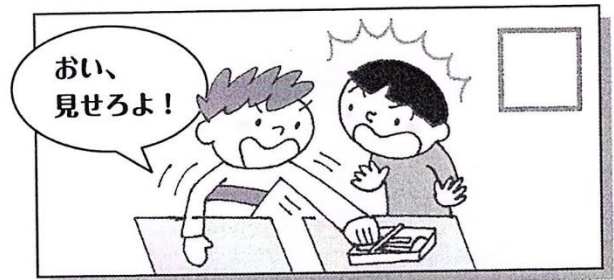
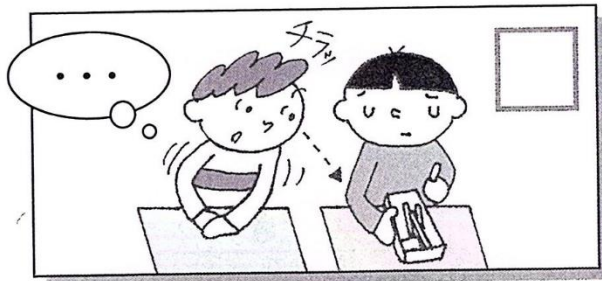
心の健康「こんな時、どうする？」～自分の気持ちを伝えるスキル～

() 年 () 組 () 番 名前 ()

毎日の生活の中では、人の力を借りたり、お願いしたりしなくてはならないこともたくさんあります。しかし、頼み方が分からずに我慢したり、命令口調でけんかになったりしたことはありませんか。どのようにしたら気持ちよく手伝ってもらえるのか、家族で考えてみてください。

1 「こんな時、どうする？」①・・・上手な頼み方はどれかな？

隣の席の子が持ってきた新しい筆箱を見せてもらいたい時、どう頼んだらいいでしょう？上手な頼み方に○をつけましょう。



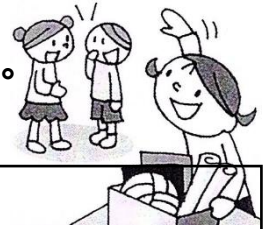
2 「こんな時、どうする？」②

クラスの当番で、先生から荷物を教室へ運ぶように頼まれました。一人で運ぶのは、ちょっと大変そうです。そこに同じクラスのAさんとB君が通りかかりました。2人に手伝ってもらいたんだけど・・・。



○ あなたなら、どんな頼み方をしますか？

3 人にお願い(頼み事)をするときに気をつけることは何でしょう。
家の人と考えてみましょう。



4 活動をふりかえりましょう。

★相手が協力したくなるような声かけの仕方(上手な頼み方)が分かりましたか?
当てはまるところを○で囲みましょう。

分かった ・ だいたい分かった ・ あまり分からなかった ・ 分からなかった

★このワークをやってみて、感じたこと等を書きましょう。

★保護者の方も感想をいただけるとありがたいです。

家族で上手な頼み方について

考えることができましたか?



ワークシートは、11月24日(木)までに提出してください。

