



ピア・メディアエーション指導用シート 3

☆ 怒りについて考えよう ☆



年 組 ()

質問1 あなたは、次に書かれたような「できごと」があったとき、どれくらいの怒りを感じますか？
「怒りの温度計」のところに色をぬり、()に数字を書いてください。

例	勉強しようと思っていたら、親に「早く勉強しなさい」と言われた。(80 °C) 0 °C 20 °C 40 °C 60 °C 80 °C 100 °C 怒りの温度計
①	教室でふざけていた友だちが、ぶつかってきたのに、あやまらずにその場から去っていった。() °C 0 °C 20 °C 40 °C 60 °C 80 °C 100 °C 怒りの温度計
②	自分が大切にしていたCD(ゲームやマンガ)を友だちに貸したが、返してもらえない。() °C 0 °C 20 °C 40 °C 60 °C 80 °C 100 °C 怒りの温度計
③	普通に言しかけただけなのに、「死ぬ」と言われた。() °C 0 °C 20 °C 40 °C 60 °C 80 °C 100 °C 怒りの温度計
④	自分の陰口や悪口を聞いたり、それを話している人を知った。() °C 0 °C 20 °C 40 °C 60 °C 80 °C 100 °C 怒りの温度計
⑤	自分が授業中、前に出て発表しているのに、まわりの友だちが勝手にしゃべっていて聞いてくれない。() °C 0 °C 20 °C 40 °C 60 °C 80 °C 100 °C 怒りの温度計
⑥	授業中、先生の話を聞きたいのに、まわりがうるさくて聞こえにくい。() °C 0 °C 20 °C 40 °C 60 °C 80 °C 100 °C 怒りの温度計

質問2 あなたは、どんなときに怒りを感じますか？できるだけ具体的に書いてください。

.....

.....

.....