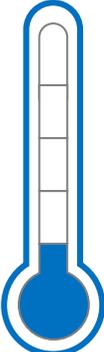
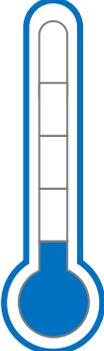
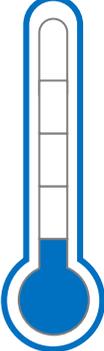


怒り・イライラはあなたの大切な気持ち ワークシート

どんなときに、怒りを感じる？

年	組	番	氏名
---	---	---	----

次の3つのできごとがあったとき、あなたの怒りの温度は何度になるでしょうか？
(丸をつけるか、色をぬってください)

できごと	怒りの温度計
「おはよう」と友だちにあいさつしたら、返事がなかった	 <p>5 激怒する 4 怒る 3 イライラする 2 ムツとする 1 ぜんぜん平気</p>
友だちが、あなたの消しゴムを勝手に使って、お礼も言わない	 <p>5 激怒する 4 怒る 3 イライラする 2 ムツとする 1 ぜんぜん平気</p>
友だちがネットに、あなたの悪口を書いた	 <p>5 激怒する 4 怒る 3 イライラする 2 ムツとする 1 ぜんぜん平気</p>