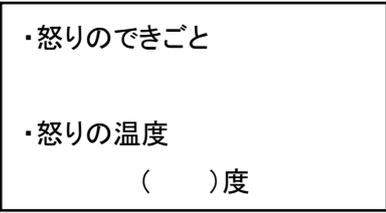


| | |
|--------------------------|--|
| 大項目 | 心理的な安定 ①情緒の安定 |
| 小項目 | 感情の自己コントロール |
| タイトル (教材名) | 怒りの温度計 |
| 目的 身につけてほしい力 | 怒りを視覚化・数値化して、コントロールする力を身につける。 |
| 教材の概要 | <p>①怒りの温度計</p>  <p>②怒りのできごとカード</p>  |
| 材料 作り方 工夫点など 画像 | |
| 教材の使用方法 | <ul style="list-style-type: none"> ・怒りの温度計について説明をする。(段階ごとの怒りの表情のイラストがあってもよい。) ・「最近怒ったこと」「イライラしたこと」などを怒りのできごとカード②に記入する。 ・怒りのできごとを自分で考えることが難しい場合は、例を提示して、怒りの温度計が何度になるかを考えてもよい。 |
| その他 | <ul style="list-style-type: none"> ・児童生徒が数名いる場合は、怒りのできごとの内容を全体で共有してもよいと思います。また、同じできごとに対して怒りの温度がそれぞれ何度になるかを共有することも大切です。 ・怒りのできごとカードの内容に対して時間をおいてから再度、考えることも怒りの温度や捉え方に変化が見られることもあります。 ・自立活動の他の項目との関連例 <心理的な安定>②状況の理解と変化への対応 <人間関係の形成>③自己の理解と行動の調整 ・参考文献「イラスト版子どものアンガーマネジメント怒りをコントロールする 43 のスキル」 合同出版 2015 年 |