



「怒り」の連鎖を断ち切ろう！

(1) ねらい

「怒り」についてのトレーニングを体験し、感情を適切に扱えるスキルを身につけることができる。



(2) 対象 (○の下の数字は対象学年)

幼	小	中	高	般
	○	○	○	○

(3) 支援メニュー提供者

株式会社 宙 (sora)

(4) 形態

出前授業

(5) 関連教科等 * () 内は関連性の強い単元

道徳科、保健・体育科、特別活動

(6) 土曜授業

可

(7) 支援メニュー内容

「ムカツク!」「イラッ!とする」など「怒り」の感情をそのまま相手にぶつけるコミュニケーションが増えてきました。これは「怒り」の感情について正しい心理教育や心理トレーニングをしてこなかったことが大きな原因になっています。「怒りの感情」は「悪いこと」でも「恥ずかしいこと」でもありません。「怒ること」と「怒る必要のないもの」を区別するトレーニングをすることで自分で「怒り」の感情を適切に扱えるようになります。怒りの感情は連鎖します。安心安全な環境をつくるために、親子で「怒りの感情をコントロールするスキル」を学びませんか? 保護者、教師対象のメニューもご提案できます。

(8) 支援メニュー関連ホームページ

<https://kurisu-sora.com/>

(9) 費用

謝金	要
旅費	要

(10) その他

詳細は「株式会社宙 (sora)」ホームページをご覧ください。

申し込み

この支援メニューは、メニュー提供者のホームページまたは電話・FAX 等により直接申し込んでください。