



いちばん かかり て
クラスで一番やりたかった係に 手を あげました。
でも、やりたい人が 多く、じゃんけんで 決めるこ
とに なりました。じゃんけんに 負けて 別の 係に
決まりました。

1 このまま 別の係を やりたくない気持ちのままでいたら、どうなってしまうと 思いますか？

例 : いっしょに 係をやる 友だちに 迷惑を かけてしまうかもしれない。

2 このようなとき、どのような 対応をしたら いいと 思いますか？

(1) 気持ちを 切り替えるときに できること

例 : 決まった 係を 受け入れる。



(2) 決まった 係で できること

例 : 決まった 係の 良いところを 探してみる。



3 つぎに 思いどおりに ならなかったとき、どんなふうに 考えたら いいですか？

