

いもどりてろシート ※お家の方も一緒に体験してみてください

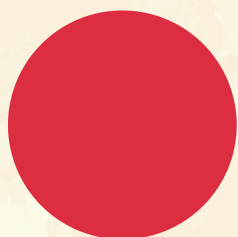
なまえ：_____

ひづけ：_____

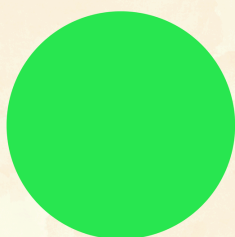


Q.1 いまのきもちのいろを1まいえらんで
ばんごうをかいてみましょう！

いまの
きもちのいろ①



いまの
きもちのいろ②



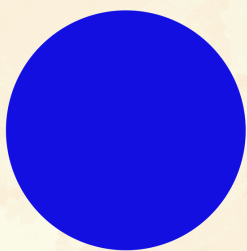
いまの
きもちのいろ③



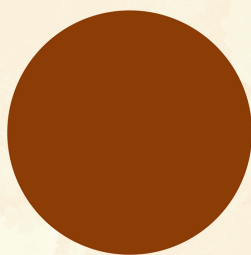
いまの
きもちのいろ④



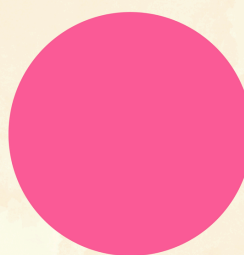
いまの
きもちのいろ⑤



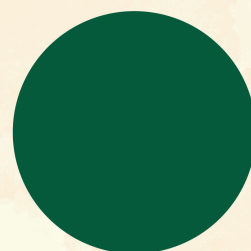
いまの
きもちのいろ⑥



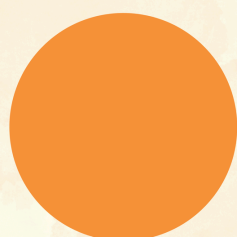
いまの
きもちのいろ⑦



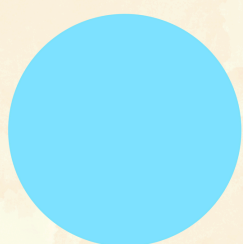
いまの
きもちのいろ⑧



いまの
きもちのいろ⑨



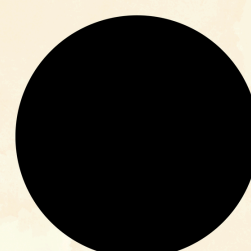
いまの
きもちのいろ⑩



いまの
きもちのいろ⑪



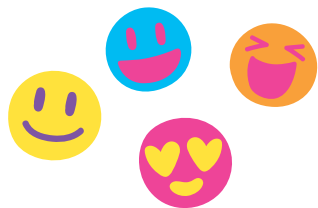
いまの
きもちのいろ⑫



いろいろまろシート ※お家の方も一緒に体験してみてください

なまえ：_____

ひづけ：_____



Q.2 いまのきもちを1まいえらんで
ばんごうをかいてみましょう！

いまのきもち①



いまのきもち②



いまのきもち③



いまのきもち④



いまのきもち⑤



いまのきもち⑥



いまのきもち⑦



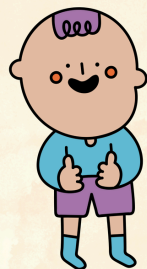
いまのきもち⑧



いまのきもち⑨



いまのきもち⑩



いまのきもち⑪



いまのきもち⑫



いろどりごころシート ※お家の方も一緒に体験してみてください

なまえ：_____

ひづけ：_____



Q.3 おうちのひとと、いっしょに
いまのきもちをことばにして
つたえあってみましょう！

Q.1で、その「いろ」をなぜえらんだのか、おもいついた
ことばをかいてみましょう！

Q.2で、えらんだカードのきもちを、ことばにしてみましょう！

💡言葉がけのポイント



1. まずは共感する

✓ 「そうだったんだね」「それはびっくりしたね」「嫌だったよね」

→ 子どもの気持ちを否定せず、そのまま受け止めることで、「自分の気持ちは大切にされるもの」と感じられます。

2. 言葉にできない気持ちを代弁する

✓ 「もしかして〇〇って思った？」「悲しかったんじゃないかな？」

→ 言葉で表現するのが難しい子どもには、気持ちを代弁してあげると「自分の気持ちをわかってくれた」と安心します。

3. すぐにアドバイスせず、まずは聞く

✓ 「どうしたの？」「どんな気持ちだった？」
「そのとき、どうしたかった？」

→ つい解決策を教えたくくなりますが、子どもは「まずは気持ちをわかってほしい」と思っています。焦らず、じっくり聞いてあげることが大切です。

4. 否定や決めつけをしない

✓ 「そんなことで泣かないの！」 → ✗ NG

✓ 「そんなこと思っちゃダメ！」 → ✗ NG

→ 子どもの感情を否定すると、気持ちを隠すようになってしまいます。どんな感情も「感じていいんだよ」と伝えましょう。

※2025年7月開講「えがおのたね教室」では、否定も肯定もしない「かしこ式言葉がけ法」を取り入れています。
ぜひ一度、体験レッスンに参加してみてください！