

子どものための アンガーマネジメント



5日間で
取り組める
練習帳

いかりを

ほぐそう



親子で
飽きずに！

学校で
仲間と
楽しく！



稲田尚子
寺坂明子
下田芳幸 著



東京書籍

がまんしない！ こうげきしない！

いかりのサインに気づき、おちついて
自分の気持ちを伝える方法が身につく！

記入式の練習ページを
ダウンロードして
繰り返し使えるよ！

