

ソーシャルスキルシート

— 中学生・高校生用 —



■ 学年・組・出席番号 () 年 () 組 () 番

■ 氏名 ()

○ これから、学校生活での対人関係に関する質問をします。よく読んで、最もよく当てはまる数字一つに○を付け、回答欄にその数字を記入してください。

■ 自分の気持ちや考えに当てはまる番号を選んでください。

(1) 友達が元気のないときは、励ますことができる。
あてはまる ややあてはまる あまりあてはまらない あてはまらない
4 _____ 3 _____ 2 _____ 1

(2) 相手に聞こえる声で話すことができる。
あてはまる ややあてはまる あまりあてはまらない あてはまらない
4 _____ 3 _____ 2 _____ 1

(3) 何かを頼むとき、相手の迷惑にならないかを考えることができる。
あてはまる ややあてはまる あまりあてはまらない あてはまらない
4 _____ 3 _____ 2 _____ 1

(4) 友達に、自分の考えを言うことができる。
あてはまる ややあてはまる あまりあてはまらない あてはまらない
4 _____ 3 _____ 2 _____ 1

(5) クラスの人と一緒にいるときは、相手の気持ちを考えることができる。
あてはまる ややあてはまる あまりあてはまらない あてはまらない
4 _____ 3 _____ 2 _____ 1

(6) 人の意見に左右されないで、自分の考えを言うことができる。
あてはまる ややあてはまる あまりあてはまらない あてはまらない
4 _____ 3 _____ 2 _____ 1

(7) 友達がさびしそうなときは、声を掛けることができる。
あてはまる ややあてはまる あまりあてはまらない あてはまらない
4 _____ 3 _____ 2 _____ 1

(8) 必要ときは、自分から友達にお願いすることができる。
あてはまる ややあてはまる あまりあてはまらない あてはまらない
4 _____ 3 _____ 2 _____ 1

※ (1) から (8) の質問項目で○を付けた数字を下の欄に記入してください。

1	2	3	4	5	6	7	8

