

なおしたいこと

いまどんなことでこまっているのか、先生におしえてください！
ちょっと長いから、とちゅうでつかれちゃったら、むりしないでね。

いろんなことがしんぱいになって、わすれようとしてもなかなかわすれられないことってあるかな？
たとえば・・・

- きたないものやトイレ、ばいきんのことが、すごく気になる
- ねばねばするものが、すごく気になる
- とげみたいなものが、からだにささっている気がする
- まわりのおひとがびょうきになっちゃうような気がするしんぱいになる
- じぶんやおひとにけがをさせちゃうような気をして、しんぱいになる
- こわいことをかんがえちゃって、わすれられなくなる
- こわいことがおこると、じぶんのせいかもしれない、としんぱいになる
- びょうきになっちゃったのではないかと、すごく気になる
- たいせつなものをすてちゃうかもしれない、としんぱいになる
- じぶんのからだのことがすごく気になる
- なにがいいことで、なにがわるいことか、すごく気になる
- ものをおくばしょや、ならべかたがすごく気になる
- なんでもみんなおぼえておかななくちゃいけないとおもう



いろんなことがしんぱいになったときにする、おまじないみたいなことってあるかな？

たとえば・・・

- 長いあいだ、なんかいもなんかいも手をあらう
- おふろやはみがき、トイレにすごくじかんがかかる
- じぶんのものに、ほかの人がさわるのはぜったいにいやだ
- 行きたくないところがある
- お父さんやお母さん、きょうだいにも、きれいにしていってもらいたい

- わすれものをしていないか、なんかいもたしかめる
- おでかけのまえに、すごくじかんがかかる
- じぶんやほかの人にけがをさせていないか、なんかいもたしかめる
- こわいことがおこらなかつたかどうか、なんかいもたしかめる
- なにかまちがったことをしなかつたかどうか、なんかいもたしかめる
- 本をよんだりべんきょうをしたりするときに、なんかいもおなじところをよんだりかいたりする
- しんぱいになったとき、お父さんやお母さんに、なんかいも「だいじょうぶ？」ときく

- ものをおくときに、なんかいもやりなおしたり、たしかめたりする
- 1日のすごしかたに、きまりがある
- ものをすてられなくて、もっているものがいっぱいになっている
- お父さんやお母さん、きょうだいにも、おまじないみたいなことをしてもらおう

ほかにもなにかこまっ
ていることがあれば、
いつでもおしえてね！



いろいろおしえてくれて、ありがとう!!! このなかでいちばんこまっていることはなにかな？