

# 생명존중교육 활동지 : 우아한 거짓말

일시

2021년 4월 2일 7교시

학번

이름

## ◎ 읽어보기

이번 시간에는 나를 돌아보고 주변의 소중한 친구를 도울 수 있는 방법에 대해서 살펴보고자 합니다. 동영상을 보면서 우리 반 친구들은 요즘 행복한지, 나는 어떨지에 대해 생각해보고 내가 할 수 있는 일을 찾아 실천해보도록 합니다.

학교 내에서 일어날 수 있는 다양한 사건들로 우울해보이거나 힘들어하는 친구가 있다면 담임 선생님, 상담 선생님과 같은 어른들에게 도움을 요청하길 바랍니다.

## 1. 요즘 내 기분은 어떤가요? O표 해보세요.

유쾌한 (긍정적인) 느낌			불쾌한 (부정적인) 느낌		
감동적인	짜릿한	아늑한	걱정되는	안타까운	당황스러운
감사한	사랑하는	흐뭇한	의기소침한	겁나는	불안한
자랑스러운	고마운	정다운	난처한	창피한	슬픈
가슴 벅찬	기대되는	기쁜	외로운	허무한	혼란스러운
기운 나는	홀가분한	편안한	무기력한	피곤한	지친
즐거움	재미있는	상쾌한	놀란	초조한	우울한
흥미로운	반가운	활기찬	서운한	실망스러운	괴로운
뿌듯한	열정적인	만족스러운	지루한	서글픈	분노
설레는	행복한	신나는	쓸쓸한	울적한	막막한
들뜬	당당한	평온한	절망스러운	고통스러운	허탈한
평화로운	친근한	안심되는	약 오르는	비참한	억울한

1-1. 유쾌한 기분의 이유는 무엇인가요? \_\_\_\_\_

나에게 긍정적인 기분을 만들어주는 것이 무엇인지 알게 되었다면 그걸 더 해보세요!

1-2. 불쾌한 기분의 이유는 무엇인가요? \_\_\_\_\_

나에게 부정적인 기분을 만들어주는 것을 해소하기 위한 방법에는 무엇이 있을까요?

\_\_\_\_\_

2. 천지의 죽음은 안타깝지만, 절대 옳은 선택이 아닙니다. 만약 자신이 천지라면, 어떤 방법으로 이 문제를 해결할 수 있었을까요?

3. 만약 자신이 천지와 같은 반 친구였다면, 천지를 어떻게 도와줄 수 있었을까요?