イライラする気持ちをどこで共有する？

Aさんとケンカをしたあなたは、Aさんに対するイライラした気持ちをだれかに共有したいと思いました。
次のところでイライラした気持ちを書いたときのリスク（危険性）を考えてみましょう。

1. 家族とのチャットに書いた
2. 親友とのチャットに書いた
3. 仲の良い友達とのグループチャットに書いた
4. クラスの人が見るSNSに書いた
   ただし24時間で自動的にメッセージが消える

リスク小	リスク中	リスク大
問題はほとんどない	いやな気持ちになる人がいるかも	多くの人がいやな気持ちになる

解説へ

1 家族とのチャットに書いた

2 親友とのチャット

3 ーのット

4 クラスの人が見るSNSに書いた
ただし24時間で自動的にメッセージが消える

友だちと比べてみよう

スキルのポイント

ケンカをしてイライラした気持ちになることはだれでもありますが、その気持ちをSNSで共有するときには、注意が必要です。

SNSは、多くの人が見ることができますし、かんたんに内容を転送されることもあります。こうしたリスクを想像しながら、上手に気持ちを共有する方法を考えてみましょう。