

先生!! 教えてください 悩み、ストレス解消方法

かえ下支援学校 高等部の先生にアンケートをとりました。

アンケート配布36名 回収 名

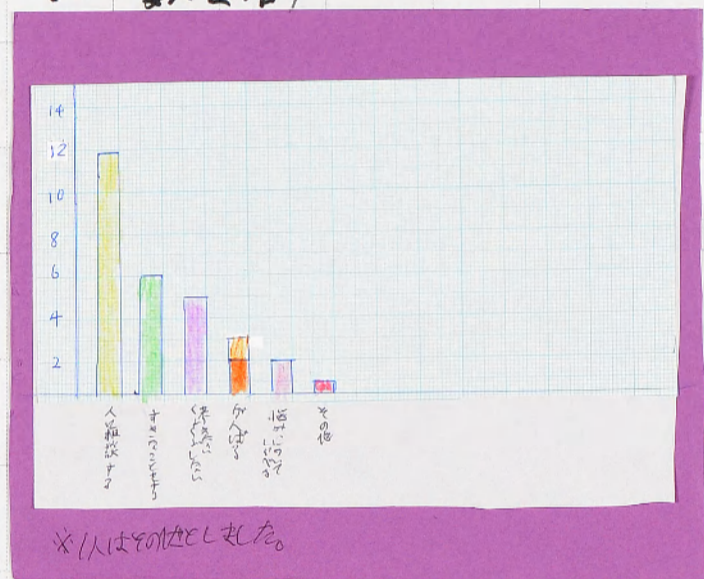
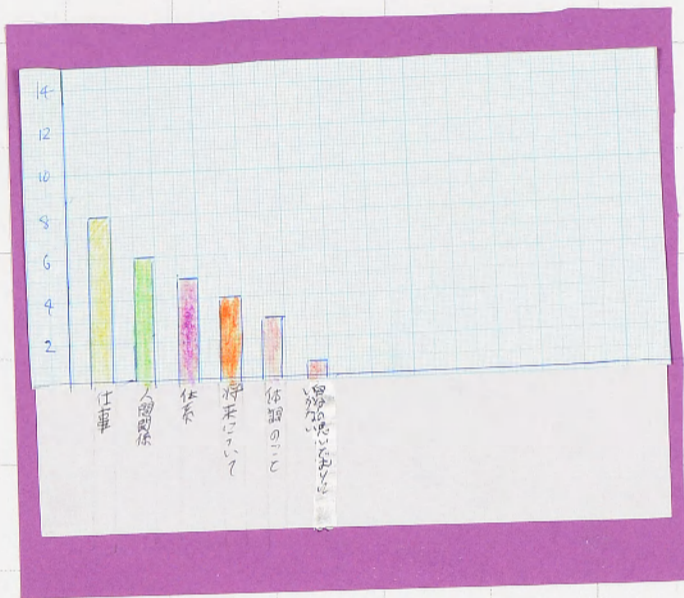
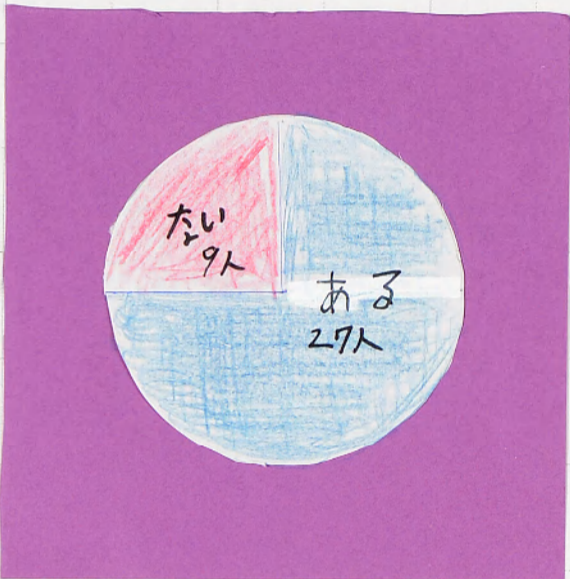
アンケート配布日平成27年 月 日 アンケート回収日平成27年8月10日 統計時点平成27年8月10日

悩みはありますか?

悩みはなんですか?

悩みの解消法はなんですか?

(ふく数回答)



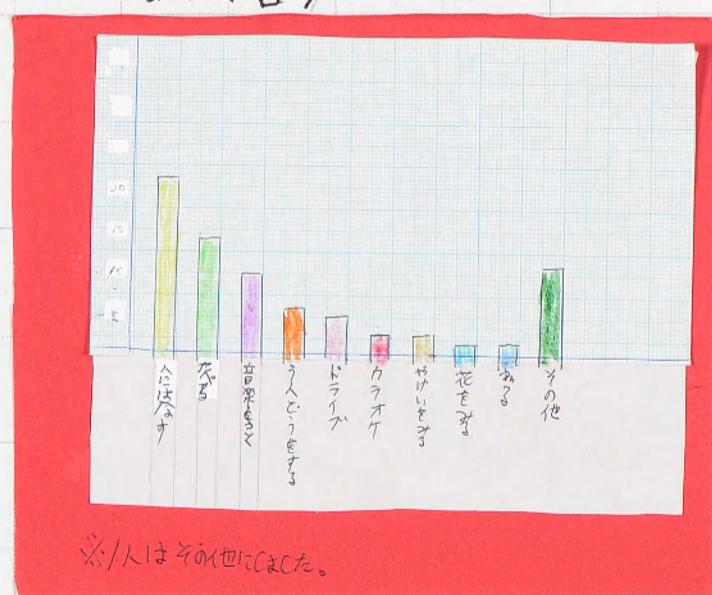
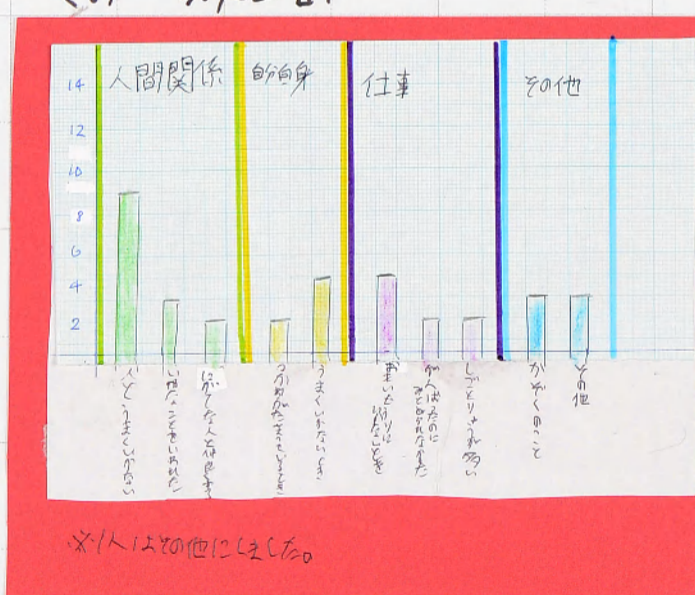
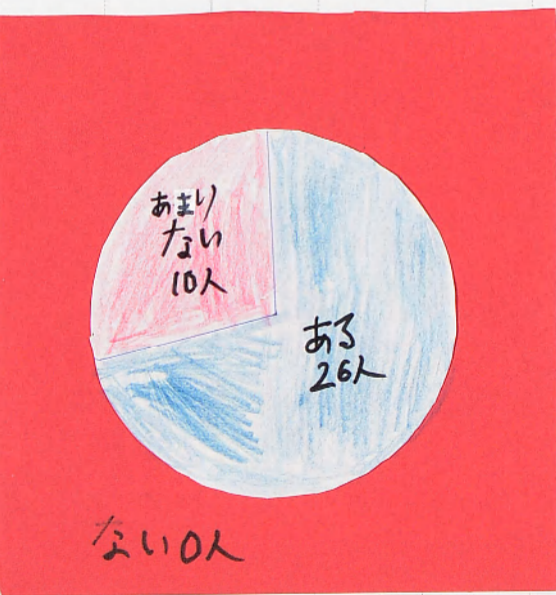
ストレスはありますか?

ストレスはなんですか?

ストレスの解消法はなんですか?

(ふく数回答)

(ふく数回答)



ぼくは、色々とストレスを感じ、イライラしてしまうことがあり、悩んでいました。

そこで、先生にアンケートをとることにしました。ぼくがおどろいたのはストレスがない人が0名だったことです。ストレス、悩みで仕事や人間関係が原因であることに共感しました。

解消方法では人には話すことが多かったですが、ぼくにはむずかしいと思いました。夜景をみることはしてみたいと思います。社会人において参考にしたいです。