

児童生徒の健康増進のためのライフスキル

① 意思決定 (Decision making)
② 問題解決 (Problem solving)
③ 創造的思考 (Creative thinking)
④ 批判的思考 (Critical thinking)
⑤ 効果的コミュニケーション (Effective communication)
⑥ 対人関係スキル (Interpersonal relationship skills)
⑦ 自己認識 (Self-awareness)
⑧ 共感性 (Empathy)
⑨ 情動への対処 (Coping with emotions)
⑩ ストレスへの対処 (Coping with stress)

(World Health Organization ; Life Skills Education in Schools 1994 より引用)