「自分の考え方の特徴を知ろう」③

年　　　　組　　　　番

氏名

３　適切な捉え方に変えてみよう。

（１）決勝戦で負けて準優勝だった。「負けたのはあいつがミスしたせいだ。」

|  |
| --- |
| 適切な捉え方 |

（２）友達が朝から不機嫌だ。「私が何かしたに違いない。」

|  |
| --- |
| 適切な捉え方 |

（３）今週学校に２回も遅刻した。「ぼくは，なんてダメな人間なんだ。」

|  |
| --- |
| 適切な捉え方 |

●今日の学びを今後どのように活かしていきたいですか（今の気持ち）。

|  |
| --- |
|  |

今日の学習について，あてはまるところに〇をつけましょう

４：とてもそう思う　３：思う　２：あまり思わない　１：まったく思わない

・自分の捉え方のクセを知ることができましたか。　　［　４　　　３　　　２　　　１　］

・自分の捉え方を修正する方法が身につきましたか。　［　４　　　３　　　２　　　１　］

・今日の学びをこれから活かしていこうと思いますか。　［　４　　　３　　　２　　　１　］