

「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○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]