

**ネガティブな見方をポジティブに変えよう**

|  |  |
| --- | --- |
| 年　　　　　　組　　　　　　番 | 氏名 |

|  |  |
| --- | --- |
|  | **自分のだと思うところを書く**次の中から１つ選ぶか、他のものを自分で考えて、の中に書きましょう |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | あきっぽい　　あきらめが悪い　　あわてんぼう　　いいかげん　　意見が言えない　　りっぽいおしゃべり　　おせっかい　　おとなしい　　カッとしやすい　　変わっている　　がんこ　　気が弱い傷つきやすい　　がない　　口が悪い　　れない　　怖がり　　自己中心的　　自分勝手　　　　がない　　せっかち　　がいい　　　　単純　　調子にのりやすいきしない　　人づきあいが苦手　　人に流されやすい　　人見知り　　プライドが高いマイペース　　負けず嫌い　　　　目立たない　　くさがり　　　　ルーズ　　わがまま |  |

|  |
| --- |
| 私のだと思うところはです |

|  |  |
| --- | --- |
|  | **ポジティブな見方に変えよう**時計回りで、ワークシートをわたす３回 りす　　　　　　　　　↓受け取ったシートにポジティブな見方を１つ書く |

|  |
| --- |
| それは見方を変えるとということかもね |
| それは見方を変えるとということかもね |
| それは見方を変えるとということかもね |