

ワークシート 5

1

A (うまくいかない状況)

B (自分のせい、の考え)

C (結果)

B (だれかのせい、何かのせい、の考え)

C (結果)

2

A (うまくいかない状況)

B (自分のせい、の考え)

C (結果)

B (だれかのせい、何かのせい、の考え)

C (結果)

3

A (うまくいかない状況)

B (自分のせい、の考え)

C (結果)

B (だれかのせい、何かのせい、の考え)

C (結果)
