

状況：ジョーイは15歳。マギーという女の子に好意を寄せています。彼の友だちは「デートに誘えよ」と彼をそそのかします。彼は勇気をふりしぼってマギーをデートに誘いましたが、断られました。

起こりうる最悪の事態は何か？

・

その最悪の事態が起こらないようにするために、ジョーイにできることは？

・

起こりうる最善の事態は何か？

・

その最善のことが起こるようにするために、ジョーイにできることは？

・

起こる可能性がもっとも高い事態は何か？

・

もしその起こる可能性がもっとも高い事態が実際に起こったとき、対処するためにジョーイにできることは？

・

状況：ジャッキーの両親はよくけんかをします。夜、彼女が就寝すると、両親がののしりあう声が聞こえてきます。けんかは毎日どんどん激しくなっているようです。

起こりうる最悪の事態は何か？

・

その最悪の事態が起こらないようにするために、ジャッキーにできることは？

・

起こりうる最善の事態は何か？

・

その最善のことが起こるようにするために、ジャッキーにできることは？

・

起こる可能性がもっとも高い事態は何か？

・

もしその起こる可能性がもっとも高い事態が実際に起こったとき、対処するためにジャッキーにできることは？

・

ワークシート 9

状況：サンドラの母親はサンドラに、「私が仕事から帰るまでに、お風呂場の掃除をしておいてね」といって出かけました。母親が帰宅してみると、風呂場は散らかったままで、サンドラは外で遊んでいます。

起こりうる最悪の事態は何か？

・

その最悪の事態が起こらないようにするために、サンドラにできることは？

・

起こりうる最善の事態は何か？

・

その最善のことが起こるようにするために、サンドラにできることは？

・

起こる可能性がもっとも高い事態は何か？

・

もしその起こる可能性がもっとも高い事態が実際に起こったとき、対処するためにサンドラにできることは？

・