



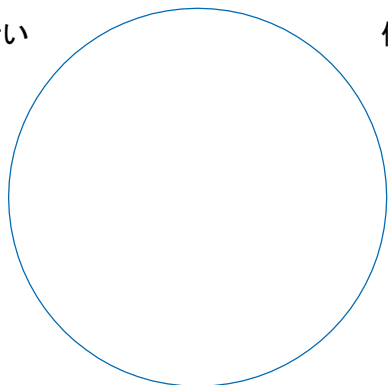
ユニット4：帰属スタイル

ワークシート 4.6 聞こえてくる声：状況、他の人、自分自身！

あなたには、他の人には聞こえない声が聞こえてきます。このことについて、可能な説明は何でしょう？3つの視点（状況や環境・他の人・自分自身）から、可能性がどれくらいあるか考えてみましょう。原因について、一つひとつ可能性を評価してみましょう。それぞれどれくらいになるかを、「パイを切り分ける」ように下の円を使って表してみましょう。

状況や偶然のせい

他の人のせい



自分自身のせい

可能性のある原因／説明を書き出してください：

自分自身のせい	
他の人のせい	
状況のせい	