



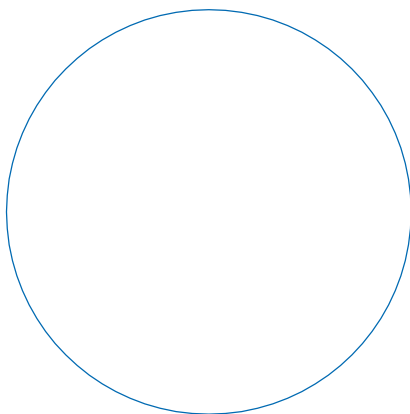
## ユニット 4: 帰属スタイル

### ワークシート 4.2 ティナの例:被害妄想?/変なにおい:

出来事が起こった原因について、3つの視点(状況や環境・他の人・ティナ自身)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



ティナ自身のせい

いくつかの原因を考えて、もっとバランスのとれた説明ができるでしょうか？

---

---

---

---