


“おもいこみ”でどんなこまったことがおきるの？




ともだちをきずつけてしまったり、じぶんの“かのうせい”をせばめてしまったりすることがあるのです。




「きみにはむいていない」と、ともだちの“ゆめ”をうばってしまう。

「ふつうはこう！」
「ぜったいちがう！」
と、ともだちをきずつけてしまう。


「じぶんにはできない」と、じぶんのかのうせいをうばってしまう。



「あのこはちがうから」と、ともだちになるチャンスをうしなってしまう。



“おもいこみ”をへらす3つのポイント



①

きめつけない

「ふつうはこう」
「～すべきだ」を
いいすぎないように
しましょう。

②


きいてみる

「なんでそう
おもったの？」
とあいてにたず
ねてみましょう。

③

かんがえてみる

「これっておも
いこみかも？」
とかんがえてみ
ましょう。



“おもいこみ”をてばなして、ひとりひとりのよさを見つけてみましょう！！

