

ココスマシート B 〈深め編〉

〈二人組になって、話し手と聞き手にわかれる。B - ①～⑤の答えはメモをとる。〉

A - ① 最近、思い通りにならなかった出来事は何ですか？

B - ① その時の心の状態を詳しく教えてもらえますか？（八つのほこりでいうと何ですか？）

A - ② あなたはその出来事がどんな結果になってほしかったですか？

B - ② その状態のどんなところが良いのですか？

A - ③ 教えに基づいて考えると何か気づくことはありますか？

B - ③ どうして、そう思ったのですか？

A - ④ 今後同じような状況になった時、あなたはまず何を変えてみますか？

B - ④ それを心掛けたら、どうなりそうですか？

A - ⑤ 今回の出来事から気付いたこと、学んだことは何ですか？

B - ⑤ ここまで言ってみてどうですか？

〈時間が余れば、気になったこと、もっと聞きたかったことを質問してあげてください。〉