

後向き前向きチェック

どちらかに○をつけましょう。

後向き	前向き
もう時間がない	まだ少し時間がある
私はダメな人間だ	私の成長はこれからだ
周りの人は意地悪だ	私がたくましくなるチャンスだ
知っている人が誰もいない	新しい自分を売り込める
せまい部屋だな	片付けをするよい機会だ
また同じ失敗をした	失敗しやすいところがわかった
お金がない	お金を使わず頭を使おう
疲れた	今日はよく仕事をしたな
周りは自分を評価してくれない	ちょっと進み過ぎているようだ
精一杯やったのに	努力の方向を変えてみよう
仕事が遅い	時間をかけてよくがんばった
せっかく準備したのに	次のチャンスを待とう
裏切られた	気が変わったのだな
もうどうにもならない	新しいことを考えよう

どちらが多かったですか。

後向きタイプ：悲観的に考える傾向があります。

前向きタイプ：楽観的に考える傾向があります。

たまには別のタイプも試してみましょう。