



行動実験ワークシート

①試してみたい考えは？ その確信度は何%？

・ [] ... %

②どんな方法で実験を進める？

いつ？

どこで？

だれと？

③予測 (②をするとどんなことが起こると思う？)

④実験中に考えられるトラブル

⑤トラブルへの対処法

⑥実験結果のまとめ

・ 実験をしてみて、どんなことが起こりましたか？

・ 実験したあとの気分はどうでしたか？

・ 実験したあとの体の感じはどうでしたか？

・ 相手はどのような反応でしたか？(発言や態度はどうでしたか？)

⑦実験を通してわかったこと

・ ①の試してみたい考えの確信度はどの程度ですか？

%