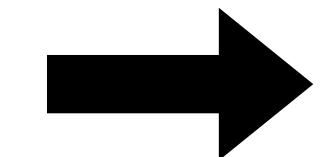


『正面自我對話』情境卡

運用「換句話說」，寫下兩句 **正面自我對話**。

1. 我做不來這條數學題，
我對數學一竅不通，
還是放棄吧。



1.

2.



『正面自我對話』情境卡

運用「換句話說」，寫下兩句 **正面自我對話**。

2. 我記憶力很差，參加
朗誦比賽一定會忘記
台詞，肯定失敗收場。

1.

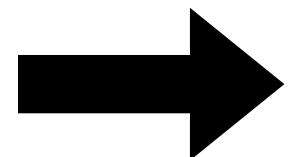
2.



『正面自我對話』情境卡

運用「換句話說」，寫下兩句 **正面自我對話**。

3. 我總是跌倒，平衡感太差了，我永遠都學不會騎單車的了。



1.

2.

