

現在にとどまる用紙

日付	何に気づきましたか？ 	身体感覚／気持ち 思考 行動	現在にとどまることが どの程度うまく 出来ましたか 0 ~ 10 (まったく) (とても)
		身体感覚／気持ち 思考 行動	
		身体感覚／気持ち 思考 行動	
		身体感覚／気持ち 思考 行動	

		<p>身体感覚／気持ち</p> <p>思考</p> <p>行動</p>	
		<p>身体感覚／気持ち</p> <p>思考</p> <p>行動</p>	
		<p>身体感覚／気持ち</p> <p>思考</p> <p>行動</p>	
		<p>身体感覚／気持ち</p> <p>思考</p> <p>行動</p>	