

## 自分史を綴るシート

これまでの自分を振り返ったり、未来の自分をイメージすることで、自分を客観的に見つめてみよう。

年齢	私の歴史	印象に残った出来事など
幼少期	<ul style="list-style-type: none"> <li>• どんなことに興味を持っていた？</li> </ul>	
小学校 1～3 年	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 小学校の時得意だった教科、苦手だった教科は？</li> <li>• 運動会や文化祭の思い出は？</li> <li>• 自分の性格は？</li> <li>• どんなことに熱中していた？</li> </ul>	
小学校 4～6 年	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 何か賞はとったことがある？</li> <li>• クラブ活動など、勉強以外で特に頑張ったことは？</li> <li>• 将来は何になりたいと思っていた？</li> </ul>	
中学校 1年	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 中学校に入って一番頑張ろうと思ったことは？</li> <li>• 小学校の時と比べて性格的に変わったと思うところは？</li> <li>• 部活動は何をしていた？どんな力が身についた？</li> </ul>	
中学校 2年	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 中学校で得意だった教科、苦手だった教科は？</li> <li>• 高校卒業後の進路についてどう考えていた？</li> <li>• 文化祭ではどんな企画をして、どんな役割を果たした？</li> </ul>	
中学校 3年	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 一番興味があったのはどんなこと？</li> <li>• 高校進学にあたって重視したことは何？</li> </ul>	

ここからは、未来の自分を想像してみよう	
	10年後のあなたは何をしていますか？ <input type="checkbox"/> 職業人 <input type="checkbox"/> 学生 <input type="checkbox"/> その他（                      ）
仕事について	・ 仕事は何をしている？  ・ いつも仕事をしているのはどんな場所？  ・ 仕事の内容を具体的に書いてみよう。
プライベートについて	・ どのような人柄になっていますか？  ・ 休日にはどんなことをしていますか？  ・ 仕事以外で熱中していることや、努力していることは何？
抱負	・ 10年後、なりたい自分になるために、今頑張っておくことはどんなことですか？