

ジブンを知る 3 stage



stage 1 家族と家庭環境 p.22~26

| | 仕事・性格・生き立ちなど | 思い出・掛けられた言葉 | 私が感じていたこと |
|------|--------------|-------------|-----------|
| 父親 | | | |
| 母親 | | | |
| 祖父 | | | |
| | | | |
| 祖母 | | | |
| | | | |
| 兄弟姉妹 | | | |
| 親戚 | | | |

ジブンを知る 3 stage



stage 2 学生時代 p.26~31

| | 小学生まで | 中学生 | 高校生 | 大学生など |
|----------------------|-------|-----|-----|-------|
| ① 将来の夢 憧れの職業 | | | | |
| ② 憧れの人 影響を受けた人 | | | | |
| ③ 得意な科目 取得資格 | | | | |
| ④ 課外活動 習い事 | | | | |
| ⑤ 学校外活動 アルバイト | | | | |
| ⑥ 好きなこと 楽しいこと | | | | |
| ⑦ やりたかった事 やれなかった事 | | | | |
| ⑧ 影響を受けた 言葉・考え方 | | | | |
| ⑨ 性格や役割 | | | | |
| ⑩ 感じたこと | | | | |

ジブンを知る 3 stage



stage 3 社会人時代 p.31～36

※ライフステージは、年代別または働き方や家族の変化など、ご自身の区切りで分割してください。

| ライフステージ | |
|----------------------|--|
| ① ライフイベント | |
| ② 職業・役割 地域活動等 | |
| ③ 人との出会い 影響を受けた人 | |
| ④ 達成したこと 得意なこと | |
| ⑤ 反省したこと 不満なこと | |
| ⑥ 学んだこと 取得した資格 | |
| ⑦ やりたかった事 やれなかった事 | |
| ⑧ 趣味・娯楽 | |
| ⑨ 悩みや不安 | |
| ⑩ 影響を受けた 考え方など | |