

私らしさ振り返りシート1

氏名 _____

- 1 今までのご自分を振り返ってみましょう。
心に強く残っている、楽しかった事・頑張った事を書いてみてください。

子ども時代

10代～20代

30代～50代

60代～現在

- 2 自分らしさを言葉にして、下の図の○の中に書いてみましょう。

私

私らしさ振り返りシート2

氏名 _____

- 1 今までのご自分を振り返ってみましょう。
心に強く残っている、楽しかった事・頑張った事を書いてみてください。

3か月前

2か月前

1か月前

今日

- 2 自分らしさを言葉にして、下の図の○の中に書いてみましょう。

私