

※このワークシートは、6月21日の『ちょっと立ち止まって将来をデザインするガイダンス』の中で行うグループワーク(グループ共有)で使用するものです。

作成年月日： 年 月 日

※できるだけゆったりとした気持ちのときに、自分に関するこれまでのことや現在のことを振り返りながら、コトバにしてください。

氏名()

◆0-1. 高校時代と大学生活を比較してみよう！

高校時代(入学前)と大学時代(現在)を比べてみると、実に多くの違いがあるはずです。以下に示したいいくつかの観点から考えてみて、

「現在の自分」に最も大きなインパクトを与えている「違い(変化)」を具体的なコトバにしてみましょう(該当する「比較した観点」に○をつけてください)。

比較した観点(○を)	「今の自分」に最も大きなインパクトを与えている「違い(変化)」
学校生活	
授業での学び方	
人間関係	
日常生活	
その他	

◆0-2. 大学内の「My Power Spot」をあげてみよう(探してみよう)！

- 入学して2ヵ月ちょっとの時間がすぎましたが(2年生は1年ちょっとですね)、この広いキャンパスの探検を終えましたか？ここでは、皆さんがこのキャンパス内で、「自分自身のパワー・スポット」だと思っているものを1つ紹介してください。
- 「パワー・スポット」というのは、通常は、「そこにいると元気や癒しがもらえる場所、冷静になれる場所、とっておきの場所」という説明がなされますが、ここでは場所そのものに限定しなくてOKです。学内にいる人(教職員、先輩、友だち、後輩)でもよいし、これまでに受けた授業や読んだ本でもよいし、所属しているサークルや部でもよいことにします。
- 右にキャンパスマップを示しましたので、「それ」がある場所に大きく「☆」をつけて(キャンパス外にある場合はマップの端に☆をつけてください)、下の欄でできるだけ具体的に説明してください。

My Power Spot (お気に入りの場所・人・モノ・コト)	「それ」が「自分」に及ぼしてくれる影響

