

自分らしさ発見シート

	いちばん記憶に残る経験 (具体的にどんな行動をした? 苦労したことや楽しめたことは?)	ポジティブな自己評価 どんな「自分らしさ」が見られた? (発揮した能力や強みなど)	2番目に記憶に残る経験 (具体的にどんな行動をした? 苦労したことや楽しめたことは?)	ポジティブな自己評価 どんな「自分らしさ」が見られた? (発揮した能力や強みなど)
学業				
課外活動 (部活・ サークル等)				
アルバイト・ ボランティア				
趣味の活動				
留学・自己研鑽・ 資格等				
その他 (上記に含まれ ない活動)				

ワークシートを通して感じたことをまとめておきましょう