

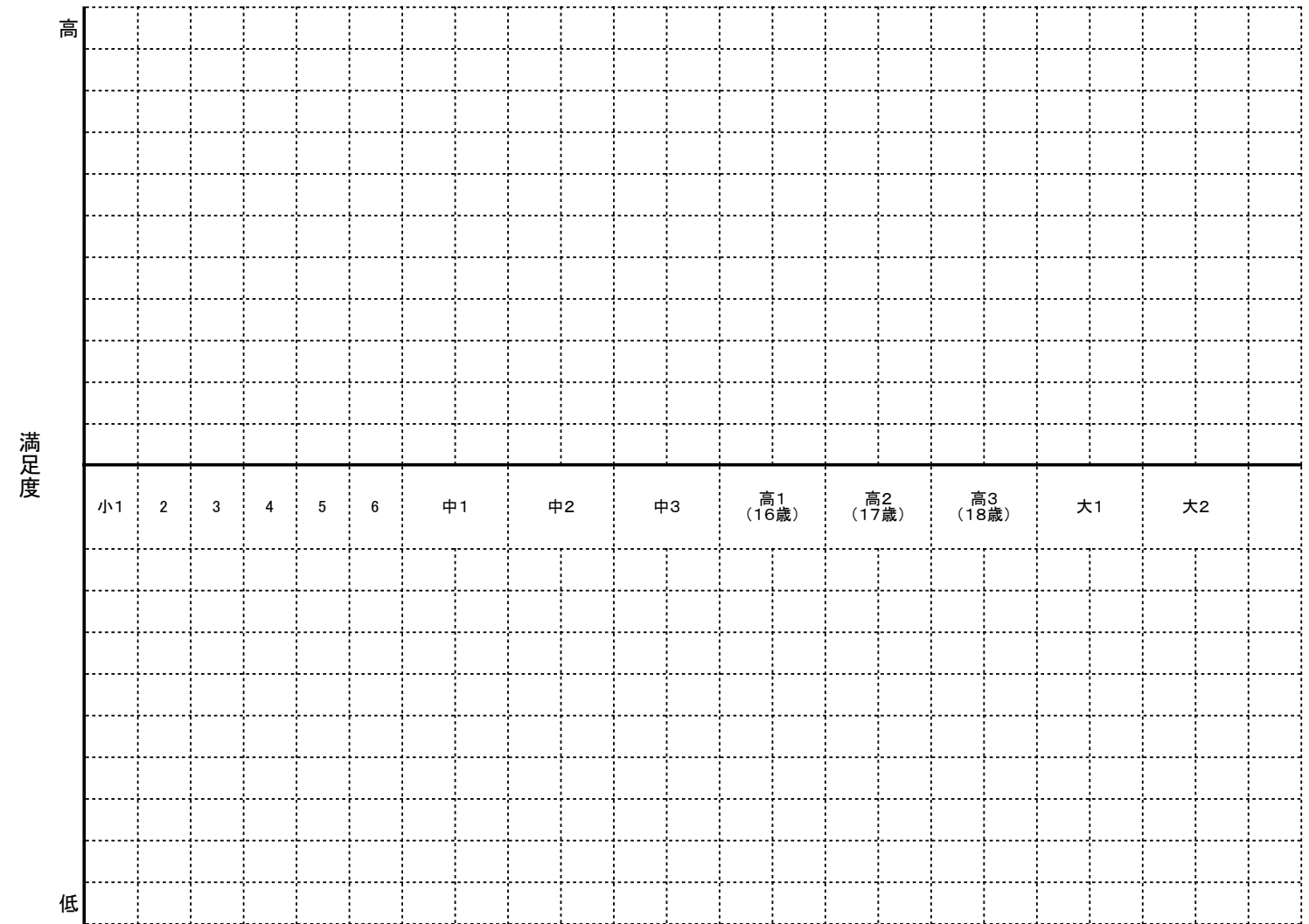
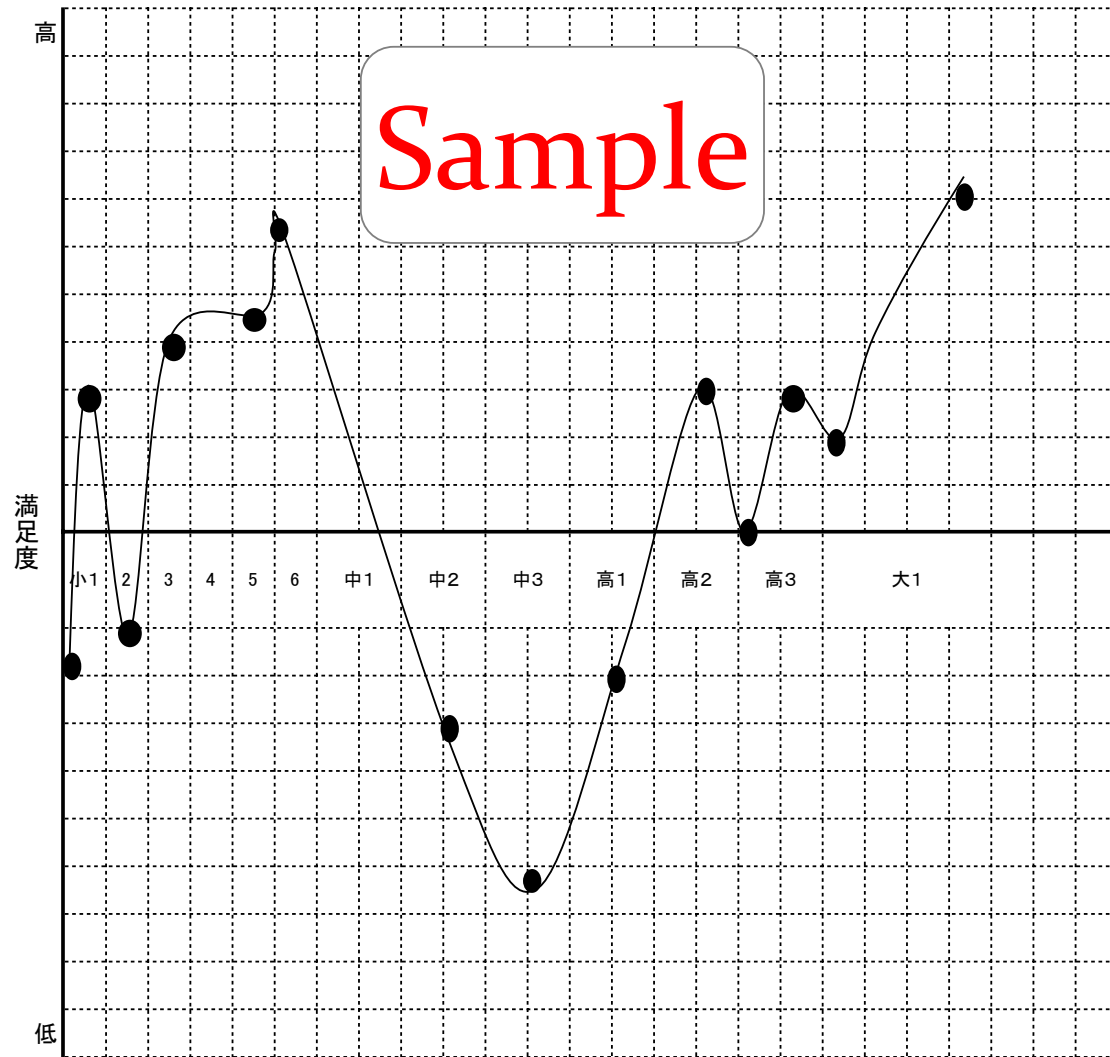
ライフラインシート ～これまでの生活を振り返ってみよう～

小学校1年生から現在までの間、自分が体験したことを「満足度」を基準に振り返ってみよう。
 下記、「記入例」を参考に、満足度曲線の記入とともに、どのような体験であったかを簡潔に記入してみよう。

学籍番号：

氏名：

【記入例】 ライフラインシートを記入してください



■ 満足度が高かった出来事

- ・小学1年生・・・運動会の徒競走で1位になった！
- ・小学校6年生・・・少年野球の県大会に出場！
- ・高校2年生・・・彼女ができて毎日が楽しかった。
- ・高校3年生・・・徐々に成績がアップ！勉強が楽しい。
- ・大学入学前・・・第1志望の大学に入学！結果は満足だが、1人暮らしは少し不安。
- ・大学1年生・・・軽音楽サークルに入る。ウキウキする大学生活がスタート！

■ 満足度が高かった出来事

■ 満足度が低かった出来事

- ・小学校入学前・・・幼稚園の友達と離ればなれになるのが寂しかった。
- ・小学2年生・・・転校。期待もあるが、やっぱり不安。
- ・中学1年生・・・陸上部入部。顧問とそりが合わない。
- ・中学2～3年生・・・勉強と部活の両立に失敗し、退部。おまけに高校受験もNG。
- ・高校1年生・・・第2志望校での高校生活スタート。なんとなくやる気が出ない。ギターを始める。
- ・高校2年生(秋)・・・大学受験のため、バンド活動を休止。高校受験のリベンジを誓う。

■ 満足度が低かった出来事