

ワークシート

ワークシート１



**うそを見破れ自己紹介**

＊4つの文うち、1つだけ「うそ」を書きましょう

|  |
| --- |
| ①　私は、　　　　　　　　　　です。 |
| ②　私は、　　　　　　　　　　です。 |
| ③　私は、　　　　　　　　　　です。 |
| ④　私は、　　　　　　　　　　です。 |

ワークシート２



**どっちを選ぶでショー**

＊好きな方を選んで○を付け、理由を考えましょう

|  |
| --- |
| ①　好きな季節は？　　　A　夏　　　　　B　冬 |
| ②　朝は？　　　　　　　A　ごはん派　　B　パン派 |
| ③　旅行に行くなら？　　A　飛行機　　　B　船 |
| ④　朝の占いは？　　　　A　信じる　　　B　信じない |
| ⑤　友達は？　　　　　　A　広く浅く　　B　深く狭く |

ワークシート３



**私を肯定的に見ると**

＊自分の欠点だと思うことやマイナスイメージで捉えていることを「否定的な私」に書いたあと、肯定的な言い方（プラスイメージ）に換えて「肯定的な私」の欄に書き直してみましょう。

|  |  |
| --- | --- |
| 否定的な私 | 肯定的な私 |
| （例）  私は、　　けち　　　です。 | （例）  私は、　　倹約家　　です。 |
| 私は、　　　　　　　です。 | 私は、　　　　　　　です。 |
| 私は、　　　　　　　です。 | 私は、　　　　　　　です。 |

ワークシート４



**ナインドット**

＊４本の直線（一筆書き）で９つすべての点を通る線を描き入れましょう。

ワークシート５



**自己紹介ビンゴ**

＊ビンゴのマスの好きなところに、次の８つの質問に対する答えを入れましょう。

【質問】

１　今日どこから来ましたか？

２　今の気持ちを色で例えると何色ですか？

３　好きな食べ物は何ですか？

４　おいしいものが食べられるおすすめのお店はどこですか？

５　学生時代に好きだった給食のメニューは何ですか？

６　休みの日には何をしていますか？

７　宝くじで100万円当たったら何をしますか？

８　タイムマシーンに乗れたらいつの時代に行きたいですか？

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |