

【ワークシート1-1】

①過去に迷った時に「やってよかったと思うこと」と「やめてよかったと思うこと」をあげてみてください。どのような特徴がありますか？

- ・
- ・
- ・
- ・

②過去に周りから反対や批判されて諦めたことはありますか？
また今振り返ってみてその出来事をどう捉えていますか？

- ・
- ・
- ・
- ・

③過去に行動せずに後悔したことはありますか？
なぜあなたは後悔したのですか？

- ・
- ・
- ・
- ・

【ワークシート1-2】

<①先延ばし症候群>

①あなたが先延ばしにするときはどのようなときですか？

- ・
- ・
- ・

②先延ばしすることにより引き起こされる最悪の事態は何ですか？

- ・
- ・
- ・

<②決断ビビリ症候群>

①あなたが決断することが怖いときはどのようなときですか？

- ・
- ・
- ・

②決断できないことは自分にとって何を意味しますか？

- ・
- ・
- ・

<③80%症候群>

①あなたが80%の力で就職活動をしていたらどのような結果になりますか？

- ・
- ・
- ・

②就職活動という人生を左右するイベントに金銭的価値をつけるといくらですか？

- ・

<④一人でできます症候群>

①あなたが自分一人で考え行動し失敗した経験はありますか？
またその理由は何ですか？

- ・
- ・
- ・

②なぜあなたは人に頼ることをしないのですか？

- ・
- ・
- ・

<⑤セミナー貧乏症候群>

①あなたが過去セミナーに参加しよかった時とそうでない時の違いは何ですか？

- ・
- ・
- ・

②今日から明確な目的もなくセミナーに行くのを続けたらどうなりますか？

- ・
- ・
- ・

<⑥話すネタがない症候群>

①あなたが就職活動で話せる「ネタ」は何ですか？

- ・
- ・
- ・

②あなたが今日から新しい挑戦をすることができたらどんな未来が待っていますか？

- ・
- ・
- ・