

自分発見シート

年 組 番 名前

あなたが思っている自分の姿、友人が思っているあなたの姿、「わくわく」の結果を比較しよう。

作業

1. あなたが思う自分の姿を記入しよう *赤の筆記用具を使ってください。

①「興味プロフィール」に、あなたが自分で思う興味の程度を、1（低い）から5（高い）までの5段階でチェックし、実線（——）で結んで、折れ線グラフを作りましょう。

②「性格プロフィール」に、あなたが自分で思う性格の程度を、1（低い）から5（高い）までの5段階でチェックし、実線（——）で結んで、折れ線グラフを作りましょう。

③「総合適性」に、職業分野の14の職種のうち適性があると思われるものを3つ選んで記入しましょう。

2. 友人のあなたから見た姿を記入しよう *黒の筆記用具を使ってください。

1と同様にして、記入しましょう。ただし、グラフは黒の実線（——）で結んでください。

3. 「わくわく」の結果を記入しよう *黒の筆記用具を使ってください。

1と同様にして、記入しましょう。ただし、グラフは黒の点線（……）で結んでください。また、「総合適性」で、同じ段階のものがあつた場合は、好きなものを選んでください。

興味プロフィール

低い ← 1 2 3 4 5 → 高い

ファッションセンスを活かす
創造的なデザインへの関心

● ● ● ● ●

ことばを使って表現する
文学など、ことばの表現への関心

● ● ● ● ●

困っている人の世話をする
苦しんでいる人を助けることへの関心

● ● ● ● ●

いろいろな人とかかわる
上手に人とかかわる活動への関心

● ● ● ● ●

情報を上手にまとめる
合理的に仕事を進めることへの関心

● ● ● ● ●

生き物や自然を相手にする
自然のなかでの生き物などへの関心

● ● ● ● ●

機械の設計や整備をする
機械などの仕組みへの関心

● ● ● ● ●

自然の仕組みを研究する
自然現象の解明への関心

● ● ● ● ●

性格プロフィール

低い ← 1 2 3 4 5 → 高い

チャレンジ精神
目標に向かって努力する傾向

● ● ● ● ●

行動の慎重さ
注意深く行動する傾向

● ● ● ● ●

積極的な自己表現
自分の意見を主張する傾向

● ● ● ● ●

常識的な行動
みんなの認める行動をする傾向

● ● ● ● ●

人への優しさ
相手の立場に立って考える傾向

● ● ● ● ●

協力する気持ち
周りの人と仲良く行動する傾向

● ● ● ● ●

感情のコントロール
落ち着いて行動する傾向

● ● ● ● ●

ルールを守る気持ち
ルールを大切に行動する傾向

● ● ● ● ●

総合適性

職業分野	職業例
1 ものをつくる仕事	工場ですさまざまな製品を作る仕事（機械組立工、電気通信技術者、食品技術者など）、土木技術者、建築技術者、建築士、大工
2 コンピュータの仕事	システムエンジニア、プログラマー、ゲームクリエイター、ウェブデザイナー
3 オフィスの事務の仕事	総務・経理などの会社員、事務員、営業事務員、秘書、学校事務員、医療事務員、郵便局員
4 法律・経済の専門的な仕事	弁護士、銀行員、公認会計士、税理士、裁判官、検察官、行政書士、司法書士、弁理士、トレーダー
5 ものを売る仕事	営業職、販売職、セールスマン、ショップ店員、バイヤー、書店店員
6 人にサービスをする仕事	フライトアテンダント、グランドスタッフ、ツアーコンダクター、車掌、バスガイド、ホテルスタッフ
7 技術でサービスをする仕事	翻訳者、通訳、速記者、気象予報士、調理師（コック）、パティシエ、ソムリエ、理・美容師、エステティシャン、ネイルアーティスト、トリマー
8 医療・福祉の仕事	医師、歯科医師、看護師、保健師、薬剤師、臨床検査技師、診療放射線技師、歯科衛生士、理学療法士、作業療法士、言語聴覚士、栄養士、社会福祉士、介護福祉士、ケースワーカー、ケアマネージャー、救急救命士、児童福祉司、心理カウンセラー
9 教育の仕事	幼稚園・小学校・中学校・高校教員、養護教員、特別支援学校教員、保育士、図書館司書、学芸員、日本語教員
10 公共の仕事	国家・地方公務員、外交官、警察官、消防士、自衛官、入国警備官、海上保安官
11 機械の運転や操作の仕事	パイロット、航空管制官、航空整備士、電車・バス・タクシー運転手、自動車整備士、航海士、機関士
12 マスコミの仕事	新聞・雑誌・放送記者、アナウンサー、ディレクター、シナリオライター、編集者、コピーライター
13 芸術関係の仕事	小説家、作曲家、映画監督、カメラマン、マンガ家、イラストレーター、グラフィックデザイナー、ファッションデザイナー、インテリアデザイナー、インテリアコーディネーター、俳優、タレント、声優、ミュージシャン、スタイリスト、メイクアップアーティスト
14 戸外・自然の中で働く仕事	スポーツ選手、スポーツインストラクター、スポーツトレーナー、獣医師、動物飼育係、調教師、犬訓練士、農（畜産）・林・水産業従事者、造園師

本人用記入欄

友人用記入欄

「わくわく」の結果記入欄
