

わたし

私のリソース

あなたを元気にしてくれる人は？ 物は？ 場所は？

《ワークの目標》 1. 自分で思い出して書いて、見せながら伝えよう。

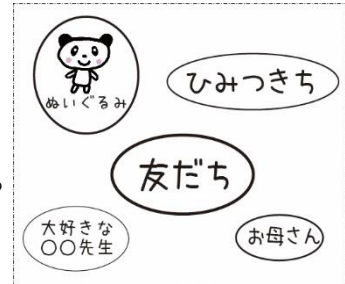
2. 友だちのリソースは何か？ よく聞いてみよう。

《進め方》

① 右の絵のように、あなたを元気にしてくれる人や物や場所（リソース）を書きましょう。大きさや線の太さを工夫して大切さをあらわしましょう。

② ワークシートを見せながら、グループの人たちに説明しましょう。
聞く人はだまって聞きましょう。終わったら、拍手をして、お礼の気持ちを伝えましょう。

③ 書いていて感じたこと、友だちの話を聞いて感じたことを書きましょう。



● このワークで感じたことを書きましょう。

ばんごう・なまえ