



## 「My ポリシーを作ろう！」

～自分が大切にしていること(価値観)を見つけて、自己肯定感をアップ!～

道徳 キャリア コミュニケーション 国語 表現

- (1) ねらい
- ① 「価値観を明確にすること」で、変化に対応できる力等(レジリエンス)を高める。
  - ② 「自分が大切にしたいMYルールを形にすること」で、判断基準を見つける。
  - ③ 「自分の成長を想像すること」で、自分の可能性を信じ、自己肯定感を高める。

(2) 対象 小学4年生～中学3年生、保護者

(3) 講師 株式会社プロセミ  
予祝プロジェクト認定 予祝講師

(4) 形式 所要時間 1 単位時間  
(土曜授業可)

- ※ 原則クラス単位で教室等で行います
- ※ 複数クラスで同時開催も可能です



(5) 内容 【大切にしていること(価値観)をMYポリシーにする】

① 「大切にしていること発見インタビュー」

用意された質問に答えることで、自分が大切にしていることを明確にし、気持ちを高め、元気になる人生のキーワードを見つけます。



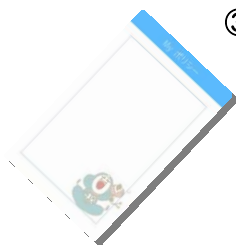
② 「My ポリシーを作る」

「大切にしていること発見インタビュー」で見つかった人生のキーワードを、短い文章にして自分だけのポリシー(行動規範・Myルール)を作ります。

③ 「成長した姿をイメージする」

My ポリシーを大切にこれからの生活を過ごしていったら、どんな成長がありそうかを想像して書きます。

…今の自分がどう変化するかを想像することで、自分の可能性を信じられるようになり、自己肯定感が高まります。あわせて、未来へのモチベーションが増し、夢や目標に向かって頑張ろうという意欲が高まります。



(6) 費用 「交通費実費」

事前に、プリントのコピーを必要部数お願いします。

事業後、児童・生徒から感想文を送っていただきますようお願いいたします。

(7) 申込み 実施日2ヶ月位前まで ⇒ホームページトップページ「申し込みフォーム」から

株式会社プロセミ 予祝プロジェクト認定予祝講師の方には、当本部から連絡を取らせていただきます。詳細の打ち合わせは、学校の担当者で行ってください。