

いま私に必要な行動って？動き出す原動力を探してみよう

できる・できないは、いったん置いておいて…と考えるもらったけれど現実的には「できる」ことじゃないと行動に移せないですね。ただ、「できない」と思っていることでも、視点を変えてみたら「できる」ことになるかも…！少し、視点を変えて考えてみましょう。

1 力になってくれたり、経験談が参考になりそうな人は誰がいる？





2 これがあれば行動に移せそう…と思うものは何がある？





3 友だちが同じことで悩んでる。相談されたら何てアドバイスする？





4 あなたが過去に悩み、状況を打開したときどのようなことをしましたか？




