

## 「あなたへの質問」

「あなたへの質問」には3種類あります。各々の質問に最低3つ以上は、その状況を書き出します。そこからあなたの思う事や感じる事を書き、キーワードを探していきます。

1. 自分の過去への質問・・・自分は、どのような時に嬉しかったのか？  
自分は、どのような時にやる気になったのか？  
自分は、どのような時に感動したのか？

あなたの過去の体験を、書き出す事によって、あなたの「モチベーションの源泉」を発見するのです。

2. 自分の未来への質問・・・自分は、どのような毎日を実現したいのか？  
自分は、どのような人間になりたいのか？  
自分は、どのようなものを手に入れたいのか？

あなたの未来を書き出す事によって、あなたの「思い」を発見するのです。

3. 自分の現在への質問・・・自分が、精神面で大事にしたい事とは？  
自分が、健康と趣味で大事にしたい事とは？  
自分が、家庭生活面で大事にしたい事とは？  
自分が、人間関係で大事にしたい事とは？  
自分が、仕事で大事にしたい事とは？  
自分が、お金について大事にしたい事とは？

あなたの大事にしたい事を書き出す事によって、「あなたの価値観」を発見するのです。

◆過去への質問 . . . 各設問3つ以上お答え下さい。

・自分は、どのような時に嬉しかったのか？

---

---

---

---

---

・自分は、どのような時にやる気になったのか？

---

---

---

---

---

・自分は、どのような時に感動したのか？

---

---

---

---

---

・上記3つから感じる事、思う事、こころに響くことば、共通キーワードは？

---

---

---

◆未来への質問 . . . 各設問3つ以上お答え下さい。

・自分は、どのような毎日を実現したいのか？

---

---

---

---

---

・自分は、どのような人間になりたいのか？

---

---

---

---

---

・自分は、どのようなものを手に入れたいのか？

---

---

---

---

---

・上記3つから感じる事、思う事、こころに響くことば、共通キーワードは？

---

---

---

◆現在への質問 . . . 各設問3つ以上お答え下さい。

・自分が、精神面で大事にしたいことは？

---

---

---

---

---

・自分が、健康面と趣味で大事にしたいことは？

---

---

---

---

---

・自分が、家庭生活面で大事にしたいことは？

---

---

---

---

---

・自分が、人間関係で大事にしたいことは？

---

---

---

---

---

・自分が、仕事で大事にしたいことは？

---

---

---

---

---

---

・自分が、お金について大事にしたいことは？

---

---

---

---

・上記6つから感じる事、思う事、こころに響くことば、共通キーワードは？

---

---

---

◆上記、過去・未来・現在の質問を通して見えてくる、あなたにとっての価値ある生き方、価値ある役立ち方はなんですか？

・自分にとって価値ある生き方

---

---

---

・自分にとって価値ある役立ち方

---

---

---