

"好き"を見つける大前提
「価値観」発掘シート

あなたの価値観をチェックしてみよう

あなたの「本当の願い」を導き出す「あなたが幸せを感じる状況」を
見つけていきましょう。

私たちは誰もが「自分の価値観」をベースに生きています。
そして、「幸せ」と感じる環境や状況は人それぞれ違います。

あなたが幸せを感じる「種」がどこにあるのか、それを把握できて
いれば、自分が何が好きで何が嫌なのかを感じることができ、何
かが起こった時や迷った時、自分に自信を持って選択することができます。

逆に価値観が把握できていないと、人の意見に流されやすくな
り、いつも「迷い」が出てしまいます。

あなたの価値観をチェックしてみよう

では、あなたの幸せを感じる「価値観」はどんなものなのでしょう
か？

やり方は簡単です。

1. 次の言葉の中から、気になる単語を全て選び出します。
2. その次に、選んだ単語の中から気になるものを10個選びます。
3. さらにその単語の中から気になるのを5個選びます。

その5個があなたが譲れない「価値観」なのです。

では早速スタートです♪

あなたの価値観をチェックしてみよう

冒険する
知らない世界に出会う
刺激する
創造する
想像する
指導する
探求する
影響する
努力する
コントロールする
突き止める
デザインする
整理する
収集する
貢献する
与える
バランスを取る
安定している
世話する
観察する
組み立てる
オリジナリティ
書く
洞察する
予想する
描く
遊び心を加える
話をする

説得する
勇気づける
動機づける
教える
奉仕する
ひらめく
気づく
分析する
アイデアを出す
共感する
おしやれする
成長する
リスクを取る
行動する
変化する
支配する
自由でいる
運動する
達成する
目標を立てる
励ます
勇気づける
育成する
衝撃を与える
学ぶ
分解する

習得する
ふれる
神聖さを感じる
新しいものにふれる
思いつく
体系化する
知る
改善する
実験する
鍛える
自分を磨く
引き出す
成長を促進する
感じる
考える
組み立てる
卓越する
サポートする
熟練する
言語化する
聴く
区別する
開発する
決断する
話す
発明する

あなたの価値観をチェックしてみよう

問題を解決する
戦略を立てる
贅沢をする
静けさの中にいる
セルフマネジメント
自己対話
自然と一体になる
認められる
ほめられる
認知される
必要とされる
好かれる
愛される
癒される
守られている
尊敬される
尊重される
仲間とみなされる
感謝される
大切にされる
つながり
存在
情熱
一緒
ベスト
美
至福

可愛がられる
望まれている
理解される
注目される
分かち合う
聞いてもらえる
世話される
気かけられる
人を正す
感心される
感動される
成長させる
役に立っている
喜んでもらう
制限を受けない
隠し事がない
評価される
信用される
勝つ
手本とされる
自覚
気づく
保証
関連
快樂
統合

ふれ合う
特別扱いされる
共感される
憧れられる
称賛される
一番でいる
支配する
マネジメントする
教えてもらう
若く見られる
親切にされる
気前がいいと思われ
る、期待される
頼りにされる
喜ばれる
到達
獲得
熟達
熟練
エネルギー
変化
覚醒
集合
援助
魅力
増加
楽しさ

あなたの価値観をチェックしてみよう

専門
家族
賭け
華々しさ
上品
授与
偉大
神聖
真正
本物
名誉
影響
改善
改良
連絡
インパクト
創意
創造
指示
鼓舞
寄付
啓蒙
優秀
優越
高揚
冒険

発明
発見
学ぶ
配置
愛
聡明
壮麗
世話
世話
前進
観察
独創
打ち勝つ
認める
完璧
説得
計画
設計
ゲーム
喜び
優勢
区別
支配
教育
優美
奨励
努力

卓越
準備
普及
首位
最高
探求
輝き
洗練
統治
反応
規則
得点
感覚
感性
感情
官能
奉仕
基準
性
同情
献身
見極め
区別
支配
教育
優美

思索
精神
刺激
支援
合成
編集
味覚
未知
未来
スリル
想像
触れる
勝利
暴露
勝負
共鳴
共感
共築
原因
理解
危険
設計
探知
奨励
努力



まとめ

いかがでしたか？

例えば選んだ価値観が

変化する
分かち合う
前進
共感される
安定している

だとすると、あなたの「本当の願い」は、この5つの要素が入っているもの、ということになります。

あなたの「価値観」がわかったら、その価値観が実現するシーンを「最大の願い」に設定しましょう。

決して「ごまかし」たり、「諦め」たりしないように♪

その価値観があってこそ、「好きなこと」「才能」が活かされるのです。



Thanks!