

## <価値観を明確化するワーク①>

Q1. 自分で思う価値観の上位5つを挙げて下さい

・  
・  
・  
・  
・

Q2. その5つを大切なものから順位付けして下さい。

1. 2. 3. 4. 5.

Q3. あなたの【現在の生活】についてお聞きします。各問に対して、上位3つを記入して下さい。

1. 何について学んでいますか？『 』 『 』 『 』 『 』

2. 頭のなかでいつも何について考えていることが多いですか？

『 』 『 』 『 』 『 』

3. 自由になるお金の中で、何にお金を使うことが多いですか？

『 』 『 』 『 』 『 』

4. どんな物語に心を打たれますか？

『 』 『 』 『 』 『 』

5. 自分のエネルギーが高いタスクは何ですか？

『 』 『 』 『 』 『 』

6. 自由になる時間の中で、何に時間を使うことが多いですか？

『 』 『 』 『 』 『 』

7. 頭のなかで自分に対する質問で多い質問はどんな質問ですか？

『 』 『 』 『 』 『 』

Q4. 実際に大切にしている価値観の上位5つを挙げて下さい。

1. 2. 3. 4. 5.

Q5. このワークをやってみて気付いたこと発見したことは？

Q6. Q5 の気付きは、あなたの今後の人生に具体的にどう役立ちますか？