

STEP3-1

大事なこと（価値観）に気づく質問

目標回答数	10	残り	0
-------	----	----	---

▼回答済チェックボックス

※価値観キーワードは「」で囲んでください。

- Q 1. 幼い頃や思春期にあった、今の自分に一番大きな影響を与えていた出来事 or 経験は何かですか？それらが自分の価値観にどう影響を与えたか？

今の自分に大きな影響を与えた出来事・経験

①習い事6回目：高校受験用の塾に変更させらせる

中学3年生：全く勉強をしなかった事を父親が気にかけ、ゲームが好きだから、PCを買ってみたらどうだろうかと思い、PCを買ってくれる。たまたまソフトに入っていたホームページビルダーを使って、ホームページ制作を開始。

②当時好きだった、アーティストのサイトを作成して、最新情報をテレビやラジオ、ネットや口コミで収集して、その情報を自分のサイトに全て掲載した。ファンの人が集まり、掲示板やチャットを設置すると賑わっていた。田舎の宮崎に住んでいたが、東京や北海道の人と繋がる感覚も楽しかった。1つ何か自分の出来る事があるなあと思った。

ひょっとしたら、学校や自宅に居場所がなかったので、自分の居場所を自分で作ったのかも知れません。

どんなことを大事にするようになったか？

- ・目の前の事に夢中に慣れたから。自分なりのやり方で出来た事を証明できた。
- ・集中して出来たから結果が出た。
- ・

★企画・戦略を考えて、道筋を立てて、自分で工夫・改善して出来たから嬉しかった。誰からも教わっていないので、自分で本を読んだり書籍を読んで、独学で先生なしで自分一人で結果が出せた。

①以外に自分でもやってみたら出来る：戦略、発見、挑戦、好奇心、ワクワク、新しさ

②数値を見るのも楽しい：分析

③情報を調べる：調査

④自分一人で決められる：自由

- Q 2. どんなことで感動しますか？一番感動した出来事は何ですか？

※ 価値観が共鳴する出来事に、人は感動します。

一番感動した出来事

勉強は出来なかったが、Web制作に関する興味がある分野では多くの時間を費やして、うまくいくことが出来た。★作りたい物を発見して、自分のタイミングで試行錯誤している時が充実している。自分の範疇にて。

どんな価値観が共鳴していた？

★未来を想像して、戦略を立てて、自分なりのやり方で行い・発見、工夫をして実行した結果、うまく行った事。

以外にやってみたら出来た。価値観、自分で決める（人の意見は当てにならない）、挑戦、

独立3回目の挑戦だった（学生時代、留学時代、社会人時代）

経験則を活かす。8社だめだったからの経験がある。

①勉強は全くダメで自信喪失ではあったが、県立高校に無事に受かって嬉しい。

②クラスの友人関係は、うまくいかない。集団行動が苦手。不良が嫌い。

③ホームページ制作は趣味で没頭出来る事が出来た。

自分の世界観で、ホームページを作成する事が出来る。みんなで何かを作ったりは苦手で合ったが、一人の世界観で全て自分で作れて、オリジナリティがあって楽しい。学校から帰っても、休日もずっとホームページ作成をしたり、本屋に行って、HTMLやデザインの本を買って、勉強して、ホームページ作りに没頭。

④趣味が合う人達が集まり、チャットや掲示板で会話するのが楽しかった。やりたくない時はやらないでもいい。すぐ閉鎖してもいい。

Q 3. 幸福を強く感じるのはどんな時ですか？

幸福を感じるのは？

- ・Webサイトで制作をして、一人で作っている時（完成した時には悲しいか、も終わるので。）
- ・仕事では、他の人が考えない事を根拠があり考えられた時、見つけられた時
- ・自分で創作料理・食べこことない料理をして（土日は料理を作っている）、家族にあげるとき、
斬新と言われると嬉しいかも。食べたことない、レストランみたい。Youtubeで料理動画をよく見るが、次どんな新しい料理を作ろうかと多分研究したり、調査している。やってみたらレストランみたいな料理が出来た。満たされるので料理は出来るだけ避ける時期もある。満たさない。
- ・自分の自由時間で目的を決めずにフラフラうする事、新しいランチ場所や、行ったことのない道、場所に行く。

どんな価値観が満たされていた？

- ・戦略、試行錯誤、調査、発見、少しづつ成長、自己満足、学習、調べ事、分析、変化

★戦略とは何か？？？長期的な目標を達成するための大枠の方針や計画。弱者の戦略など好き。

→自由に戦略を立てられる事がいいのでは？？

- ・結果新聞に掲載されたりするとやっぱり嬉しい：評価
- ・発見、検証、新しい、創作、組み合わせ、斬新、喜ぶ、安心、余裕、調査、研究・検証、達成感、職人、記録
- ・オリジナル、革新、アイデア、世界に一つだけ、合理性（2ついいとこ取りしたい）、創作
- ・褒められる、



Q 4. これまでの人生での大きな決断と、そのとき大事にしてきた判断基準は何ですか？

※ 人間は大きな選択をする際に、自分の価値観を満たせる方を選ぶことが多いです。

大きな決断とその判断基準

①やらない後悔が嫌なので、やって後悔して、だめだったらまた新しい事をする。

②福岡の専門学校に一人暮らしする

③留学：田舎からイギリス・オーストラリアに留学する。お金もそこまでなく飛行機代を引くと、残金が30万円であった。

すぐに個人で案件を複数取ったりした、新しい出会いがあり、自分の中に刺激があった。みんな東京にいるから被らないようにイギリスを選んだ。（この選択が最短でデザイナーとして売れないかなと思った：戦略）

田舎とは違う新しい価値観で、もっと楽観的に生きていい。窮屈さで希望なのかも。

④上京：田舎から東京に上京。

⑤独立：以外に挑戦してみたら、出来た。過去8回の転職歴の経験則で転職は無理と思ったので、独立になった。デザイナーからディレクターへのジョブチェンジ。

⑥引っ越しをこれまでに東京で7回程度する。

そこからわかる自分の「価値観」は？

■ 1人でWeb制作を企画から戦略から構築までする所。期限も決まっていなく、場所や時間も関係なく、強制感もない。自分勝手にしても文句を言われない。途中で変化も自分のタイミングでかけられる。

ありのまま、自分勝手に、わがままに、縛られない、

やりたくない時はやらない。飽きたらやらない。

変化

結果的に成長する

発見

未来

自分が、発見した事をレポートする

分析する、戦略を立てる、独自性、未来、集中、刺激、シンプル、夢中、

★ これは何を求めてるのか??何の欲求か??

・振返り、発見、挑戦、結果、成長、発見、出会い、柔軟、変化、結果、大丈夫、後悔、未来、行き当たりばったり。刺激、独立、集中、決断、未来、やつたら出来る、出来ないことはない、固定概念、戦略、環境、居場所、退屈が嫌だ、同じ事が嫌、新しい、理想



Q 5. 生まれてから小学校卒業までで一番嬉しかった出来事は何ですか？その出来事の何が嬉しかったですか？そこから分かる価値観は？

※ 記憶に残っている嬉しかったことは、価値観が満たされたことである場合が多いです。

一番嬉しかった出来事

- ・それまで友達はいたが、何か気を使いすぎて居心地が悪く、殴り合いをしたり、馬鹿にされたり、グループからはみ出る事もあったが、小学5年生で仲の良いグループが出来て、心理的安全性があり、自分の居場所があった事。丁度いい関係性。同じ趣味で共感して、会話が出来た時。ちょっと変わったもの同士。プロレスとか、その時はやっていもの、プロレスは自分が知っている知識を共有したりしていた。

★仲の良い友人、佐藤くん

それはなぜ？

（そこからわかる自分の「価値観」は？）

つながり、共有、安心、安全、共通、居心地、納得、心理的安全性、コミュニティ、

Q 6. これまでで一番人に誇れる経験は何ですか？その経験の何を誇りに思っていますか？

※人は価値観に沿った行動ができた時に誇りを感じます。

誇れる経験は？何を誇りに思っている？

勉強を全くしなかったので、中学3年生の時にPCを買ってもらい、1人で夢中で独学でホームページ制作をした事。
そこから4年間は、ゲームで遊ぶようにWeb制作に没頭。たまたま職業に繋がったが、1個得意領域を持っているだけで、人生に可能性を持てるんだと思いました。

・独立して、会社にして、被らない職業をして、人と違う人生を歩みたい。自分のタイミングで生活をしたい、その日のやる事を自分で選択。未来の予定や友人との予定を入れるのはあまり好きではない。その時の気分があるから。

どんな価値観を発揮できたから、誇りに感じている？

希望、可能性、夢中、没頭、熱中、遊び、独学、達成、1人、挑戦、能動的、

Q 7. これまでで一番努力した経験は何ですか？

※努力できた経験はあなたの満たしたい価値観が原動力になっていることが多いです

努力した経験は？何が要因で頑張れた？

■Web制作会社を25歳で8社経験して駄目だと思ったが、独立する選択をして続けられた事

★なりたい明確なあるべき姿があったから。会社員のように、時間、人、場所に縛られる事が限界。

- ①自分で独立する願望が強くあったから。書籍などを見たりして、見つけていた。高校生の頃から憧れだった。これは自分1人でとかを考えていた？！
- ②どの会社に行っても自分はダメだなと思った事。経験則で就職ではなく独立を選択した事。
- ③何回も諦めて、別な職業（公務員）になろうか考えたが、これしか出来なかった。
- ④毎日変化のある、面白い仕事をやりたかったから。作ったら、フィードバックがあり、分析ができるから。反応が言葉ではなく、白か黒か結果が見えるから。
- ⑤勉強して、作ったらやった分だけ、成果・スキルにつながる事が形として見えるから。
- ⑥細かいスプレッドシートを作ったりする。ここまで細かく進捗管理をする人はいないと思う。（他の人から見ると無駄な部分もあるが、自分では納得が欲しい）

原動力になっていた「価値観」は？

- ①憧れ、自由
- ②怒り、経験則、変化、絶望、目標、希望、挑戦、可能性、執念
- ③信念
- ④変化、楽しい、挑戦、

Q 8. あなたの興味のあることをリストアップしてください。そこに共通している価値観はありませんか？

※ 価値観が満たせることに、人は興味を感じやすいものです

興味のあること

自己理解、食べたことのない料理を探す、旅行、不労所得、子供、引っ越し、自然、ゆとり、データ分析、インターネット、個人で出来る時間を選ばないスポーツ（キックボクシング、ジム）サウナ、ランニング、散歩、行ったことのない街探し、道探し、食べ物、数字が発生するもの、睡眠、本、映画、充実感、知識欲求、健康、予防医療、漫画、ドラえもん、法則、規則性、裏技、海外、自然体、

そこに共通している「価値観」は？

「自己理解」「自己振り返り」「自分らしさ」「変化」「ゆとり」「安心」「安全」「リラックスする時間」「余裕」「挑戦」「探究心」「自然」

Q 9. モチベーショングラフを見返してください。あなたは人生でどんなことを一貫して大事にしていますか？

具体的な答え

- ①自分の心地よい居場所があり、自分のゆとりのある時間がある
- ②環境こそ全て
- ③新しい変化があり、成長できて、自由があるか。
- ④人と同じ事をやりたくないでの、オリジナリティ。
- ⑤組織や時間・場所に縛られない。

そこからわかる自分の「価値観」は？

- ①安心・安全、ゆとり、自分のリラックス時間・自由時間
- ②環境
- ③変化、成長、自由、自己決定、挑戦
- ④独自性、自己決定
- ⑤人間関係の安心、居心地、自由時間

Q 10. 今の時間の使い方は自分にとって意味が感じられますか？何かが足りないとしたら、それは何が足りませんか？

具体的な答え

- ①遊ぶ時間、1人で旅行に行く時間が圧倒的に足りていない。映画・ジム・サウナにも毎日出来れば行きたい。
新しい物事をインプットしたい。本を大量に読みたい。
→業務委託、起業の仕事、子育て、隙間時間でジムなので、毎日忙しい状態。
- ②AIが出来て、1人で、出来る事が格段に増えたので、ワクワクしている

そこからわかる自分の「価値観」は？

- ①自由時間（遊ぶ時間）、ゆとり、安心、健康
- ②新しいこと、変化、成長、自己決定

Q 11. 今はあるけれど、今後自分の人生に必要ないと感じるものは何ですか？そこからどんな価値観が分かりますか？

具体的な答え

- ①人に気を使いすぎる所。悪い事をいっていないか勝手に思い込んだりしてしまう
- ②心配性、不安になるを考えると、どんどん心配や不安が増幅してしまう所
- ③自分で何でもやろうとするところ：自分の得意領域に集中したい →これはいるかな！？

必要ないものから分かる、自分が大事にしたい価値観は？

- ①安心・安定
- ②自分で選択



Q 12. 名言リストから、自分のグッとくる名言を見つけてください。

[心に残る名言。ずっと忘れられない言葉（英語も） | 名言+Quotes](#)

グッとくる名言

① 家入一真

逃げてもいい、迷惑をかけてもいい、空気は読むな。とこん自分に正直に生きろ！

② ボブ・ディラン

朝起きて、自分のやりたいことをやれる人。それが成功者だ。

③ スティーブ・ジョブス（アメリカの起業家 アップルの創業者）

もし今日が人生最後の日だとしたら、

今やろうとしていることは本当にやりたいことだろうか。

その名言の何に共感した？そこからわかる自分の「価値観」は？

① 自分に正直

② 自由の象徴、やりたい事、成功者、今、時間、楽しみ

③ 今、影響、自己成長、楽しみ、挑戦、やりたい事



Q 13. 「自分って人生で何を大事にしてそうかな？」と周りの人に聞いてみてください。そういう思った具体的なエピソードも聞けるとGOOD！

周りの人からの回答

妻：確認

そこからわかる自分の「価値観」は？



Q 14. これまで読んできた本の中で、一番好きなものは何ですか？その本のどこが好きですか？

※ 好きな本は、自分の価値観を否定してくれていたり、表現してくれているものが多いです。

一番好きな本は？どこが好き？

こんなだめでも社長になれた：家入さん

・だめだった過去の経緯から、自分の好きな事を見つけて、インターネットを通じて、自分を表現しながら、社会にインパクトを出している所。

・小さいビジネスを作ったり、カフェを作りたいと思ったら作ったり、軽井沢に移住をしたり、自由があっていいなと思う。手紙を書くように、一人にフォーカスしてサービスを作るというのは、凄く好き。

どんな価値観が「肯定or表現」されていた？

「ありのまま」「」

①居場所がなかったので、自分で居場所を作った

②固定されずに新しいビジネスを多数作って、大きいものだけでなく、小さいものもある所。

③手紙を書くように・職人のようにビジネスを作っている所。オリジナリティ

Q 15. 5年後、ここに書いたことがなんでも実現しているとしたら、自分はどうなっていたいですか？ 5年後の理想の自分は、どんな価値観を満たせていますか？

5年後どうなっていたい？

①自分の時間を作って、週に2日間などは、ゆったりしたい。映画を見たり、旅行に行ったり
もちろん、好きな仕事も。

②組織・場所・仕事・お金・健康などに全く縛られない生活。

2拠点か分からぬですが、そういった生活もしてみたいです。

③自分の文脈で、事業を行いたい。多数の組織ではなく、小さく小さくインターネット上で行いたい。

そこからわかる自分の「価値観」は？

①「余裕」「好奇心」「発見」「時間」「元気」

②「自由」「個人」

③「オリジナリティ」「アイデンティティ」「個人」「貢献」「尊敬」

Q 16. 自分が80歳になったつもりで「」に言葉を入れてください。

※ 「コピーする」を押して下記の文章を「具体的な答えの解答欄」に貼り付けてください。

コピ 私は「」を恐れることに、あまりに多くの時間を使いすぎた。私は「」なことに、ほとんど時間を使わずに来る
ーす た。もし時を戻せるならこれからは「」に時間を使って生きたい。
る
具体的な答え

私は「周りの目を気にしすぎて、否定される事で挑戦しない事」を恐れることに、あまりに多くの時間を使いすぎた。私は「分からないリスクを考えすぎたり、周りを気にしすぎたりする」のようなことに、ほとんど時間を使わずに来た。もし時を戻せるならこれからは「自分の時間で物事を選択」に時間を使って生きたい。

そこからわかる自分の「価値観」は何？

- ・挑戦をする
- ・周りを極端に気にする
- ・安定的な状態を作りたい
- ・自分で物事を選択

Q 17. 仕事でもプライベートでも、あなたが誇りに思っていることは何ですか？

誇りに思っていることは

- ①自分で自発的にWeb制作に関しては、本を読んだり、アイデアを出したりする事が出来る
- ②学力がなくても、しっかり仕事をして、生きていく事が出来た。
- ③
- ④

そこからわかる自分の「価値観」は？

Q 18. 職場や私生活で一番尊敬していない人は誰ですか？その人の何が尊敬できませんか？

その人の反対に自分の「価値観」があります。

その人は？何が尊敬できない？

- ・ずっと忙しく、土日も働いている人。そしてそこまで給料は高くない。
- ・Web制作の現場で、特に勉強していくなく成長していない人で年齢も高い
- ・人を怒鳴ったり、怒ったり、マウントを取ったりする人が嫌だ。

そこからわかる自分の「価値観」は何？

Q 19. 死んだ後に周りの人から、どんな人だったと言わわれたいですか？そこからあなたは、どんな価値観を大事にしていることが分かりますか？

具体的な答え

- ・すごくオリジナリティがあり、独創性が強く、挑戦する人で合った。
- ・勉強が苦手な所から、うまく行った

- ・新しい事に挑戦する人だった。常識にとらわれない人であった。
- ・他人と同じ事をしない人であった。

そこから分かる自分の「価値観」は？

- Q 20. 尊敬する有名人、周りの人、キャラクターは誰ですか？その人のどんなところを尊敬していますか？3人教えてください。

※ 自分の大事にしたいことを満たせている人を見ると「尊敬」という感覚が生まれます。

※ 「尊敬」という言葉がしっくり来ない方は「かっこいいと感じる人」を挙げてください。

尊敬している人は？具体的にどんなところを？

- ・家入さん - アーティスティックであり、経営者であり、だめ人が凄くなるの典型例
- ・リリーフランキー？？ - だめ人が凄くなるの
- ・八木さん
- ・本田直之（脱 東京） 満員電車に乗らないで、組織に縛られていない所
- ・DAIGO
- ・キンコン西野
- ・ブルージャイアント - 大きい夢に向かって、無茶をしているが挑戦している
- ・ヤモリの代表の人のきこり先生
- ・インターネット起業家は他にいる？？ ランサーズに売却した人
- ・ヒロシ - 個人で
- ・東出昌大 - 自分の価値観で田舎で楽しんでいる。

そこから分かる自分が大事にしていることは？

尊敬している人は？具体的にどんなところを？

そこから分かる自分が大事にしていることは？

尊敬している人は？具体的にどんなところを？

そこから分かる自分が大事にしていることは？

- Q 21. 今の自分に一番大きな影響を与えていた人は誰ですか？その人のどんな行動・発言が自分に影響を与えていますか？

影響を与えた人は？何が影響を与えている？

■千葉ふみお（イギリス留学の時の友人・起業家）

- ①行動
- ②結果
- ③自由

価値観にどんな影響を与えている？

Q 22. 父親の生き方のどんなところが好きで、どんなところが嫌いですか？自分の今の価値観は父親の価値観を反映していますか？それとも反面教師にしていますか？

具体的な答え

■生き方の好きなところ

- ・中学3年生の時にPCを買ってくれた事、自分には結構優しさがある、適当に重くなく生きている感じがする

■生き方の嫌いなところ

- ・半公務員JA、の責任を持たない所、挑戦しなかった所、あまり子供に関心がない事、挑戦しなかった所を否定する事

そこからわかる自分の「価値観」は？自分の今の価値観は父親の価値観を反映している？それとも反面教師にしている？

反映している価値観

- ・適当に重くなく生きている感じ。何かを自分でやりたい時の行動。老後だからかもしれない

反面教師にしている価値観

- ・「挑戦」「否定」「受け入れる」「応援」

Q 23. 母親の生き方のどんなところが好きで、どんなところが嫌いですか？自分の今の価値観は母親の価値観を反映していますか？それとも反面教師にしていますか？

具体的な答え

そこからわかる自分の「価値観」は？自分の今の価値観は母親の価値観を反映していますか？それとも反面教師にしていますか？

Q 24. 会った時に刺激を受ける人は誰ですか？その人のどんなところに刺激を受けますか？
3人書いてください。

※自分が大事にしていることを、体現できている人に刺激を感じるものです。

刺激を受ける人は？具体的にどんなところから？

■千葉ふみお（イギリス留学の時の友人・起業家）

■現在の上長

そこから分かる自分が大事にしていることは？

刺激を受ける人は？具体的にどんなところから？

そこから分かる自分が大事にしていることは？

刺激を受ける人は？具体的にどんなところから？

そこから分かる自分が大事にしていることは？

Q 25. 一番仲の良いor良かった友人は誰ですか？その友人の何が好きですか？

※ 仲のいい友人の「好きな点」はあなたの価値観を表していることが多いです。

友人の名前と、その何が好きか

地元の友人

- ①今後新しい挑戦するであろう会話が出来る。
- ②自分を受け入れてくれる

そこからわかる自分の「価値観」は？

挑戦、発見、成長、ありのまま

Q 26. 職場や私生活で、どんな人たちを一番尊敬していますか？その人たちのどんなところを尊敬していますか？

どの人のどんなところを尊敬している？

- ・ フラットで仕事をする人
- ・

そこからわかる自分の「価値観」は？

平等、公平、安全