

# あなたが力を発揮していたのはどんな時か？

- 好きだったこと・夢中になったこと
- 嬉しかったこと・嬉しかったこと
- ワクワクしたこと・充実したことなど

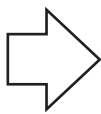
なぜ好きだったのか？ どうして夢中だったのか？  
なぜ嬉しかった？ 理由、きっかけ、感情に注目

できるだけ子供の頃から時系列で。

今の仕事に合うように意識しない。

何を好きだったか詳細よりも、なぜ好きだったかが大事

才頃



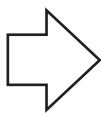
才頃



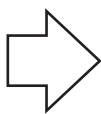
才頃



才頃



才頃



才頃



才頃



才頃



才頃



才頃



自分は何をしたいのか  
どんな時に力がでるのか  
3つの条件

共通項

共通項

自分が夢中になる、力を発揮する共通項は？

自分が力をだす条件、出せない条件など



### 自分を活かす仕事の定義

自分がやりたい・やるべき仕事は何？  
自分のほんとうの役割・使命は？  
似ている仕事は？職名を付けるなら？

### 最近のワクワク・充実・力を発揮

### 最近のイライラ・怒り・不満・拒否