

# 強み・才能発見シート

- 1 あなたが他人と違うところは？
- 2 ここ数年（またはそれ以上）続けていることは？
- 3 何時間続けても苦にならないことは？
- 4 ちょっと時間があまったらついやってしまうことは？
- 5 最高の喜びを感じる（感じた）瞬間は？
- 6 自然と他人より上手にできることは？
- 7 人からよく頼まれることは？
- 8 あなたの職業ならでは、ほかの職業では身につけられないものは？
- 9 大金を使っても惜しくないことは？

10 今わくわくすることは？

11 人生の中で過去ワクワクしていたことは？何？誰といた？

12 今までで表彰されたことは？

13 克服してきたことは？

14 持っている資格

15 今までお金と時間を費やしてきたことは？

16 今まで抱いていた夢は？

17 特殊な経験、体験

18 死ぬまでにやっておきたいこと

19 今まで生きてきた中でいやだったこと

20 19の嫌だったことがどうだったらよかったのか？

## 20の答えの使い方

すべてのあなたの答えは、あなたの特性と経験を表すものです。

他人と違う経験があなたの強みであり、自然とできてしまうところが才能です。

これらをプラス要素として見てみてください。

今から始める活動にどう活かせるか、書き出してみて、ビジネスも人生も大きく飛躍して  
行ってくださいね！

もちろんセルフコーチングを実践してください。

ビデオを見て理解を深めたら、私に会いにセミナーに来てくださいね！