

# ～自分らしい役立ち方をあらわそう～ お役立ちイメージシート①

記入日 年 月 日

氏名

## 1. お役立ちの源泉の発見

### 1. 過去、自分が夢中になったことは何ですか

\*「夢中になった」とは、「熱中した」「周りが見えないくらい集中できた」「人の喜びが自分の喜びと感じた」「知恵がたくさん湧き出てきた」状態のこと。出来る限り、多く挙げてください。

①	②	③	④	⑤

### 2. なぜ夢中になったのでしょうか

\*結果として「楽しかった」「面白かった」「充実していた」「人に喜ばれた」「認められた」「感謝された」など、その経緯（プロセス）や理由を具体的に書いてください。

①	②	③	④	⑤

結果として、楽しかった・面白かった・充実していた・人に喜ばれた・認められた・感謝された

### 3. それぞれの理由の共通点は何ですか（お役立ちの源泉を発見する）

●その中で、何（どんな人、どんなコト、どんなもの）を対象としていたのか

--

●その中で、自分の役割は何か、どんな行動をとっていたのか

--

※その時に意識をしていた考え方や感情は何か

--

★左記をまとめると

--

上記に取り組んでいるときは  
夢中になることができるし  
知恵も湧いてきます。

↓

これが私の  
「お役立ちの源泉」です

### 4. 自分の強み・感謝の素は何ですか

●自分の強み・感謝の素を書き出す

①得意としていること ②上記を通じて発見した自分の強み ③人から言われる強み ④感謝したできごと（何を返していきたいか）

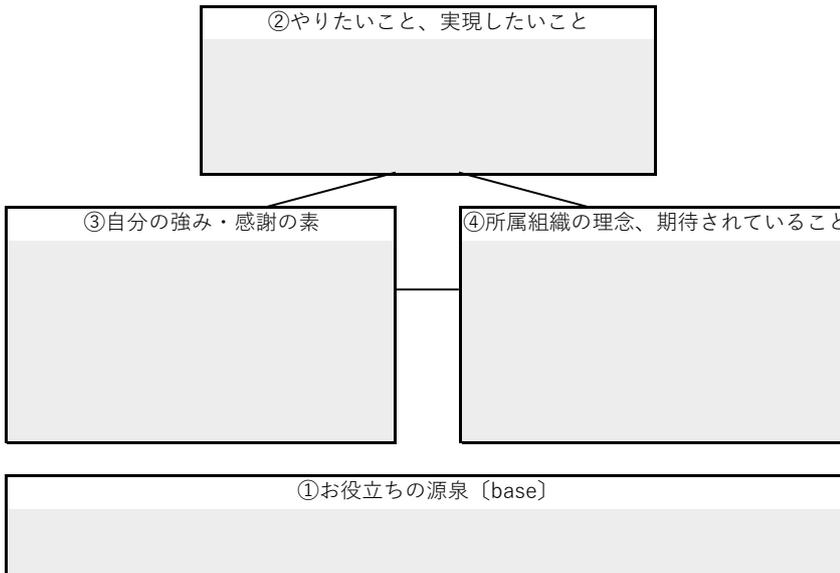
--

●今までを振り返って、自分の強みが活かされた成功イメージ（仕事でもプライベートでも）

--

## II. お役立ち使命の確立

### 1. 自分の状況を整理する



### 2. 自分らしいお役立ち使命を考える

- ・理念に共鳴し接点が見いだせるか
- ・この組織や仲間でないといけないか
- ・強みが活かせるか
- ・お役立ちの源泉から力が湧くか

これが私の  
「お役立ち使命」です

## III. お役立ちビジョン～ワクワクを具体化する

who=私

where=所属組織（ここ）

### 1. 誰（何）を対象として、どんなお役立ちをするのか（どんな価値を提供するのか）

whom  
what

そのお役立ちを通じてどのような喜びを創出したい、どのような状態をつくりたいか（生き活きと鮮明に）

what kind of  
happiness

その理由（価値・魅力・自分にとっての意味）

why

### 2. 具体的に何を実現していくのか（長期⇒中期⇒短期の順に考える。期間の設定は自由）

長期 (約 年後)	中期 (約 年後)	短期 (約 年後)
--------------	--------------	--------------

when

創りたい喜び・状態

--	--	--

what kind of  
happiness

どのように（手段）

--	--	--

how

どれだけ（求める成果）

--	--	--

how many

### 3. 上記を達成するために磨き続けるお役立ちの心技体（考え方・スキル・行動習慣）