



1.自分にできて、他の人はできないかも？と思うことは何ですか？

2.あなたが上手なこと、得意なことは何ですか？

3.あなたがやっていて楽しいと思うことは何ですか？

4.あなたにとって、上達が早いものは何ですか？

5.人に「すごいね！」と言われることは何ですか？



6.人に相談に乗られたり、お願いされたりすることは何ですか？

7.お金を今までたくさん費やしてきたことは何ですか？

8.時間を今までたくさん費やしてきたことは何ですか？

9.お金がもらえなくても、やりたいことは何ですか？

10.あなたがワクワクしてしまうことは何ですか？



11.あなたが人にしてあげて喜ばれたことは何ですか？

12.人からセンスがあると言われてたり、褒められることは何ですか？

13.あなたが時間を忘れ、没頭してしまうことは何ですか？

14.あなたが今より上達したいと思うことは何ですか？

書き出した中で無意識にやっていることなのに
人から感謝されていること、よく「ありがとう」と言われること。

それが“あなたの中にある強み”です。

自分がどんな人かは人が教えてくれるものなので、人の声に耳を傾けていきましょう。