

=====

価値観マップシート(シンプル版)

=====

◆ ステップ1: あなたの大切な価値観を3～6個自由に書き出す
(例: 自由、健康、貢献、学び)

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____

◆ ステップ2: 優先順位をつけてみる

- ・最も重要な1つ(当てはまる2～3語を丸で囲んでください)
- ・よく意識している2～3語(丸囲み)
- ・これから大事にしたい2～3語(丸囲み)

◆ ステップ3: 「つながりマップ」を描いてみる

書き出した価値観を線で結ぶ。(例: 自由→学び→貢献など)

◆ ステップ4: 図の下に、簡単な気づきを記入

- ・なぜAとBをつないだ？
- ・この順番はどういう意味がある？

=====

※鉛筆・付箋・マーカーも使うと見やすく継続しやすくなります。