

人生の青写真シート

人生の青写真を知ると、あなたが何のために生まれてきたのか、そして、これからどこに向かっていけばいいのかがわかりやすくなります。これまでのあなたの人生を紐解くことで、今までの出来事にヒントが隠されていた事に気づきます。

1. 貴方の人生でインパクトのあった出来事、転機となった出来事、人生を変えた出来事を箇条書きでリストアップしてください。

2. 許せない人、恩人、大きく影響があった人をあげてください。

4. ご両親からの貴方への影響で、感じることを全てリストアップしてください。
例.親の期待に沿おうと頑張ってきた。親の管理から逃れたいと思っていた。未だに親の反対は気になる。など

3. 貴方の人生で繰り返し起きるチャレンジはありますか?
例.断りにくい依頼がよく来る。苦手な人の縁が多い。束縛するタイプの人が近くにいる。など