

# Want × Can × Must

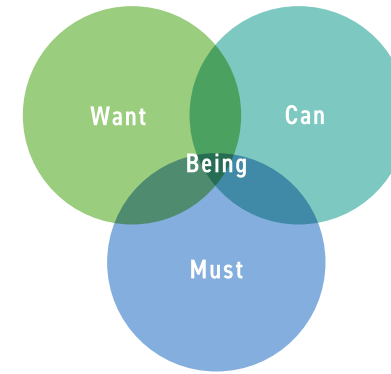
Being を形づくるのは、大きく3つの要素。「want/can/must」です。

それぞれは、次のようなものになります

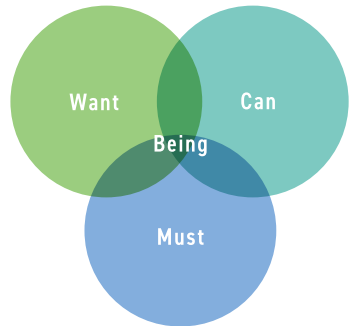
- want : やりたいこと。自分がやっていて楽しいこと、好きなこと。
- can : できること。他の人より得意なことや嫌じゃないこと。
- must : やるべきこと。仕事で期待される役割や人のためになることなど。

自分にとっての want/can/must をそれぞれ考えてみましょう。

そして、その交点にあるのが、Being です。



## Example



**Want** 自分が好きなこと、興味があること

- 自分は何をしたいのか?
- これまでの人生で、何をしているときが楽しかったか?
- どんなことに興味をもっているか?

**Can** 自分の強み、らしさ

- 自分は何が得意か?
- 自分の長所は何か?
- これまでにどんなことで褒められたか?
- 自分はどんな癖や習慣があるのか?

**Must** 社会や会社から求められていること

- その企業から求められていることは何か?
- 企業が実現しようとしている未来の実現に何が貢献できるか?
- (企業が決まっていない場合) 世の中や、周りの人たちから期待されていることは何か?



**Want** 自分が好きなこと、興味があること .....

**Can** 自分の強み、らしさ .....

**Must** 社会や会社から求められていること .....

## WORK 01

## モチベーショングラフ

	誕生～小学校	中学校	高校	大学・大学院
				
				

プラスに気持ちが動くときの傾向



マイナスに気持ちが動くときの傾向



## WORK 02

## 傾向分析

主な 転機				
挑戦 したこと				

プラスに気持ちが動くときの傾向

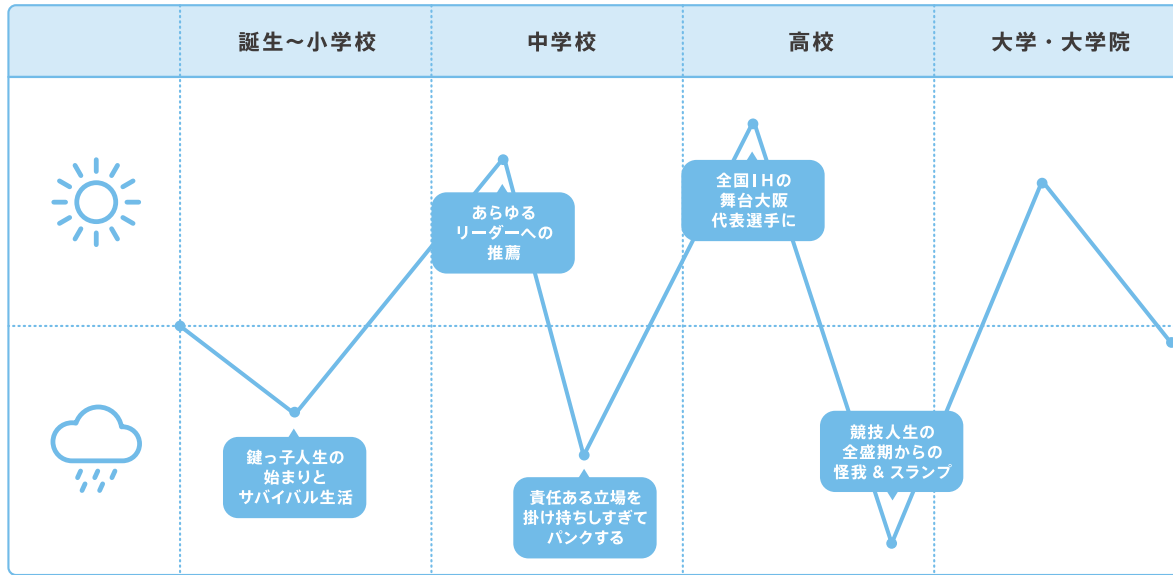


マイナスに気持ちが動くときの傾向



## WORK 01

## モチベーショングラフ



### プラスに気持ちが動くときの傾向

- ◎誰かの成長を応援しているとき
- ◎新しい技術を身につけたとき
- ◎重大な役割を任せられたとき

### マイナスに気持ちが動くときの傾向

- ◎何も成長を感じられないとき
- ◎周囲の期待や信頼を感じられないとき
- ◎自分の役割を果たせなかったとき

## WORK 02

## 傾向分析

主な転機	病気と怪我の多発 祖父の他界 鍵っ子生活	陸上競技部への入部 120人の部長になる 親友が2人の存在	陸上競技人生の全盛期 …からの転落 大学受験の失敗	変な個別塾講師 地域活性化への興味 就職浪人
挑戦したこと	習い事(器用貧乏) 野球(ソフトボール) 水泳 学習塾 陸上競技クラブ	部長・学級委員長・ ○○リーダー 責任ある立場を経験	陸上競技全盛期 大阪2位 全国10位 大阪の代表に	停学からの講師経験 (不登校など問題児) コーチング資格取得

### プラスに気持ちが動くときの傾向

- ◎困難な状況から、這い上がる ⇒ 逆境への耐性
- ◎誰かの転機に立ち会う ⇒ 困りごとを見過ごせない

### マイナスに気持ちが動くときの傾向

- ◎悔しい大失敗 ⇒ 負けず嫌い・見返してやる!根性
- ◎できることを増やしたい ⇒ 周囲を成長させたい!

# 1年間の目標シート

私の Being (ありたい姿)

Being (ありたい姿) を実現させるための目標とアクション

Being (ありたい姿)

大カテゴリーの Doing



中カテゴリーの Doing



小カテゴリーの Doing

大カテゴリーの Doing



中カテゴリーの Doing



小カテゴリーの Doing

大カテゴリーの Doing



中カテゴリーの Doing



小カテゴリーの Doing