ビジョン：夢や願望を目標にまで高め
実現の行程表にまで仕上げたも

私の10年ビジョン構築シート

年　月　日　　氏名

単語、短文で簡潔明瞭に！

1. 自分の大切にしている価値観

複数記述大いに結構
＊自分が惚れ込む内容
＊同系は整理して
＊他者が容易に分かる内容で

3. 自分の存在意義は何か?

スピリッツ

※1 精神
※2 ありかた
※3 観

2. 行動規範（模範とすべき行動の判断基準）

座右の銘などでも可
例） 私の成長の源：我以外、逢う人 皆師なり （他人の行動、意見は宝なり）
例） 我、太平洋の懸け橋とならん！

1.2.3.4全てがリンク

4. 何のために働くのか

5. 10年後の自分のあるべき姿

①こんな能力身につけて、こんな仕事や役割をする	②こんな人間になる（家庭で、会社で、地域で、）
1年後	1年後
3年後	3年後
5年後	5年後
10年後Ⅰ	10年後Ⅰ
10年後Ⅱ	10年後Ⅱ

6. 10年間のタイムスケジュール

人生4つのコース

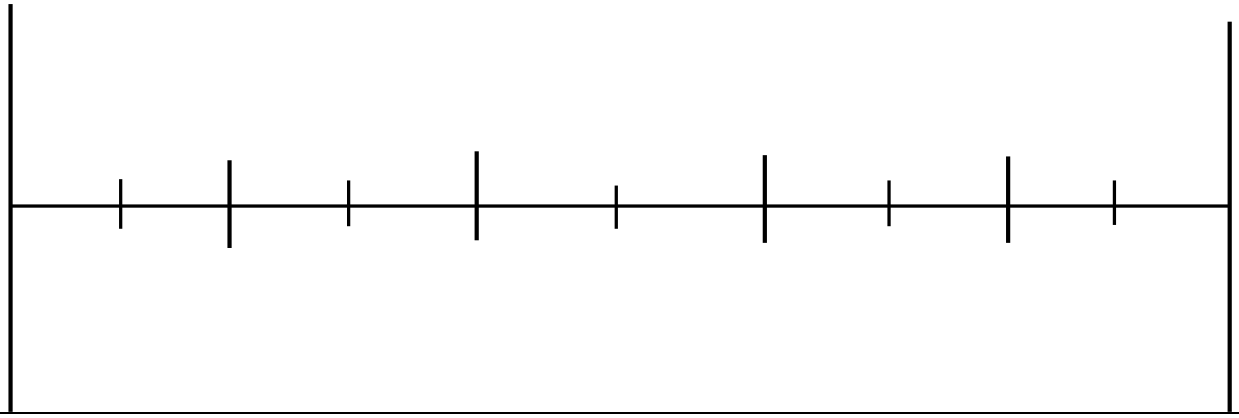
第一コース（0歳～20歳頃）
人の世話になって生きる

第二コース（20歳頃～40歳頃）
ガムシャラに働き、子を育て多くを掴んでい今まで掴んだことを更に磨き、後に伝承する

第三コース（40歳頃～65歳頃）

第四コース（65歳頃～THE END）
やり残したことを楽しみながら生きる（深い）

人生第2コースの行程表（10年間分）

H21　H22　H23　H24　H25　H26　H27　H28　H29　H30　H31

能力・資格　役割・プライベート