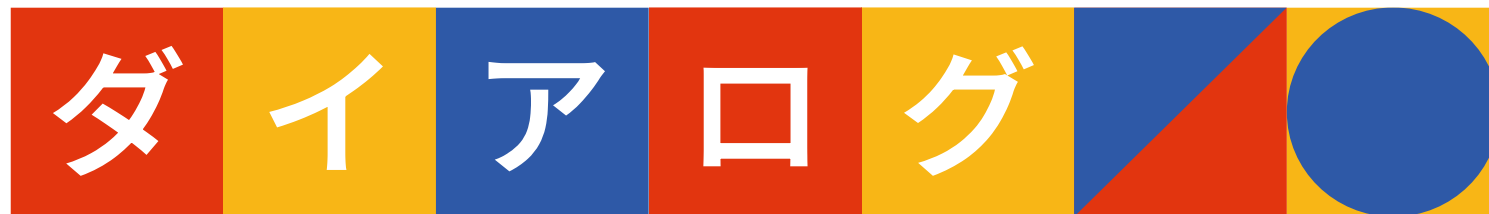


エンゲージメント



質問集

※「過去」「現在」「未来」でそれぞれひらがな順に表記されています。クリックすると該当の問いへ遷移します。

過去	現在	未来
あなたが最も感謝している出来事は何ですか？	あなたがやる気を感じるのはどんな時ですか？	あなたが考える理想の老後の過ごし方は？
あなたが人生で最も影響を受けた人は誰ですか？	あなたが怒りを感じるのはどんな時ですか？	あなたの自叙伝が出版されるとしたら、どのようなタイトルや内容になっていると思いますか？
あなたは子供の頃、どんな性格でしたか？	あなたが今の自分に最も足りないと思うものは何ですか？	あなたの人生において、夢や目標は何ですか？
今でも覚えている子供の頃の夢は何ですか？	あなたが最近感動したのは、どんな場面でしたか？	1年以内にやってみたいことは何ですか？
今まで読んだ本の中で、記憶に残っている本は何ですか？	あなたが最近ハマっていることは何ですか？	一生に一度は体験してみたいことは何ですか？
今まで買った中で最も良かったものは何ですか？	あなたが大切にしている言葉は何ですか？	5年後、どのようになりたいですか？
今まで訪れた場所で最も思い出深い場所はどこですか？	あなたにとって理想の休日の過ごし方は？	自分はどのような人になりたいですか？
思い出に残っている先生はどのような先生ですか？	あなたの弱点は何だと思いますか？	10年後の自分が今の自分にアドバイスするとしたら、何と言いますか？
思い出深く、懐かしい料理は何ですか？	あなたの長所は何だと思いますか？	10年後の自分に一言声をかけるとしたら、何と言いますか？
過去に戻れるとしたら、いつに戻ってみたいですか？	あなたは周りからどのような人だと言われますか？	将来、周囲の人にどのような人だったと覚えていてもらいたいですか？
学生時代に熱中していたことは何ですか？	今、変えたい（変革したい）と思っていることはありますか？	20年後、世の中はどのようになっていると思いますか？
子供の頃、どんな遊びをしていましたか？	インスピレーションを得たい時、どんな行動を取りますか？	未来の自分から1つアドバイスをもらえるなら、どんな言葉を聞きたいですか？
これまでで最も楽しかった旅行はどこですか？	幸せを感じるのはどのような瞬間ですか？	もし1億円が当たったら、どうしますか？
これまでに困難や逆境を乗り越えた経験はありますか？	人生においてワクワクを感じるのはどんな時ですか？	もし願い事が叶うなら、どんなことを願いますか？
これまでの人生で最も大変だった経験は何ですか？	ストレスが溜まった時の発散方法は何ですか？	世の中にどのように貢献したいですか？
自分を褒めてあげたい経験は何ですか？	尊敬できる人とはどのような人ですか？	 ※ダイアログカードの紹介はこちら 
初任給で買ったものは何ですか？	大切な人にプレゼントを贈るなら、誰に何を贈りたいですか？	
人生のターニングポイントとなった経験は何ですか？	誰か一人だけ会えるとしたら、誰と会ってみたいですか？	
どのような時にあなたは自分自身がレベルアップしたと感じますか？	チャレンジしたいけれど踏み出せていないことはありますか？	
	もし最後の晚餐だとしたら、誰と何を食べたいですか？	

「過去」の問い (あ行～列挙)

問い	詳しく聞く	未来について聞く	過去について聞く	逆説を聞く	仮説を聞く
あなたが最も感謝している出来事は何ですか？	その出来事のどの部分に一番感謝しているのですか？	今後、感謝の気持ちをどのように表現していきたいですか？	そのときのあなたの状況や気持ちはどうでしたか？	そのときは感謝の気持ちを持てなかったけれど、あとから「ありがたかった」と思えた経験はありますか？	その出来事がなかったら、今のあなたは違うと思いますか？
あなたが人生で最も影響を受けた人は誰ですか？	その人のどんなところに最も影響を受けましたか？	その影響がこれからの人生にどんな影響を与えていると思いますか？	その人との出会いや関わりのエピソードを教えてください。	その人と出会っていなかったら、今のあなたに欠けていたかもしれない考え方や行動はありますか？	その人が今のあなたを見たら、どんな言葉をかけられると思いますか？
あなたは子供の頃、どんな性格でしたか？	その性格は今でも残っていますか？	これからの人生で、その性格をどのように活かしたいですか？	その性格が影響した出来事がありますか？	「自分ってこんな性格じゃなかったらよかったのに」と思ったことはありますか？それはどんな時でしたか？	もし子供の頃の自分が、今のあなたにアドバイスするとしたら、何と言うと思いますか？
今でも覚えている子供の頃の夢は何ですか？	その夢にどんな思いが込められていましたか？	その夢に近づくために今できることは何でしょうか？	その夢を持ったきっかけは何でしたか？	その夢とはまったく違うことに憧れていた時期もありましたか？それはどんなきっかけでしたか？	もし今、その夢を叶えるチャンスが巡ってきたら、あなたは挑戦しますか？それとも別の道を選びますか？
今まで読んだ本の中で、記憶に残っている本は何ですか？	その本のどんな部分が特に記憶に残っていますか？	その本から得たことを今後にどう活かしたいですか？	なぜその本が印象に残っているのか、読んだ当時の自分はどんな状況でしたか？	期待していたのと違った印象を受けた部分はありましたか？	もしその本を他の人に薦めるとしたら、何と説明しますか？



「過去」の問い (あ行～列挙)

問い	詳しく聞く	未来について聞く	過去について聞く	逆説を聞く	仮説を聞く
今まで買った中で最も良かったものは何ですか？	その買い物を選んだ理由や背景をもう少し詳しく教えてください。	今後、同じような買い物をするとしたら、どんな視点を大切にしたいですか？	その商品を買った当時のエピソードを教えてください。	買ってみたいけれど「やっぱり違ったな」と思ったものはありますか？ そのとき、どうしてそう感じたのでしょうか？	もしその商品を手に入れていなかったら、何を買っていたと思いますか？
今まで訪れた場所で最も思い出深い場所はどこですか？	なぜその場所が思い出深いと感じたのか、理由を教えてください。	今後、訪れてみたいと思う場所はどこですか？	その場所を訪れたとき、どんな出来事がありましたか？	期待して行ったのに、思っていたほど印象に残らなかった場所がありますか？それはなぜだったと思いますか？	もしもう一度その場所に行けるとしたら、今のあなたは何を感じるとと思いますか？
思い出に残っている先生はどのような先生ですか？	その先生のどんなところが印象に残っているのですか？	その先生の教えで今も意識していることはありますか？	その先生と関わった中で、忘れられないエピソードはありますか？	当時はピンとこなかったけれど、あとから「あの先生の影響だったんだ」と気づいたことはありますか？	もし今、その先生と再会できるとしたら、どんな話をしてみたいですか？
思い出深く、懐かしい料理は何ですか？	その料理のどこが好きですか？	また食べるとしたら誰と食べたいですか？	その料理にまつわる思い出はありますか？	その料理を今後食べられなくなったとしたら、どんな気持ちになりますか？	その料理を他の人に説明するとしたら、どんな風に表現しますか？
過去に戻れるとしたら、いつに戻ってみたいですか？	なぜその時期に戻りたいと思うのか、もう少し詳しく教えてください。	その時期に戻れたら、どんなことをしてみたいですか？	その頃の自分に伝えたいことはありますか？	「もう二度と戻りたくない」と感じる時期はありますか？それはなぜですか？	逆に未来に行けるとしたら、いつを選びますか？



「過去」の問い（あ行～列挙）

問い	詳しく聞く	未来について聞く	過去について聞く	逆説を聞く	仮説を聞く
学生時代に熱中していたことは何ですか？	その活動にどんな魅力がありましたか？	その活動は今の自分にどのように影響していますか？	当時の具体的なエピソードや仲間との思い出はありますか？	まわりが熱中していたのに、自分はあまり夢中になれなかったことはありますか？ それはなぜだったと思いますか？	もし今もう一度学生時代に戻れるとしたら、改めて何に熱中してみたいと思いますか？
子供の頃、どんな遊びをしていましたか？	その遊びを選んだ理由や、どんなふう楽しんでいたか教えてください。	その遊びから、今の自分に影響していると感じることはありますか？	その遊びにまつわる思い出はありますか？	遊びたくてもできなかった時の記憶はありますか？	もしその遊びをしていなかったら、何をしていたと思いますか？
これまでで最も楽しかった旅行はどこですか？	その旅行が最も楽しかったと感じたのは、どんなところですか？	今後、さらに楽しい旅行を計画するとしたら、どんな場所に行きたいですか？	その旅行中に起きた印象深い出来事は何でしたか？	旅行が思い通りにいかなかった場面はありましたか？	もし同じ旅行をもう一度するとしたら、何を变えたいですか？
これまでに困難や逆境を乗り越えた経験はありますか？	どのようにして乗り越えたのですか？	今後似た状況があったら、どのように乗り越えたいですか？	その時に支えになった人や言葉はありましたか？	逆に、乗り越えられなかったら今どうなっていたと思いますか？	他の人が同じ状況になったら、どんなアドバイスをしますか？
これまでの人生で最も大変だった経験は何ですか？	その“大変だった経験”をどのように乗り越えたのですか？	今後、似たような困難があったとしたら、どのように乗り越えたいですか？	その経験の前後で、自分のどんな部分が変わったと感じましたか？	その経験を振り返って、もう少し楽にできた方法はあったと思いますか？	もしその大変な出来事がなかったら、どんな今を過ごしていると思いますか？



問い	詳しく聞く	未来について聞く	過去について聞く	逆説を聞く	仮説を聞く
自分を褒めてあげたい経験は何ですか？	どんな点を自分で褒めてあげたいと感じましたか？	これからの人生で、また自分を褒めてあげたい瞬間をつくとしたら何をしますか？	その経験に至るまでにどんな苦労や努力がありましたか？	他人から評価されなくても、自分で自分を認めた経験はありますか？	もしその経験がなかったら、今の自身はどう変わっていたと思いますか？
初任給で買ったものは何ですか？	なぜそれを選んだのですか？	今、もう一度その時に戻れるなら、違うものを買いますか？	その買い物があなたの人生にどんな印象を残しましたか？	「初任給では買わなかったけれど、今思えば買ってあげればよかった」と感じるものはありますか？それはなぜですか？	もし今のあなたが、もう一度“人生で最初の給料”をもらえたとしたら、何に使いたいと思いますか？
人生のターニングポイントとなった経験は何ですか？	そのターニングポイントで、何が一番大きく変わりましたか？	その経験が、これからの人生にどのように活かされていきそうですか？	その時の気持ちや周囲の状況をもう少し詳しく教えてください。	その経験がなかった方がよかったと思う瞬間はありますか？	もしあの経験をしていなかったら、今のあなたはどんな人生を歩んでいたと思いますか？
どのような時にあなたは自分自身がレベルアップしたと感じますか？	具体的にどう成長したと感じましたか？	これからさらにレベルアップするために、意識していることはありますか？	これまでで最も大きくレベルアップしたと感じた瞬間はいつですか？	成長していないと感じるとき、どんなことが原因だと思いますか？	もし他人があなたのレベルアップを評価するとしたら、どんな点を挙げると思いますか？



問い	詳しく聞く	未来について聞く	過去について聞く	逆説を聞く	仮説を聞く
あなたがやる気を感じるのはどんな時ですか？	“やる気を感じる瞬間”には、どんな要因がありますか？	これから先、もっとやる気を引き出すには何が必要だと思いますか？	過去に強いやる気を感じた場面を覚えていますか？	やる気が出ない時は、どんなことを考えますか？	もし今の仕事や生活で一切やる気を感じられなくなったとしたら、あなたは何を変えようと思いますか？
あなたが怒りを感じるのはどんな時ですか？	なぜその状況に怒りを感じるのですか？	今後、その怒りをどう向き合っていきたいと考えていますか？	これまでで最も強く怒りを感じたエピソードはありますか？	怒っても表に出さなかったことはありますか？なぜですか？	もしその怒りをポジティブな力に変えられるとしたら、どんな形ですか？
あなたが今の自分に最も足りないと思うものは何ですか？	そう思ったきっかけは何ですか？	その足りないものを補うためにこれから取り組みたいことはありますか？	以前にも同じように“足りない”と感じたことはありますか？	逆に、「これだけは今の自分に十分に備わっている」と思えるものは何ですか？それはどんな場面で感じますか？	もしその足りないものが自然と満たされたら、何が変わると思いますか？
あなたが最近感動したのは、どんな場面でしたか？	その場面で特に心を動かされたのは、どのような瞬間ですか？	その感動を今後、どのように活かしていきたいですか？	これまでで、似たような感動を味わった経験はありますか？	以前は感動できたのに、最近はあまり心が動かなくなったと感じる場面はありますか？その変化には何か理由があると思いますか？	もしその感動の場面に、今の自分ではなく“10年前の自分”が立ち会っていたら、どんなふうに感じたと思いますか？
あなたが最近ハマっていることは何ですか？	なぜそれにハマっているのか、どんなところに魅力を感じますか？	これからどのようにその趣味や関心を広げていきたいですか？	ハマるきっかけとなったエピソードがあれば教えてください。	逆に飽きたり冷めたりしたことはありますか？	もしそのことに出会っていなかったら、代わりに何に夢中だったと思いますか？



「現在」の問い（あ行～列挙）

問い	詳しく聞く	未来について聞く	過去について聞く	逆説を聞く	仮説を聞く
あなたが大切にしている言葉は何ですか？	その言葉が心に残った理由は何ですか？	これからの人生でも、その言葉をどう活かしていきたいと思いますか？	その言葉に出会ったきっかけや、印象に残っている場面はありますか？	あなたが「この言葉はちょっと違うな」と感じるような、苦手な言葉や価値観はありますか？	その言葉を、もし他人に贈るとしたら、誰にどんな場面で伝えたいですか？
あなたにとって理想の休日の過ごし方は？	なぜその過ごし方が理想なのですか？	これから理想の休日を実現するために、何か始めたいことはありますか？	今までで一番理想に近い休日の過ごし方はどんなものでしたか？	休日が理想通りに過ごせなかった時、どんな気分になりますか？	もし1ヶ月休みがあったら、どう過ごしたいですか？
あなたの弱点は何だと思いますか？	自分の弱点について、どんな場面でそれを強く意識しますか？	今後、その弱点とどう付き合っていきたいと考えていますか？	その弱点が原因で困った経験はありますか？	その弱点があったからこそ得られた学びはありますか？	その弱点を“強み”に転換できるとしたら、どんな形だと思いますか？
あなたの長所は何だと思いますか？	その長所が活かされたと感じた経験を教えてください。	今後、その長所をどう活かしていきたいですか？	その長所に気づいたきっかけや、他人から言われたことはありますか？	逆に、あなたの長所が発揮されない場面や環境はどんな時だと思いますか？	もし、あなたの長所が今の2倍に強化されたとしたら、どんなことができると思いますか？
あなたは周りからどのような人だと言われますか？	その評価を聞いてどう感じますか？	将来、周囲からどのように見られる自分でいたいですか？	昔からそのように言われてきましたか？それとも変化がありましたか？	実際の自分と周囲の評価が違っていると感じることはありますか？	もし初対面の人に自己紹介するとしたら、どう表現しますか？



問い	詳しく聞く	未来について聞く	過去について聞く	逆説を聞く	仮説を聞く
今、変えたい(変革したい)と思っていることはありますか？	なぜそう思うのですか？	それが変わった未来は、あなたにとってどんな風に見えますか？	その考えを持つようになった背景には、どんな経験がありましたか？	変えたいと思いながら、あえて今のままにしている理由はありますか？	もし他の人が同じことを変えたいと思っていたら、どんなアドバイスをしますか？
インスピレーションを得たい時、どんな行動を取りますか？	インスピレーションを得るとき、どんな環境や状態が理想ですか？	これから新しいアイデアを得たい分野はありますか？	今までで最も強いインスピレーションを受けた場面はどんな時でしたか？	何をしてもインスピレーションが湧かないとき、どう対処しますか？	もし他人からインスピレーションを与えられる存在になったら、どんな行動をとりますか？
幸せを感じるのはどのような瞬間ですか？	どんな要素があると特に幸せを感じますか？	これからもっと幸せを感じるために、何を意識したいですか？	今までで一番幸せを感じたエピソードを教えてください。	幸せそうに見えて、実はそうでなかった経験はありますか？	もし今と同じ生活や仕事を続けても「幸せ」を感じられなくなったとしたら、あなたは何を換えようとしていますか？
人生においてワクワクを感じるのはどんな時ですか？	そのワクワクの瞬間には、どんな状況や出来事がありましたか？	今後、どんな場面でさらにワクワクする自分でいたいですか？	これまでで最もワクワクした出来事は何ですか？	ワクワクするはずが、逆に不安になった経験はありますか？	もし今と同じ生活や仕事を続けても「ワクワク」を感じられなくなったとしたら、あなたは何を換えようとしていますか？
ストレスが溜まった時の発散方法は何ですか？	その発散方法を選んでいる理由や効果について詳しく教えてください。	今後、さらに自分に合った発散方法を見つけたいと考えていますか？	以前は違う発散方法を使っていたことはありますか？	発散ができない状態が続いたことはありますか？そのときどうでしたか？	もし他人にその方法を勧めるなら、どう伝えますか？



問い	詳しく聞く	未来について聞く	過去について聞く	逆説を聞く	仮説を聞く
尊敬できる人とはどのような人ですか？	具体的にどのような行動や言動が、その人を尊敬できると感じさせますか？	あなた自身が、将来そのような尊敬される存在になるために意識していることはありますか？	これまでに会った中で、最も尊敬できると感じた人は誰ですか？	尊敬する人を考えるときに、逆に“こういう人はちょっと…”と感じる特徴はありますか？	もしその“尊敬できる人”に実際に会えたとしたら、あなたはどんな行動を取りますか？
大切な人にプレゼントを贈るなら、誰に何を贈りたいですか？	その人と贈り物を選んだ理由は何ですか？	今後、大切な人への贈り物をするとしたら、どんなタイミングや場面を大切にしたいですか？	過去に心を込めてプレゼントを贈った思い出があれば教えてください。	プレゼント選びで悩んだり失敗した経験はありますか？	もし物ではなく“時間”しかプレゼントできないとしたら、どんな時間を贈りたいですか？
誰か一人だけ会えるとしたら、誰と会ってみたいですか？	その人を選んだ理由や、なぜ会いたいのかを詳しく教えてください。	その人に会えたら、どんな話をしてみたいですか？	その人に対して印象に残っている思い出はありますか？	「会わずに終わった方がよかったかもしれない」と感じた人はいますか？それはなぜですか？	もしその人に会えず、他の誰かに会えるなら誰を選びますか？
チャレンジしたいけれど踏み出せていないことはありますか？	なぜそれに踏み出せないのか、自分の中で引っかかっていることはありますか？	将来、もし踏み出せたとしたら、どんな変化があると思いますか？	これまでに同じように迷った経験はありますか？どう対処しましたか？	逆に、「これは無理だと思っていたけど、意外とできた」という経験はありますか？	もし今すぐチャレンジしなければならなかったら、必要なことは何ですか？
もし最後の晩餐だとしたら、誰と何を食べたいですか？	その人や食事を選んだ理由を、もう少し詳しく教えてください。	その時間をどのような雰囲気ですごしたいですか？	これまでで、誰かと食べた忘れられない食事の思い出はありますか？	もし一人で“最後の晩餐”を迎えることになったら、どう過ごしますか？	もし時間と空間を超えて誰とも食事できるとしたら、誰を選びますか？



問い	詳しく聞く	未来について聞く	過去について聞く	逆説を聞く	仮説を聞く
あなたが考える理想の老後の過ごし方は？	そうになりたい理由は何ですか？	そのために今から準備していることはありますか？	老後について考えるようになったきっかけはありますか？	「こういう老後にはなりたくない」と思う過ごし方はありますか？それはなぜ避けたいと感じるのですか？	もし老後に自由な時間とお金が多かったら、何をしたいですか？
あなたの自叙伝が出版されるとしたら、どのようなタイトルや内容になっていると思いますか？	そのタイトルや内容に込めた思いや意味を、もう少し詳しく教えてください。	将来自叙伝が出るとしたら、どんなメッセージを読者に伝えたいですか？	そのタイトルや内容にふさわしいと思う出来事は何ですか？	あえて“あなたらしくないタイトル”をつけるとしたら、どんなタイトルになりますか？	もし別人があなたの人生を書いたら、どんなタイトルになると思いますか？
あなたの人生において、夢や目標は何ですか？	その夢や目標を持ったきっかけや背景を教えてください。	その夢や目標を今後どのように叶えていきたいですか？	これまでその夢や目標に向かって努力した経験はありますか？	夢や目標が明確に持てなかった時期はありましたか？ そのとき、どのように日々を過ごしていましたか？	もし今、あなたの夢や目標がすでにすべて叶っていたとしたら、次に何を目標したいと思いますか？
1年以内にやってみたいことは何ですか？	なぜそのことを1年以内にやってみたいと考えたのですか？	それを実現するために、これからどんな準備をしようと考えていますか？	似たようなことを過去にやろうとした経験はありますか？	1年以内に実現できないとしたら、どう感じますか？	もし今すぐに挑戦しなければならないとしたら、何から始めますか？
一生に一度は体験してみたいことは何ですか？	その体験をしたいと思った背景や理由を教えてください。	それを叶えるためにどんな行動が必要ですか？	その体験をしたいと思ったきっかけが何かありましたか？	「これは自分にはきっと縁がない」とあきらめている体験があるとしたら、それは何ですか？	もし明日すべての条件がそろってその体験が叶うとしたら、あなたは本当に実行に移しますか？



問い	詳しく聞く	未来について聞く	過去について聞く	逆説を聞く	仮説を聞く
5年後、どのようになりたいですか？	5年後にそうなりたい理由を詳しく教えてください。	その姿を実現するために、これからどんな行動が必要だと思いますか？	5年前の自分と比べて、今どのように変わってきましたか？	「こうはなっていたくない」と思う5年後の自分像はありますか？それはなぜ避けたいと感じますか？	もし5年後の自分が、今の自分にひとことアドバイスできるとしたら、どんな言葉をかけてくると思いますか？
自分はどのような人になりたいですか？	そのようになりたいと思った理由は何ですか？	その理想像に近づくために、今後どんなことをしていきたいですか？	過去に影響を受けた出来事や人物はありますか？	「こんなふうにはなりたくない」と思っている自分の一面や、避けたい人物像はありますか？	もし、なりたい自分とまったく違う人生を歩んでいる未来の自分に出会ったとしたら、何を感じるとと思いますか？
10年後の自分が今の自分にアドバイスするとしたら、何と言いますか？	そのアドバイスの内容から、何を一番伝えたいと思っていますか？	その言葉を受けて、これからの自分はどう行動したいですか？	10年前の自分は、どんなことで悩んでいましたか？	10年後の自分が「そのまま大丈夫」と伝えてくるとしたら、それはどんな部分だと思いますか？	もし今の選択によって10年後の自分の人生が大きく変わるとしたら、どの選択に一番影響があると思いますか？
10年後の自分に一言声をかけるとしたら、何と言いますか？	なぜその言葉をかけたいと思いましたか？	10年後の自分がその言葉を聞いて、どう行動すると思いますか？	10年前の自分に声をかけるとしたら、何と言いたいですか？	逆に、10年後の自分から「なぜあの時それを選んだの？」と聞かれるとしたら、それはどんな場面だと思いますか？	もし他の誰かにその言葉を贈るとしたら、誰に贈りますか？
将来、周囲の人にどのような人だったと覚えていてもらいたいですか？	なぜそう思うのですか？	その印象を残すために、これからどんなことを意識していますか？	過去に言われて嬉しかった印象や言葉はありますか？	「そうは思われたくない」と感じる人物像があるとしたら、それはどんな姿ですか？なぜそう思うのでしょうか？	もし今、周囲の人たちがあなたについて語っているとしたら、どんなふうに話してくれていると思いますか？



問い	詳しく聞く	未来について聞く	過去について聞く	逆説を聞く	仮説を聞く
20年後、世の中はどのようなになっていると思いますか？	その未来予測の根拠や理由を、もう少し詳しく教えてください。	その未来の中で、自分はどんな役割を果たしていきたいと思いますか？	10年前と比べて、世の中がどう変化したと感じていますか？	「20年後も変わっていないだろう」と思うことは何ですか？ それはなぜ変わらないと感じますか？	もしあなたが20年後の世の中をつくる責任を持っていたとしたら、どんな未来を実現したいと思いますか？
未来の自分から1つアドバイスをもらえるなら、どんな言葉を聞きたいですか？	なぜそのアドバイスが聞きたいのですか？	その言葉を受けて、これからどんな行動をとりたいと思いますか？	過去に誰かからもらった言葉で心に残っているものはありますか？	逆に、未来の自分から「そのままで大丈夫」と言われたとしたら、どんなことに安心できそうですか？	もし未来の自分が、今の自分の姿を“誇らしく思っている”としたら、その理由は何だと思えますか？
もし1億円が当たったら、どうしますか？	なぜそうしようと思ったのですか？	その使い方は、あなたの将来にどのような変化をもたらすそうですか？	子どもの頃、“大金を手にしたらかうしたい”と思っていたことはありますか？	お金があっても今と何も変わらないとしたら、それはなぜだと思えますか？	仮に、1億円をすべて寄付することになったら、どんな団体やテーマを選びますか？
もし願い事が叶うなら、どんなことを願いますか？	なぜその願いを選んだのか、その願いに込めた想いは何ですか？	願いが叶ったら何をしたいのですか？	その願いを抱いたきっかけは何ですか？	その願いが叶わなかった場合、どう向き合いますか？	もし“誰か他の人の願いを代わりに叶える”ことになったら、あなたは誰の、どんな願いを叶えたいのですか？
世の中にどのように貢献したいですか？	そう思うようになったきっかけはありますか？	5年後、どのような貢献をしている自分でありたいのですか？	これまでに誰かや社会に貢献できたと感じた経験はありますか？	「貢献しないでおこう」と感じたことがあるとすれば、それはどんな時ですか？	もし、これから一切世の中に貢献できないとしたら、あなたはどんな気持ちになりますか？

