

STARTUP

Work Life Values

© 2023 スタートアップポップコーン株式会社

本書の一部または全部を無断で複写・複製(コピー、スキャン、デジタル化等)・転載することは、法律で定められた場合を除き、禁止されています。また、購入者以外の第三者による本書のいかなる電子複製も一切認められておりません。
本書の内容の改変などを当社の許可なく行うことは禁止されています。
本書の内容に関しては、将来予告なく変更することがあります。

仕事の価値観

ワークブック

produced by
**STARTUP
POPCORN!!**

名前 _____

働く意味を考える。それは生きる意味を考えること。

みなさんはいつか社会に出て、それぞれ自分の希望した仕事につきます。
そんな少し先の自分をイメージして読んでみてください。

.....

ある晴れた日、あなたは仕事に向かう電車の中です。毎日9時の業務開始に間に合うように、いつものように家を7時30分に出ました。

会社に到着してあなたは、今日行う仕事の内容を確認して、業務に取り掛かります。昨日の業務の続きや、お客さんからの電話対応をしていると、外ではお昼のチャイムがなっています。あっという間にお昼の12時。これから1時間の休憩を使って、会社の人とランチに出かけます。

混み合う店内の中、最近の仕事の困った話や、上手くいった話をしました。
そんなひとときの休憩は終わり、午後の仕事がスタートします。

今日までに提出しなければいけない書類や提案書作成に終われ、気づけば夕方6時を迎え、キリの良いところで仕事を終えて、帰り支度をしました。

ふと時計を見ると6時30分。「今日も一日頑張った」今から家に帰ります。家までの道のりは、帰宅ラッシュで電車もいっぱい。1本遅い電車に乗り、近くのスーパーで今日の晩ご飯の材料を買って、家に帰り着いたのは夜8時を回ったところ。

すぐにご飯の準備に取り掛かり、簡単に食事を済ませて時計を見ると、もう時間は9時。「早くお風呂に入って、寝ないと明日は6時30分に起きれない」

夜眠りに着くときにふと、今日の1日を振り返ったときに「自分の人生のほとんどの時間は仕事だな」と思った。

.....

人生はあっという間です。何のために働いて、何のために生きていくのか。
自分の人生をじっくりと考えてみましょう。

◆仕事の価値観カードゲームの目的◆

このゲームは参加者が自分の大切な価値観に気づくことができるゲームです。みんな「こんな風に生きていきたい」「こんな人生だったら幸せ」という理想の姿というものがあります。

ゲーム内での対話(自分の気持ちを話す)を通して、そんな軸を見つけることが出来ればと思っています。

◆自分の価値観を見つけるために◆

発表者が自分の気持ちを話している時は積極的に質問しましょう。質問のポイントは以下の通りです。(全てのカードに当てはまるわけではありません。)

- どうしてそう思ったのかを聴く
- そうなることでどうなりたいのかを聴く
- どうすればそうなれそうかを聴く
- どれくらい出来れば満足できるのかを聴く

◆聴く人の心がけ◆

このゲームは対話を通して【自分自身で気付く】ことが大切です。答えは自分自身の中にあるので、答えを教えるのではなく、共感してあげることが大切です。



1番目に大切な価値観カード(A-1)

どうしてそれが大切なのか理由を教えて!

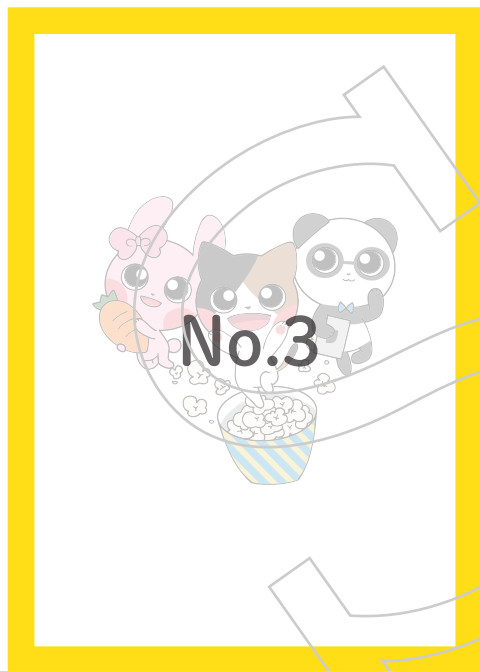
Large dashed rectangular box for writing the reason for the first value card.



2番目に大切な価値観カード(A-2)

どうしてそれが大切なのか理由を教えて!

Large dashed rectangular box for writing the reason for the second value card.



3番目に大切な価値観カード(A-3)

どうしてそれが大切なのか理由を教えて!

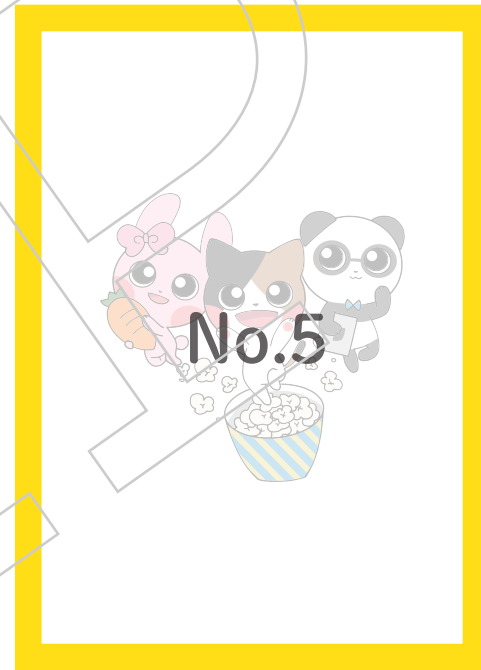
Large dashed rectangular box for writing the reason for the third value card.



4番目に大切な価値観カード(A-4)

どうしてそれが大切なのか理由を教えて!

Large dashed rectangular box for writing the reason for the fourth value card.



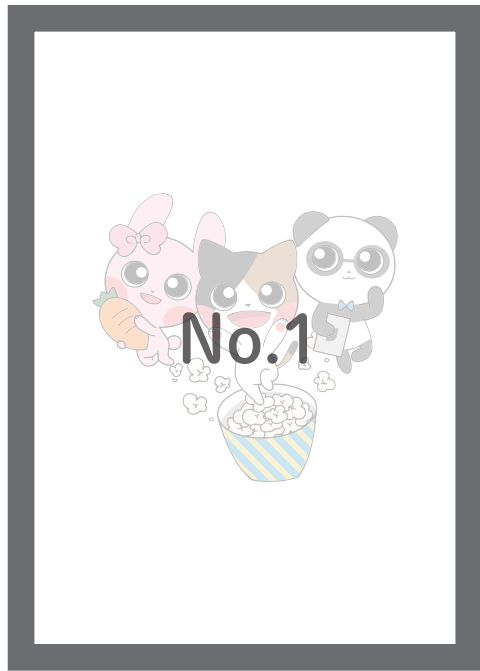
5番目に大切な価値観カード(A-5)

どうしてそれが大切なのか理由を教えて!

Large dashed rectangular box for writing the reason for the fifth value card.

振り返りメモ

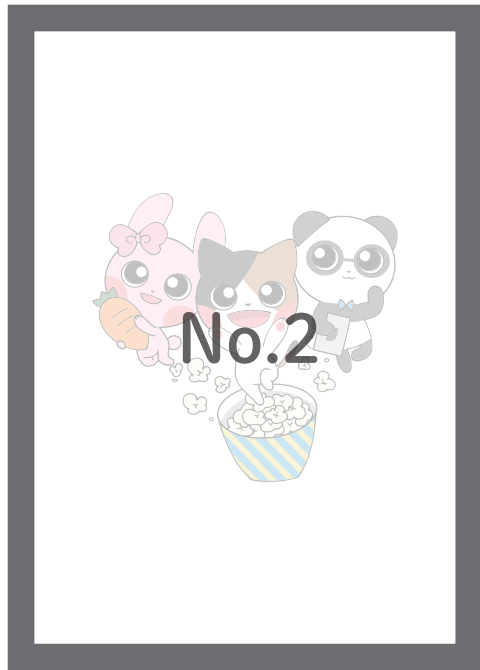
Four horizontal dashed lines for a reflection memo.



1番目に大切ではない価値観カード(B-1)

どうしてそれが大切ではないのか理由を教えてください！

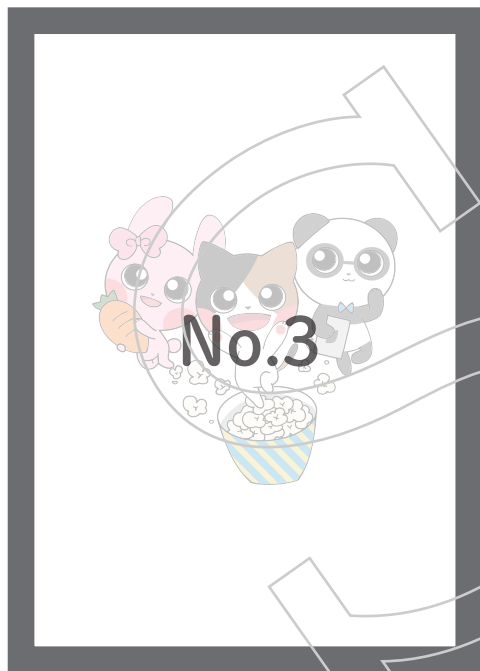
A large dashed rectangular box for writing the reason why the value is not important.



2番目に大切ではない価値観カード(B-2)

どうしてそれが大切ではないのか理由を教えてください！

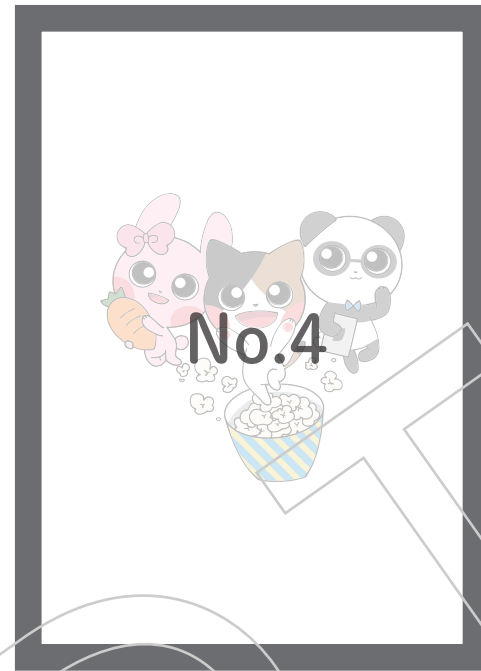
A large dashed rectangular box for writing the reason why the value is not important.



3番目に大切ではない価値観カード(B-3)

どうしてそれが大切ではないのか理由を教えてください！

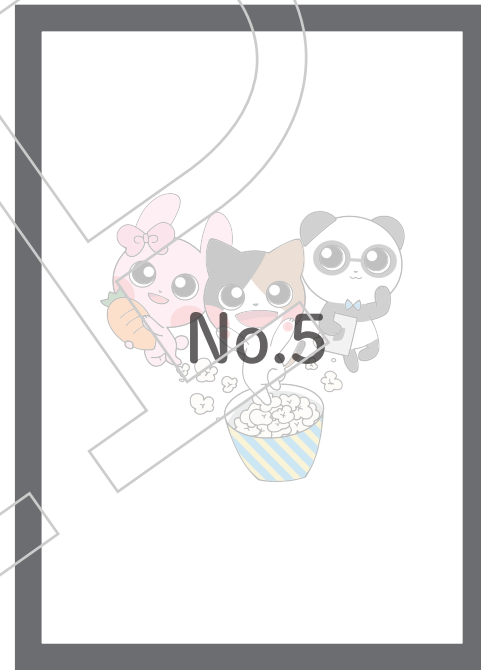
A large dashed rectangular box for writing the reason why the value is not important.



4番目に大切ではない価値観カード(B-4)

どうしてそれが大切ではないのか理由を教えてください！

A large dashed rectangular box for writing the reason why the value is not important.



5番目に大切ではない価値観カード(B-5)

どうしてそれが大切ではないのか理由を教えてください！

A large dashed rectangular box for writing the reason why the value is not important.

振り返りメモ

Four horizontal dashed lines for writing a reflection memo.

自分にとって大切なもののエリア



A-1



A-2



A-3



A-4



A-5



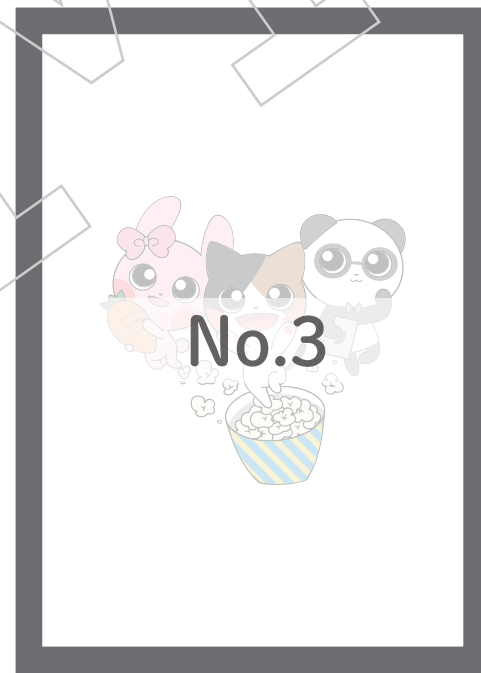
自分にとって大切ではないもののエリア



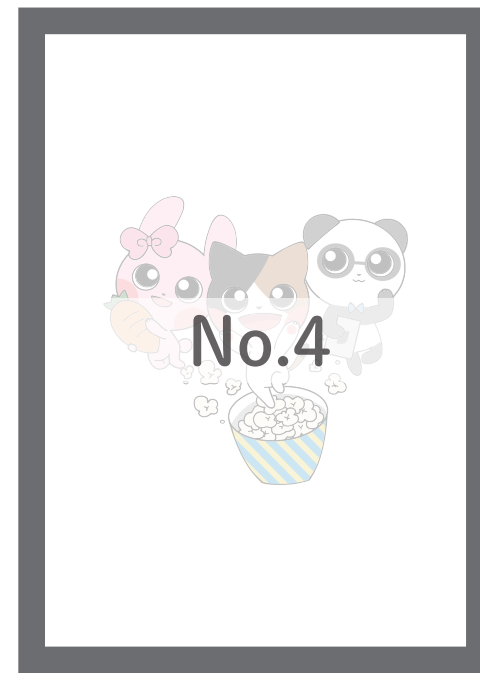
B-1



B-2



B-3



B-4



B-5



他の人の話を聞いて印象的だった価値観を教えてください。

自分の価値観で特徴的だったと感じるものを教えてください。

このワークショップの感想を教えてください。

これからどのようなことを大切に生きていきたいですか？

Life is Beautiful.

-泣いたり笑ったりするから人生は美しい-

.....

人はみんな生まれる時、自分で決めた何かの役目を持って生まれてくるんだって。

ぼくは人の未来を良くするために生まれてきたんだと思う。

きみは何のために生まれてきたんだと思う？

人生でその答えを見つけることができたなら、それはきっと、とても幸せなことだと思うよ。

「私は _____
のために生まれてきたんだと思う」

それはとても素敵だね。きみにしか出来ない、大切なきみが生きていく理由だよ。