



仕事を通して理想の生き方を  
創りたい人のための  
自己分析



こんなお悩み  
ないですか？

転職するのもいいかなと思っているけど、  
「この仕事がしたい！」「この業界に行きたい！」  
というものは具体的には思い浮かばない。  
決められていない。



こんなお悩み  
ないですか？

副業に興味があって資格講座に通って資格を取って  
SNSで発信してるけど、中々集客に繋がらない。  
ただでさえ会社員としての仕事もあるから、  
副業に使える時間が限られる。  
何のために副業してるのかわからなくなってきた。



# こんなお悩み ないですか？

起業して頑張ってきて収入は安定した。  
この次のステップをどうするか、自分はどの方向に行きたいのか、中々決められなくてズルズル現状維持が1年以上続いてしまっている。

現状がまだ理想の状態でないことはわかるけど、  
かと言って理想の状態がどんな状態なのかはわからない  
orわかるけどどうやって実現させるのかはわからない

ほとんどの人の悩みはこの状態

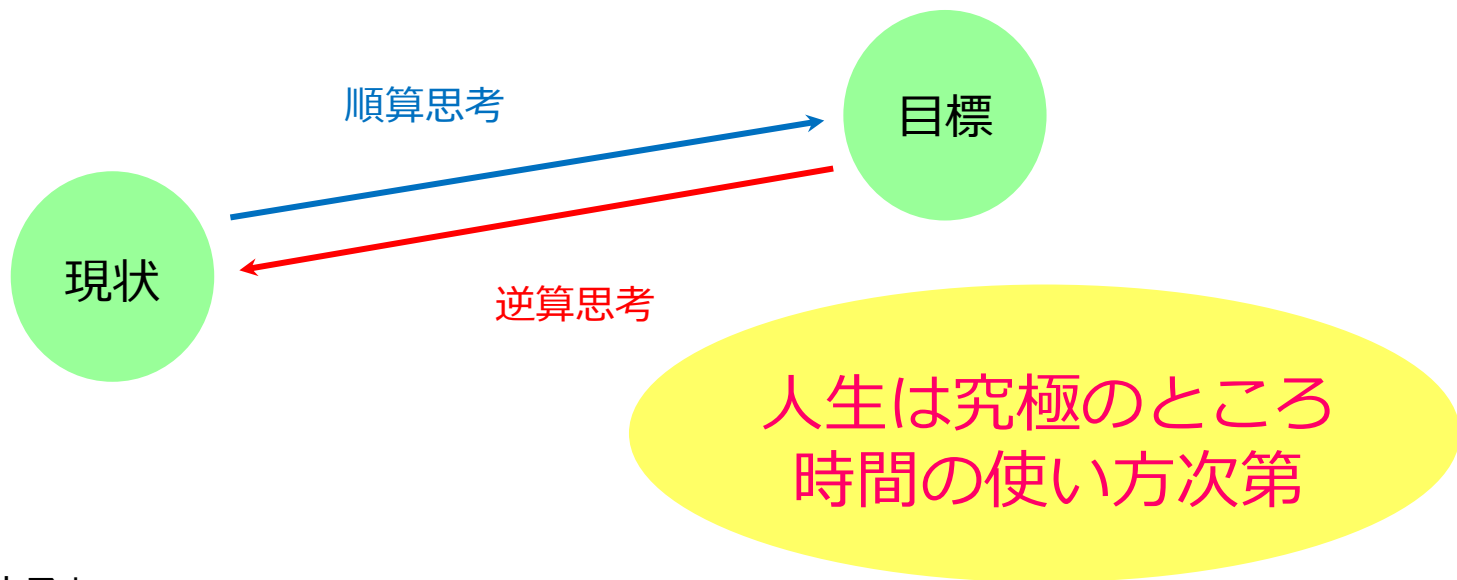


# この状況を打破するために何が必要か？

現状がまだ理想の状態でないことはわかるけど、  
かと言って理想の状態がどんな状態なのかはわからない  
orわかるけどどうやって実現させるのかはわからない

目標から逆算して  
行動すること

# 理想の生き方を創るためになぜ**逆算思考**が必要なのか？



## ●2種類の「行動する」

- ①「言われたことをやる」「自分にできそうなこと・興味があることをやる」「ご縁のあったことをやる」「考えることに行き詰ったからとりあえず日々の仕事をする」という意味
- ②「理想の状態を実現させるためには逆算すると今はこれをやる必要がある」という意味

# パフォーマンスが高い人ほど逆算する

パフォーマンスが高い人ほど逆算し、パフォーマンスが低い人ほど逆算しない。

集客力が高い人ほど逆算する。低い人ほど逆算しない。



来月の集客、売上、どういう見込みですか？

逆算して考えて行動していないと、  
この質問には答えられない。

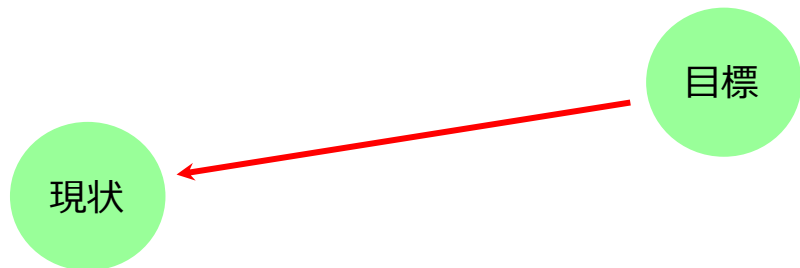
曖昧な逆算は  
曖昧な行動を生み出す。

# 理想の生き方を創るためになぜ自己分析が必要なのか？

## 逆算思考

【逆算思考で理想を実現するためにやること】

- ①目標を決める →自己分析が必要
- ②現状を把握する →自己分析が必要
- ③課題・やるべきことを洗い出す
- ④何をいつまでにやるかスケジュールを決める
- ⑤取り掛かる。PDCAを繰り返す。



多くの人が目標も曖昧。  
現状の把握も曖昧。



ここをハッキリさせる作業は地味すぎて  
ストレスがかかる。やる気が起きない。  
逆算するのが面倒で  
順算思考で行動に出ちゃう。



# 逆算思考のための自己分析ワーク①

- ・あなたが仕事を通して創りたい理想の状態はどんな状態ですか？
- ・月にどれくらい収入がほしいですか？
- ・どんな人たちと生きていきたいですか？
- ・どんな人たちと働きたいですか？

etc.

※ワークシートをご覧ください。

隣の方とシェア&質問してみてください。

- ①理想の状態について（どんな人生にしたいか、いつまでに実現したいのか）
- ②なぜその目標なのか
- ③その目標実現のためにこれからどんな流れで何をしていくのか

# 自己分析だけでは適切な目標設定はできない

情報収集・数字の確認が必ず必要

これをやらないと**判断基準**が決められない。

これをしないと絵に描いた餅な目標になる。  
ずっと迷ったり悩む状態が続く。

自分の価値観、性格、今までやってきたこと、  
気持ちの部分だけ自己分析して  
「たった1つの私の答え」  
を見つけ出そうとしていませんか？

# まとめ

仕事を通して理想の生き方を実現する方法



逆算思考で行動する。  
そのために自己分析する。

情報収集・数字の確認が必須。

最後に

私たちの可能性はこんなもんじゃない。



「仕事を通して**理想の生き方**を創りたい人  
のための**自己分析**」セミナー

- FIN -

