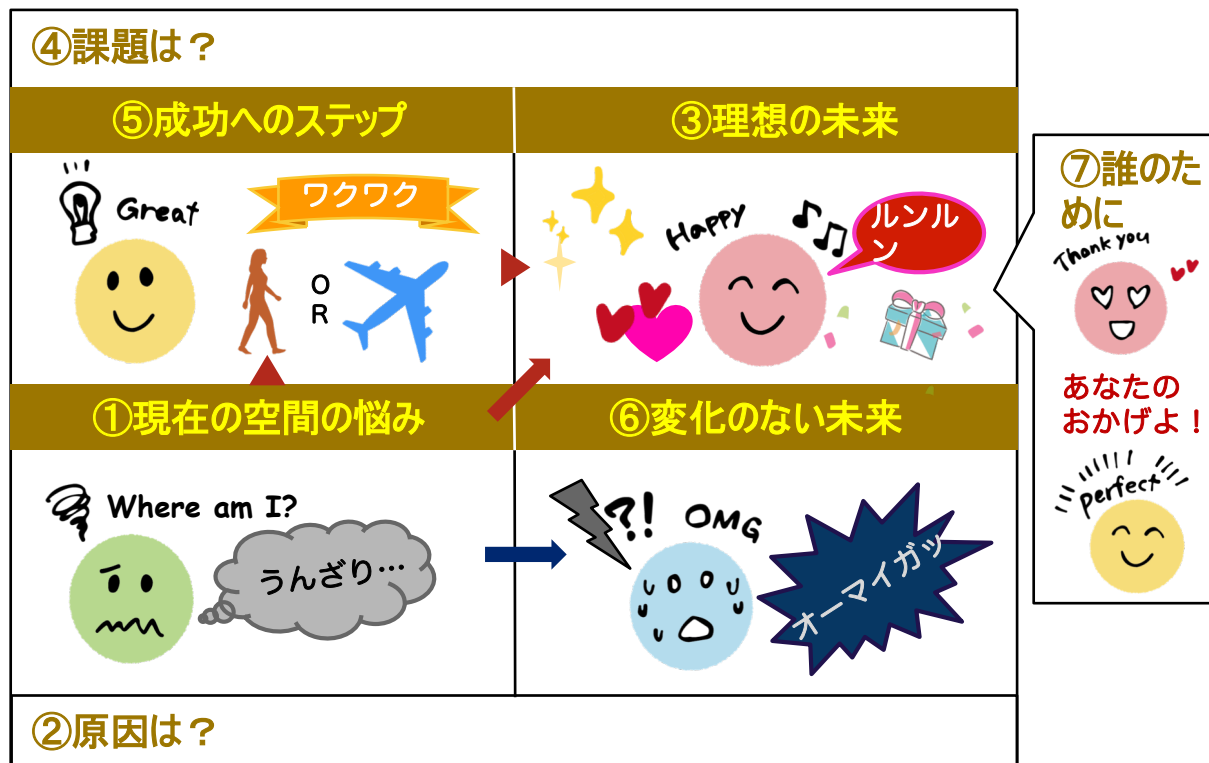


QOL向上Happyストーリーシート (見本)

イメージ＋感情＋言葉で考えてみましょう



【質問】

①【悩み】 家についての悩み、困っていることは何ですか？ 不安なこと、イライラしていること。感情、セリフを書きましょう。

②【原因】 玄関の空間分析の結果、あなたの空間の悩みの原因は何でしたか？ 原因がわかって、どんな気持ちですか？ 感情とセリフを書きましょう。

③【理想】 理想の家は、どんな空間ですか？ 「理想の家」実現シートのポイントを、感情、セリフも一緒に書きましょう。あなたが、理想の未来を手に入れる最大のメリットは？

④【課題(状態)】 玄関の風水空間分析ワークの実践結果から、あなたの空間の課題は何でしたか？ 現状と理想の未来の「ギャップ」を書きましょう。理想の未来へたどり着くために、必要なものは何ですか？

⑤【成功へのステップ(行動)】 あなたの「理想の家」を、心の幸福が得られる、氣の流れの整ったQOLの高い美しい空間にするためには、この先、どんなことを実行すればいいですか？ ワクワクする成功へのステップとなる「行動」をイメージし、感情、セリフも書きましょう。

⑥【変化のない未来】 ③の未来を手に入れることができなかつたら、あなたにどんなデメリットがありますか？ どんなチャンスや豊かさを失いますか？ その時どんな気持ちか、感情、セリフを書きましょう。

⑦【つながりの幸福】 ③の未来を手に入れて、誰をHappyにしたいですか？ 誰に、どんな気持ちで、どんな言葉を伝えたい？ 誰から、どんな言葉があなたに贈らていますか？ あなたはそれを聞いて、どんな気持ちですか？ あなたの人生のストーリーを突き動かしている理由を、感情、セリフを含めて書いてみましょう。

QOL向上Happyストーリーシート

④課題は？		⑦誰のために
⑤成功へのステップ	③理想の未来	
①現在の空間の悩み	⑥変化のない未来	
②原因は？		