



お名前：

記入日

ハプロ：

ワークの目的

やる気が起きない場面、原因を探り、ハプロらしさとハプロらしい解決法を見出す

あなたが、やる気が起きないのは

1

どんなとき？



2

どんなことに対して？



3

原因はなんだと思う？



4

やる気を出すため、または行動を起こすためにやっていることは？(あれば)



5

1-4を通して考えてみて、どうやったら「やる気が出そう？」or「行動を起こせそう？」

6

ここがハプロらしいと思ったポイントは？



グループトークでのフォーマット

グループトークでは、ご自身の「整理や発見につながった項目」をお一つ選んでシェアしてもらいます

私の整理・発見につながったのは、項目 [] です。(お一つだけ選んでください)

書いた内容は、_____です。