

「今の自分マップ」と「未来の自分マップ」

- 1 今の自分の3つの場所について考えましょう。それを、「今の自分マップ」(図)に表してみましょう。
- 2 そして、これから自分がしたいと思うこと、やりたいと思うことについて、「未来の自分マップ」にしてみましょう。

