

「ありがとう」と言ってもらえたことを思い出そうシート

風	水	地	火	総合
△	○	◎	○	

特に「地」の人の才能開花や起業のコンテンツ作りには、これまで実際に誰かに感謝されたことにフォーカスすることが大切になります。「ありがとう」と言ってもらえた時のことを思い出してみてください。

◇「いつ」「誰に」「どんなこと」で言ってもらったかを書き出してください。

まず、概ね過去1年以内に言われた「印象的な出来事」からピックアップし、あまり思いつかない場合は、ここ最近言われた何気ないことを思い出してください。

No.	いつのこと？	誰に言ってもらった？	何をして、どんなことで言ってもらった？
1			
2			
3			
4			
5			
6			
7			
8			
9			
10			

「ありがとう」と言ってもらえる出来事や、言ってくれる相手の共通点は何か見つかりますか？
 (例: 何気なく助けてあげた時の方が言われやすい、友達より家族の方が言ってくれる、等)