人生で本当にやりたいことを見つける

才能発見ワークショップ

Vol.4 憧れ編(全5回)

～人の役に立てる強みを見つけよう～

焚き火たかじ

©焚き火たかじ

3

S	M	T	W	T	F	S
27	28	1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31	1	2

2022 4 April

5

S	M	T	W	T	F	S
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31	1	2	3	4

Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
27 第4回	28	29	30 20時～ 第1回	31	1	2
3	4	5 第4回	6	7	8	9
10 第5回	11	12	13 20時～ 第2回	14 20時～ 第1回	15	16
17	18	19	20	21	22 第5回	23
24 授与式	25	26	27 20時～ 第3回	28 20時～ 第2回	29	30

4

S	M	T	W	T	F	S
27	28	29	30	31	1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

2021 5 May

6

S	M	T	W	T	F	S
29	30	31	1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	1	2

Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11 20時～ 第4回	12 20時～ 第3回	13 資格 授与式	14
15	16	17	18	19	20	21
22 Love 注入編	23	24	25 20時～ 第5回	26 20時～ 第4回	27	28
29	30	31	1	2	3	4

5

S	M	T	W	T	F	S
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31	1	2	3	4

2022 6 June

7

S	M	T	W	T	F	S
26	27	28	29	30	1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
29	30	31	1	2	3	4
5 資格 授与式	6	7	8	9 20時～ 第5回	10 Love 注入編	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	1	2

資格認定証：才能アドバイザー

坂田 卓哉様

あなたは一般社団法人日本ファーストコーチ普及協会の「才能アドバイザー認定プログラム」を修了されました。規定に基づき、才能アドバイザーに認定します。

「好き＆得意」な才能

わかりやすく伝える 数学 癒す
準備 笑顔 話を聴く 心理学 工夫
気づかい 愛をもって叱る 工作
感情移入

「自分軸」な才能

目の輝きと心のエネルギー

「他人軸」な才能

ありのままの自分を封印
他人が怖い　他人ファースト

一般社団法人日本ファーストコーチ普及協会　代表理事 高比良純　2022年4月24日

たかじの約束

受けてくれた人全員、
才能が見つかるまで付き合います。
（あなたが「もうイヤ」といわない限り）

自分軸ってなんぞや？

自分軸とは…

あなたにとって
大切な価値観のこと

自分軸とは…

あなた自身が
幸せになる方法です

あなたが誰かを
幸せにする方法です

自分軸とは…

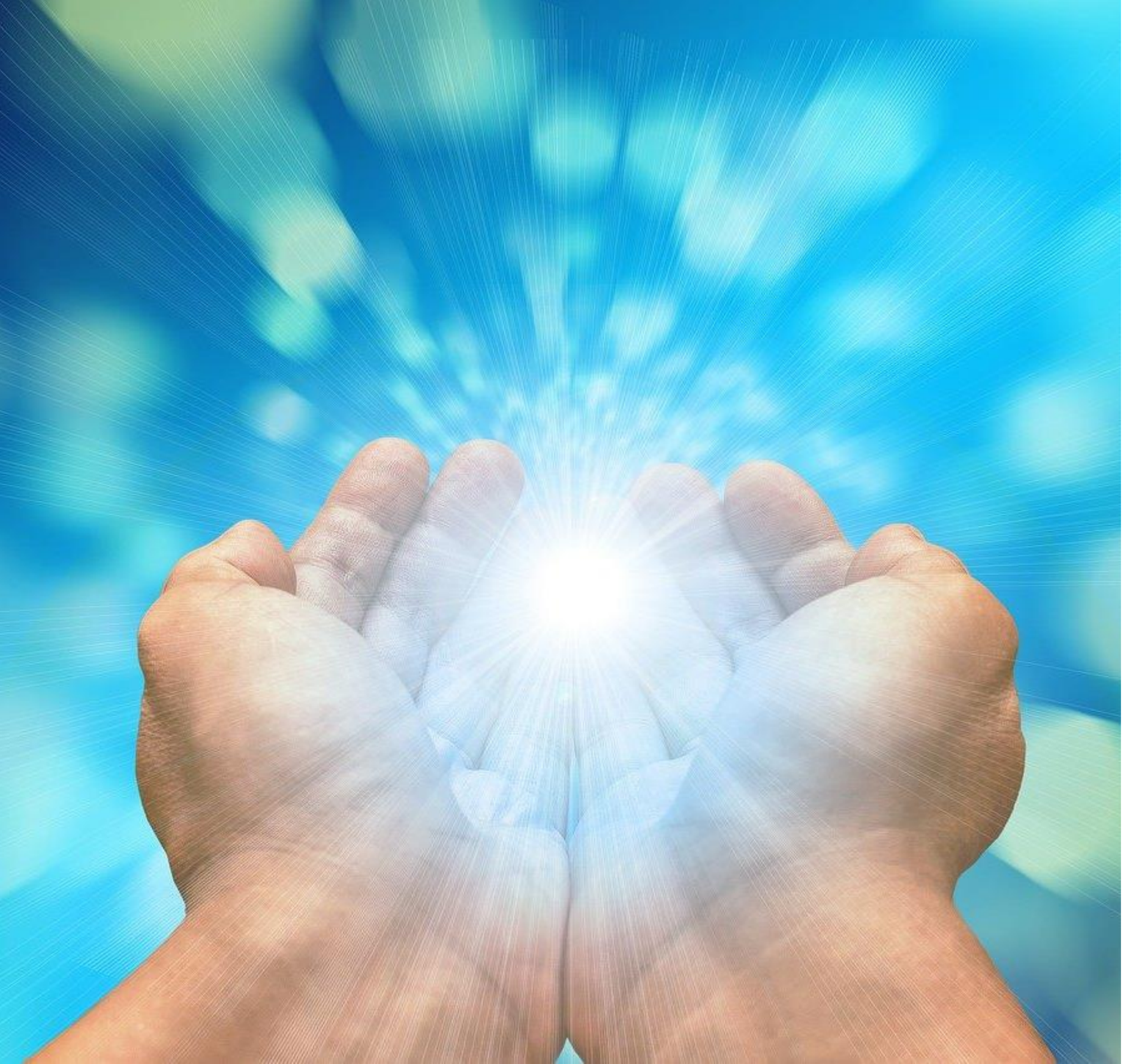
わたしは人生で
コレがしたいの！！

わたしは
この山に登るの！！

自分軸とは…

こういう言い方も

- ビジョン
- ミッション
- 理念
- 信念
- 志
- コアコンセプト
- 座右の銘



自分軸とは…

あなたがいちばん
力を発揮する方向性

自分軸とは…

だいたい、変わってるもの

例）
人の才能を見つけ、輝かせる
人を安心させる、ホッとさせる
非常識で前例がないことをやる
誰にも依存しない、自由と自立
対立を解消して、一つに結ぶ
日の当たらないものを愛する

自分軸とは…

なかなか
見つからないことも…

自分軸とは…

必ず感情とセット。

だから振り返りたくないことも…。

結局自分軸ってなんぞや？

自分軸とは…

あなたにとって
大切な価値観のこと

自分軸キーワードの選び方

©焚き火たかじ

自分軸選び方

「そうそう！
それが大事なの」

納得感がある

自分軸選び方

「それを
大切にしてる
自分がいた！」

腑に落ちる

自分軸選び方

「人が見つけて
くれたから」

見つけたキーワード、
全部が自分軸とは
限らない

自分軸を見つけると…

©焚きしたかC

ピッタリの仕事・働き方

©焚き火たかじ

©焚き火だかじ

時間を忘れるほど夢中で

結果が出て

©焚き火たかじ

同志、ソウルメイトに出会い

©焚き火たかじ

自分に合った、人生の選択ができる

©焚き火たかじ

自分軸が見つからない。。。

だって、今までうまくいってないから。という人はもしかしたら…

手段×

自分軸〇

自分軸はあってたけど、
手段が間違っててうまくいかなかったパターン

山中伸弥教授の場合

©元さん たかじ

才能リスト

記入日：

好き＆得意
（手段）

自分軸
（方向性）

父を救いたい

病気の人を治したい

才能リスト

記入日：

好き＆得意
（手段）

理系・勉強
→医学部

自分軸
（方向性）

父を救いたい
病気の人を治したい

才能リスト

記入日：

好き＆得意（手段）	自分軸（方向性）
理系・勉強	父を救いたい
→医学部	病気の人を治したい
→整形外科	
臨床医として手術	

才能リスト

記入日：

好き＆得意（手段）	自分軸（方向性）
理系・勉強	父を救いたい
→医学部	病気の人を治したい
→整形外科	
臨床医として手術	
→下手すぎて	
ジャマナカ呼ばわり	

才能リスト

記入日：

好き＆得意（手段）	自分軸（方向性）
理系・勉強	父を救いたい
→医学部	病気の人を治したい
→整形外科	→医者に
臨床医として手術	向いてない？
→下手すぎて	と考えても
ジャマナカ呼ばわり	おかしくない

才能リスト

記入日：

好き＆得意（手段）	自分軸（方向性）
理系・勉強	父を救いたい
→医学部	病気の人を治したい
→整形外科	
臨床医として手術	
→下手すぎて	
ジャマナカ呼ばわり	

才能リスト

記入日：

好き＆得意（手段）	自分軸（方向性）
理系・勉強	父を救いたい
→医学部	病気の人を治したい
→整形外科	
臨床医として手術	
→下手すぎて	
ジャマナカ呼ばわり	
→基礎研究に	

才能リスト

記入日：

好き＆得意（手段）	自分軸（方向性）
理系・勉強	父を救いたい
→医学部	病気の人を治したい
→整形外科	
臨床医として手術	
→下手すぎて	
ジャマナカ呼ばわり	
→基礎研究に	
→iPS細胞を発見	

山中氏にノーベル賞

ノーベル賞

■ 医学生理学賞 ■

iPS細胞開発、京

神大出身 再生医

©焚き火たかじ

「過去に失敗したから自分軸じゃない」
はマチガイ

©焚き火たかじ

才能発見ワーク（憧れ編）

Q1.あなたがマネしたい、憧れている、尊敬している人物を5人あげてください

（家族、友人、先生、上司など、実際に知っている人）

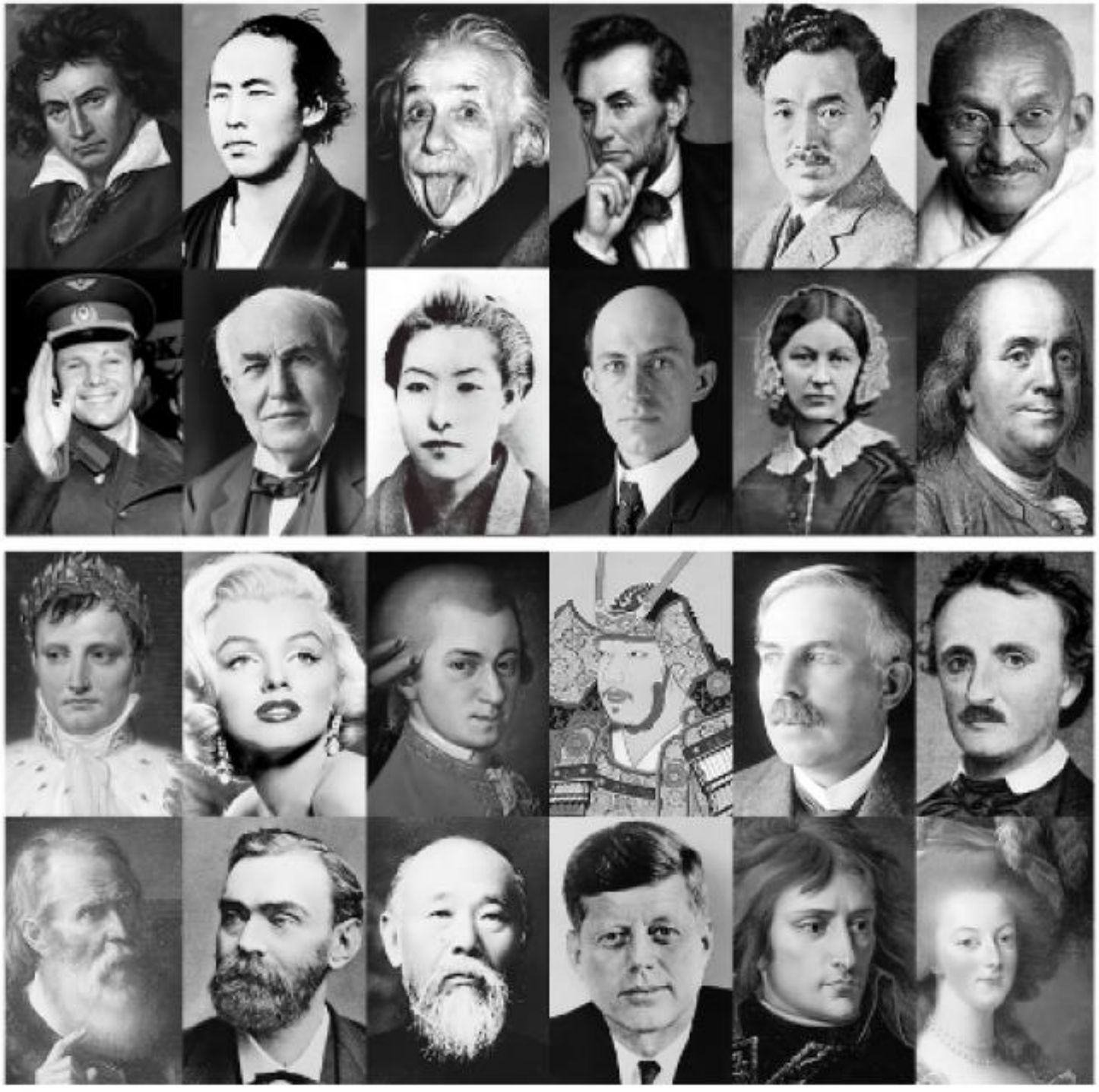
Ｑ２.あなたがマネしたい、憧れている、尊敬している人物を5人あげてください

（歴史上の人物、有名人など）

憧れや尊敬は
あなたの素質です

共通点の中に
あなたの自分軸
があります

- ポイント
- 要素
- キーワード



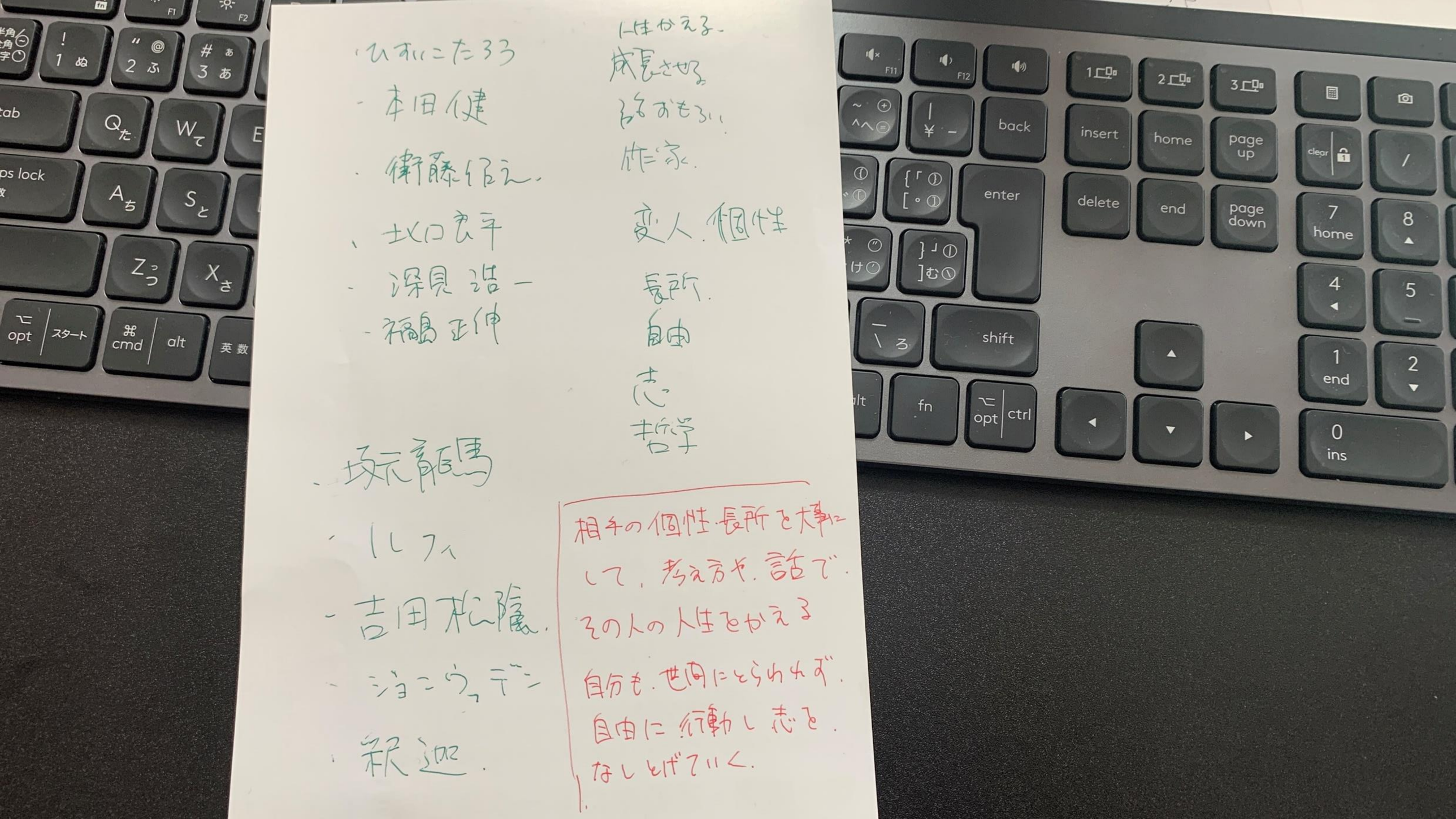
Q3.10人の共通点はなんですか？要素をいくつかピックアップしてみましょう。

（2人以上に共通していること。
全員に共通してなくてOK）

（10分）

Ｑ４.要素を組み合わせて、文章にしてみよう

（5分）



・ひすいこたろう
・本田健
・衛藤信之
・北口良平
・深見浩一
・福島正伸

・坂元龍馬
・ルフィ
・吉田松陰
・ジョンウッデン
・釈迦

人生かえる
成長させる
話おもろい
作家
変人 個性
長所
自由
志
哲学

相手の個性・長所を大事にして、考え方や、話で、その人の人生をかえる
自分も、世間にとらわれず、自由に行動し志をなしとげていく。

Q５.自分軸の説明文とキャッチコピーを見直して、てこ入れしてみましょう

（時間があるようなら、次のワークと合わせて見直す）

シェアタイム

自分の10人ワークについてペアに発表しましょう

（3分×2）

©焚き火たかじ

才能発見ワーク（ラブ注入編）

準備1.子供時代、思春期、青年期、それぞれで好きだったものを全て思い出してください

（楽しんだものは何でもOK！3つ以上思い出してください）

（3分）

準備2.その中から、ピックアップするものを3つ決めてください

（時間の都合上なので、5つぐらいあってもOK）

（1分）

Q1.好きなこと1つにつき、1ページ使います。真ん中の上に好きな事を書いてください

（次のページに実際の例 3ページになるはず）

（1分）

① 三二四馬匹

Q2.好きな事の左の余白に、このことで一番好きだった点を書いてください

（なぜ好きだったの？深く聞いてください×３）

(3分)

① ミニ四馬区

(改造、パワーアップ、
オリジナル、好き勝手、
競争、研究できる。)

②

研究しながら、
好き勝手、オリジナルに改造できる

Q3.好きな事の右の余白に、浮かび上がったテーマを書いてください

（好きなものには、必ず理由・目的がある×３）

(3分)

① ミニ四馬区

(改造、パワーアップ、
オリジナル、好き勝手
競争、研究できる。)

② 研究しながら、
好き勝手、オリジナルに改造できる

③ 成長
オリジナリティ、
楽しむ、人と同じ×

Q4.好きな事だけを一生かけて集中し、職業にしていたら？その職業であっという間にトップになったとしたら、どんな結末？

（×3）

(3分空想)

① ミニ四馬区

② 研究しながら、
好き勝手、オリジナルに改造できる

（改造、パワーアップ、
オリジナル、好き勝手
競争、研究できる。）

③ 成長
オリジナリティ
楽しむ、人と同じ×

④ 世界一の
メカニック ×
（そんな技術テのプロは
しんどいからイヤ）

改造テクを広めて、
ユーザーを楽しませる、
改造コーチ、田宮のまえちゃん

Q5.その左に、その空想で一番好きだった点を書いてください

（×3）

(3分空想)

① ミニ四馬区

(改造、パワーアップ、オリジナル、好き勝手、競争、研究できる。)

②

研究しながら、好き勝手、オリジナルに改造できる

③

成長

オリジナリティ

楽しむ、人と同じ×

④ 世界一の

メカニック ×

(そんな技術テのプロはしんどいからイヤ)

⑥

改造テクを広めて、

ユーザーを楽しませる、

改造コーチ、田宮のまえちゃん

みんなが楽しくなり、

個性を発光軍して、⑤

いろんなキャラが生まれる。

Q6.右の余白に、新しいテーマが見えたら書いてください

（×３）

(3分)

① ミニ四駆

(改造、パーツ、オリジナル、好き勝手、競争、研究できる)

② 研究しながら、好き勝手、オリジナルに改造できる

③ 成長
オリジナリティ
楽しむ、人と同じ×

④ 世界一のメカニック×
(そんな技術のプロはしんどいからイヤ)

⑤ みんなが楽しくなり、個性を発揮して、いろんなキャラが生まれる。

⑥ 個性発揮
シナジー
化学変化

改造テクを広めて、ユーザーを楽しませる、改造コーチ、田宮のまえちゃん

シェアタイム

ラブ注入編のワークを行った感想をシェアしましょう。

(5分×3)

©焚き火たかじ

Q7.自分軸の説明文とキャッチコピーを見直して、てこ入れしてみましょう

才能の磨き方

©焚き火たかじ

才能の３つの磨き方

才能に投資する

応援しあう仲間を作る

師匠(メンター）をもつ

©焚き火たかじ

１．才能に投資する

時間を投資する

お金を投資する

（才能の磨き方）

1万時間の法則

byアンダース・エリクソン
（アメリカの心理学者）

1日3時間

10年間

©焚き火たかじ

10,000時間
（1流）

（才能の磨き方）

才能に投資する目安

時間を投資する

1日3時間

お金を投資する

収入の12.5%
（400万円なら50万円）
（200万円なら25万円）

時間が取れない人は
仕事の中で才能を磨く

武田双雲に学ぶ、
仕事をしながらできる才能磨きとは？

（才能の磨き方）

２．応援しあう仲間

©焚き火たかじ

“

早く行きたければ一人で行け、遠くへ行きたければみんなで行け

©焚き火たかじ

アフリカのことわざ

（才能の磨き方）

変わっちゃう

人付き合い

お金の使い方

時間の使い方

3．師匠（メンター）

自分のちょっと先を行く先輩・先生
とんでもない人・有名人である必要なし

©焚き火たかじ

師匠（メンター）の持ち方

本を読む

本で師匠になってもらう
感想を送る

会える機会に行く

講演会・交流会など
ぜったい1番に質問する

お手伝いをする

カバン持ち、その人が困ってる
、喜ぶことをかってでる

©焚き火たかじ

磨く才能の選び方

©焚き火たかじ

磨く才能の3つの選び方

夢や目標、自分軸
と結びつけやすいもの

誰かに求められる

仲間・師匠に相談する

©焚き火たかじ

いきなり
高い目標はいらない

頑張る×　　→続ける〇
凄い事×　　→小さなこと〇
落ち込む×　→もう一度やる〇

©焚き火たかじ

ピボットが大事

両足をいきなり突っ込まない。
動かしてもいい片足で踏み込んでみる。

©焚き火たかじ

ここでクイズです

「世の中に絶対はない」といいますが、
一つだけ絶対はあります。さて、なんでしょう？

ぼく達は
必ず死ぬ

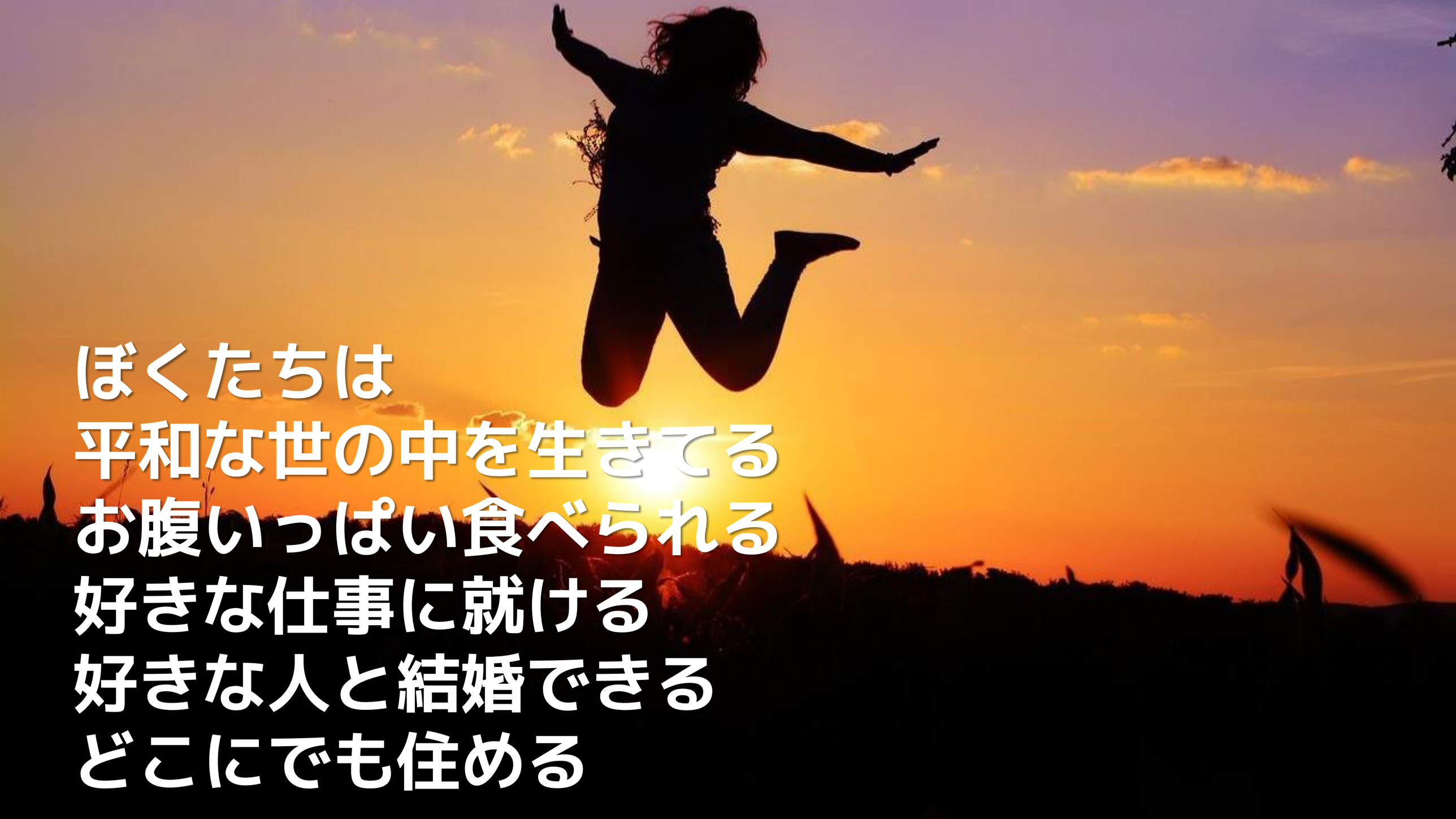
必ず死ぬと覚悟して
全力で生きること

＝必死

あなたが一番輝いて
あなたが一番役に立って
あなたが一番幸せな
人生をおくりませんか？

なんとなく生きるなんて
なんてもったいない！！！

ぼくたちが生きている今日は、
ぼくたちの先祖が、子孫の為に。
と残してくれた世界。


ぼくたちは
平和な世の中を生きてる
お腹いっぱい食べられる
好きな仕事に就ける
好きな人と結婚できる
どこにでも住める

自分らしく生きることが
最大限のご先祖さま孝行

１．まずは自分を知ること

２．才能を磨くこと

３．才能を分かち合う（発揮する）こと

４．仲間と励まし合うこと

５．師匠をもつこと

あなただけの人生を！

“

あなたが生まれた時、
あなたは泣いていて周りの人たちは笑っていたでしょう。

だから、いつかあなたが死ぬとき、
あなたが笑っていて周りの人たちが泣いている。

そんな人生を送りなさい。

ネイティブアメリカンの言葉

あと一歩だけ
前に進もう

写真を
撮りましょう

顔出し＆タグ付けNGの人は顔を隠してください。
何かで公開するとき、名前は消しておきます。

ありがとうございました！
アンケートをお願いします！