

## M9notes ワークシート

### ルール

- 正方形には1語か2語の文法無視のフレーズでOK
- 正方形は全部埋めなくてもOK
- 字はきたなくてOK

### プログラム1

- ① 真ん中の正方形にテーマを書いてください。(やりたいこと、目指すこと、実現したいこと など)
- ② 「どうすれば真ん中に書いたことを実現できるか」を正方形全体をながめて考えてください。
- ③ 頭に浮かんだことをまわりの正方形に書いてください。
- ④ 正方形全体をながめてもっと考えてください。
- ⑤ 頭に浮かんだことを正方形に書いてください。(正方形が足りない場合は余白を使います)
- ⑥ 3～4を繰り返します。
- ⑦ 自分はどうすればいいのかわかってくるでしょう。

⑤-2	③-3	⑤-3
③-2	①	③-4
⑤-1	③-1	⑤-4

### プログラム2

- ① 左の3×3の正方形の真ん中のフレーズを転記(コピー)します。
- ② 左の3×3の正方形のまわりを書いてあるフレーズを転記(コピー)します。※8か所
- ③ 3×3×3(81グリッド)の正方形全体をながめて「どうすれば真ん中に書いたことを実現できるか」を考えてください。
- ④ 頭に浮かんだことをまわりの正方形に書いてください。(どこの正方形から書いてもOK)
- ⑤ 正方形全体をながめてもっと考えてください。
- ⑥ 頭に浮かんだこと、ひらめいたこと、気づいたことを正方形に書いてください。(正方形が足りない場合は余白を使います)
- ⑦ 5～6を繰り返します。
- ⑧ 自分はどうすればいいのか、さらに深く、細かくわかってくるでしょう。

	⑤-2			③-3				⑤-3	
			⑤-2	③-3	⑤-3				
	③-2		③-2	①	③-4			③-4	
			⑤-1	③-1	⑤-4				
	⑤-1			③-1				⑤-4	

