



# 選ばれる理由を言語化するための 「人格設計」ワークシート

## このワークの目的

このワークシートは、

**“自分は何者で、どんな価値観で、  
誰に何を届ける人なのか”**

を言語化するためのものです。

ノウハウやテクニック以前に、  
ここが曖昧なままだと発信ってブレやすくなるんですよ。

逆に、ここが固まると

- ・ 文章に一貫性が生まれる
- ・ 比較競争の土俵から降りられる
- ・ 「この人から買いたい」が自然に起きる

という状態を作れます。

- ① 価値観・こだわり・本音
- ② 原体験・過去・ストーリー
- ③ 思考プロセス・判断基準
- ④ 解釈のフィルター(独自視点)
- ⑤ スタンス・立ち位置

この「5つ」の切り口をもとに  
言語化していきましょう。

それでは以下からどうぞ。

## ① 価値観・こだわり・本音

### # 用語の説明

発信、行動、判断の根っこにあるもの。

- ・何を大事にしているか
- ・何がどうしても許せないか
- ・本当はどう生きたいのか

など。

### # この切り口の目的

- ・発信に一貫性を持たせる
- ・判断基準を明確にする
- ・「この人らしさ」を作る

**Q1. 人生全般(お金、時間、働き方、人間関係など)で望むことは？**

**Q2. 譲れないことは？こだわりは？大事にしてる考え方は？**

**Q3. 世の中の正解ではなく、自分の「好き」「嫌い」は？**

## ② 性格・気質

### #用語の説明

生まれ持った特徴、態度、考え方の癖など。

### # この項目の目的

自分らしさや人間味を伝え、  
共感や親近感を生み出す。

**Q1. 自分が大切にしている行動ルールは？**

**Q2. 他人からなんて言われる事が多い？**

**Q3. 発信者で憧れる人や尊敬する人はどんな性格？**

### ③ 表現プロセス

#### #用語の説明

言葉の使い方、文章の構成、魅せ方の癖、発信のリズム、テンポなど。

#### #この項目の目的

他の発信者と差別化される

「届け方のクセ」を明確にする。

**Q1. 情報の伝え方、価値提供の仕方は？**

**Q2. 普段話すときのテンションは？**

**Q3. 語尾や口調は？よく言う口癖は？**

**Q4. 自分らしい文章、言語化の特徴は？**

## ④ 他者との関わり方

### #用語の説明

SNSとか発信での距離感、接し方、対話姿勢。

### #この項目の目的

読者との距離感や関係性、言葉の温度を整える。

**Q1. 読者にどんな発信者だと思われたい？語尾や言葉遣いの特徴は？**

**Q2. 普段どんな感想や意見を貰う？**

**Q3. 他の人や周りからどんな雰囲気、性格の人と言われる？**

## ⑤ 解釈のフィルター

### #用語の説明

他人と違う切り口、例え、視点、自分独自の解釈。

### #この項目の目的

独自の視点 (世界の切り取り方)を言語化し、ファン化に繋げる。

**Q1. どんな視点から説明、主張することが多い？**

**Q2. 情報や出来事に触れた時、最初に目が行くポイントは？**

**Q3. 自分が自然に使っている例えや比喻はどんなものの？**