

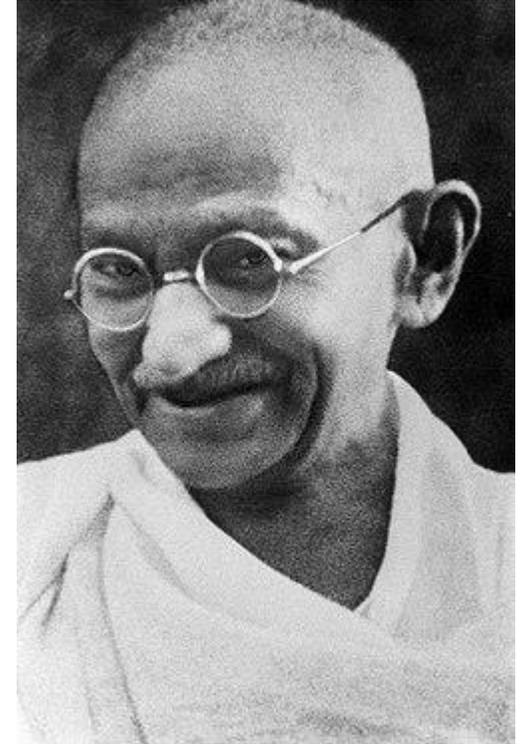
# マイルール

目的を見つけよ。  
手段は後からついてくる

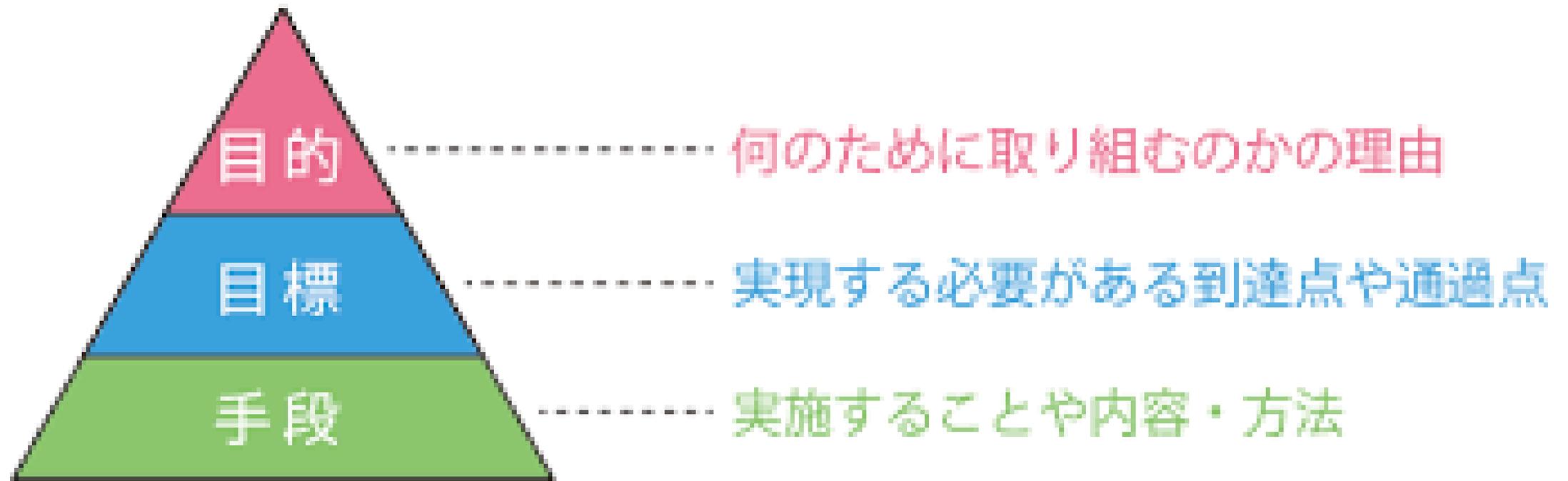
アクティブ OT城平健司

目的を見つけよ。  
手段は後からついてくる

- マハトマ・ガンジー（インド独立の父）



# リハビリでも重要

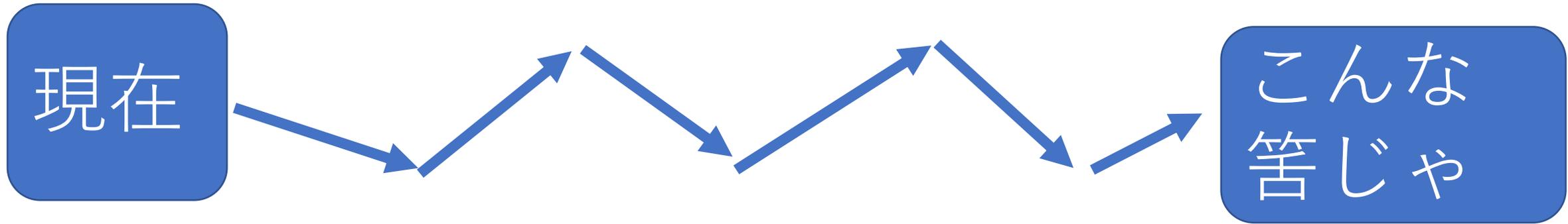


(図1) 目的・目標・手段の関係

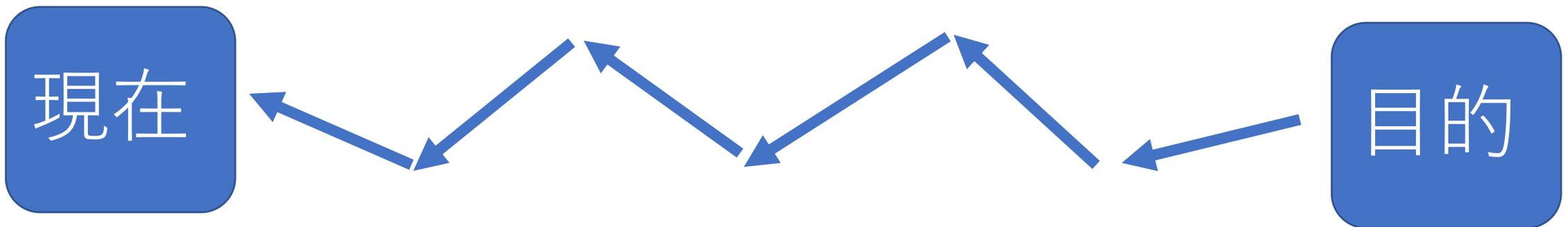
# 手段のみにとらわれない

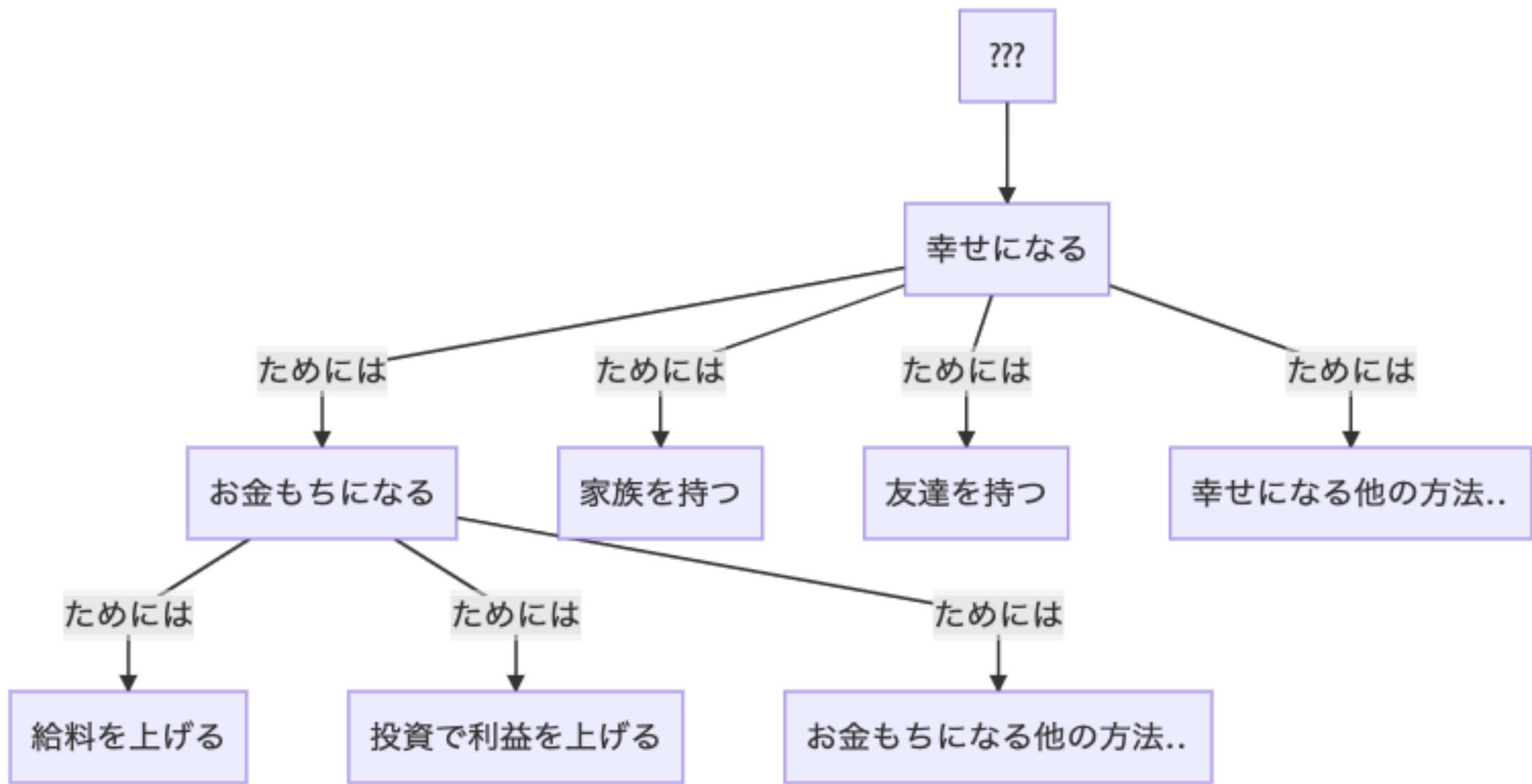
- リハビリでも気付けば手段のみに意識をとられてない？
- 人生は？なんのためにそれ（手段）をするか考えてる？

行き当たりばったりな人生に



目的から逆算して手段を選ぶと





# 個人の考え

- 目的は何度変わってもOK
- 目的の上での失敗、ミスはOK
- 何もしない、目的のない手段だけの行動は・・・。
  
- 目的・目標を追う人生は苦勞人生という意見もあり。
- 何が幸せかはその人の価値観による