

理想の相手像ワークシート

このシートは、あなたが婚活において理想とするパートナー像を明確にする為のツールです。
各項目について、あなた自身の気持ちや価値観に正直に、自由に記入してみてください。
後から見返して、プロフィール作成ややり取りの参考にもなります。

1. 【価値観】どんな価値観を持つ相手と一緒にいたいですか？

- 家族観
- お金や時間の使い方
- 感情表現や誠実さなど

2. 【ライフスタイル】どんな日常と一緒に過ごしたいですか？

- 平日・休日の過ごし方
- 食事、健康、趣味の傾向
- 一人の時間や人付き合いの距離感

3. 【感情】相手と一緒にいて、どんな気持ちになりたいですか？

- 安心感／尊敬／刺激／穏やかさなど

4. 【過去の経験から学んだこと】どんな関係性が自分に合っていましたか？

- 過去の恋愛でよかったこと／疲れたこと
- 自分が無理していたこと／自然に笑えた瞬間

5. 【将来像】どんな未来と一緒に歩んでいきたいですか？

- 子どもや住まい、老後のイメージ
- パートナーシップの役割や関係性