

6ヶ月で成婚しようぜ！婚活成功のためのセルフチェックシート

「なぜ、今結婚したいのか？」を明確にすることが、婚活成功の鍵！**

このチェックシートを活用して、自分の結婚理由を整理し、婚活の軸をしっかり固めましょう。

1. あなたの結婚理由を明確にする

- ✓ 「なぜ今結婚したいのか？」を言葉にできる
- ✓ その理由は、周囲の影響ではなく、自分の本心から出てきたもの
- ✓ 結婚後の理想の生活を具体的にイメージできる
- ✓ 結婚が自分の人生設計に組み込まれている

2. 外発的動機ではなく、内発的動機を持っているか

- ✓ 「親がうるさいから」「周囲が結婚しているから」ではなく、自分の意思で婚活をしている
- ✓ 「結婚しないと不安だから」ではなく、「結婚することで人生がより充実する」と考えている
- ✓ 自分の価値観や人生の目標に基づいた結婚理由を持っている
- ✓ 婚活がうまくいかない時でも、モチベーションを維持できる

3. 婚活の軸を固めるためのセルフチェック

- ✓ 「どんな結婚生活を送りたいか？」を具体的に考えたことがある
- ✓ 「どんなパートナーが理想か？」を明確にしている
- ✓ 婚活の進め方（相談所・アプリ・イベントなど）を決めている
- ✓ 婚活の目標期間を設定している（例：半年以内に真剣交際）

4. 婚活の行動計画を立てる

- ✓ 週に何回婚活の時間を確保するか決めている
- ✓ 婚活のために自己分析やプロフィール作成をしている
- ✓ お見合いやデートの振り返りを行い、改善点を見つけている
- ✓ 婚活の悩みを相談できる人（カウンセラー・友人など）がいる

このチェックシートを活用して、自分の結婚理由を明確にし、婚活をスムーズに進めましょう！

あなたの婚活が成功することを願っています！ ✨



<https://aloha-hm.jp/>