

2018 GOAL SET

THEME

2018年を自分らしく豊かにする

日付

A 2017年を振り返って、うまくいったことは何がありましたか？

B どんなときに幸せを感じましたか？

C やり残したことは何がありますか？

D 2018年が終わったときにどうなっていたら最高ですか？

E どんな体験をしたいですか？

F どんな人と会いたいですか？

G どんな感情を味わいたいですか？

H 一日の終わりにどんな時間をつくれますか？

気づき

アクションリスト

/

/

/

/