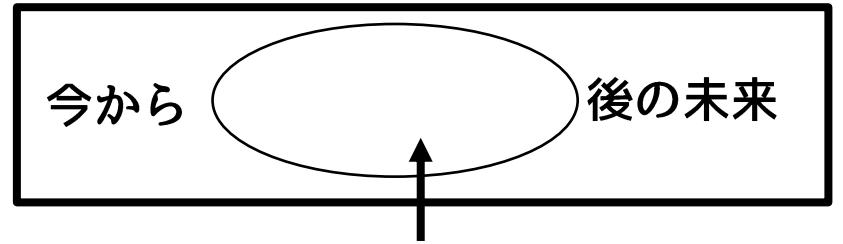


目標達成アウトカムシート

①あなたの手に入れたい目標はなんですか？



1か月後から3年以内で設定してください

②その目標を手に入れるために必要なものはなんですか？できるだけ数多く書き出してみましょう。

目標達成アウトカムシート

小さな目標を達成するために何をする必要がありますか？

<欲しい未来>

①

②

③

④

欲しい未来を手に入れるために
必要なステップを書きだそう
(小さな目標)

①

②

③

④

<今のじぶん像>

連動しているか確認しよう