

# هل أنت مستعد لاغتنام العام الجديد؟

خذ الوقت اللازم لتتأمل مُجريات العام الماضي ولتصور أحداث العام المقبل من خلال ورقة العمل هذه. فهي مصممة للمساعدة على الاحتفال بإنجازاتك ولملاحظة تطورك ووضع الخطط المتفائلة للعام المقبل.

## نظرة إيجابية للأحداث الماضية

الإنجازات/الأهداف التي حققتها

كلمات أصف بها العام

الذكريات المفضّلة لديّ

أشعر بالامتنان تجاه

## نظرة متفائلة على المستقبل

بعض المكاسب البسيطة التي يمكنني  
وسأحققها هذا العام

أتطلّع إلى

أريد أن أقضي المزيد من الوقت في

أسباب إيماني بذاتي

أريد أن أتحمّن في