



新年を迎える準備は できていますか。



今年1年を振り返り、このワークシートを使って、来年の目標などを考える時間を取りましょうこのシートは、あなたの成果と成長を認識し、来る新年に向けて前向きな目標を設定するよう設計されています。

前向きな振り返り

私の1年を表す言葉

達成した成果／目標

最も良い思い出

感謝していること

前向きな目標

楽しみにしていること

今年、自分が達成できると思う小さな成功

もっと時間を割きたいこと

もっと伸ばしたい能力

私が自分を信じる理由