



새해를 맞이할 준비가 되었나요?



시간을 내어 이 워크시트를 사용하여 지난 해를 돌아보고 다가오는 해를 구상해보세요. 이 워크시트는 여러분이 이룬 성취를 축하하고 자신의 성장을 인정하고 다가오는 해에 낙관적 계획을 세우는 데 도움이 되도록 구성되어 있습니다.

긍정적으로 한 해를 돌아보기

나의 한 해를 말해주는 단어들

내가 이루어낸 성취/목표

좋았던 기억

감사하는 일

낙관적으로 전망하기

기대되는 일

올해 내가 할 수 있고 해낼 작은 성공

더 많은 시간을 보내고 싶은 것

더 잘하고 싶은 것

내가 스스로를 믿는 이유