

目標設定用紙

氏名		記入日	
使命			最終期限
達成目標	①		年 月 日
	②		
	③		
	④		
	⑤		
達成後の利益	私に！		社会的に
	私の周囲に！		未来に！
達成する為は何をやめる？	①		
	②		
	③		
	④		
	⑤		
	⑥		
目標に向けての習慣！	私は、		
	私は、		
	私は、		
	私は、		
	私は、		
	私は、		
中間目標			
支援者			