

Good & New Diary

年 ( ) カキカエ word : 教訓・克服・許し・感動・感謝・長所発見・憧れ・目標・休息・啓発・研鑽

今週の目標 :

( ↓赤字=毎日の目標 : 前日の反省を引きずらない&失敗を繰り返さない )

/	•
( 月 )	•
○	•

/	•
( 火 )	•
○	•

/	•
( 水 )	•
○	•

/	•
( 木 )	•
○	•

/	•
( 金 )	•
○	•

/	•
( 土 )	•
○	•

今週の振り返り (自分に労いの言葉をかけよう! (例: ありがとう・頑張ったね・それでいいんだよ))

うまくいっていないことは? (T.T)

どうやったらうまくいく?



うまくいっていることは? (^^)

どうやったら続けられる?



新しい1週間に向けて、アクションを書こう!! (やりたいことリストで実現しそうなことがあるかな?)