

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?)