

○人生で大事な7つのこと

人生で重要な7つの領域について、書き出してみましよう。

どのようなことを問題だと思い、どのようにありたいのか、書き出してみてください。(今回は少し難しい課題なので、スキップも可能です。4回目のワークが基本なので、それを継続的行いましょう)

	今の状態	問題点	どうありたいのか
健康			
家族			
パートナー、友人			
仕事			
お金			
教養・成長			
趣味・娯楽			