○人生で大事な７つのこと

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 |  |  |  |