

目標設定シート

日付

目標

目標のジャンル

達成期限

実際の達成日

この目標を達成したらどんな利益が得られるか？

-
-
-
-
-

考えられる障害は何か？

-
-
-
-
-

障害を克服する解決策

-
-
-
-
-

目標を達成するための具体的な行動ステップ

期限・完了日

-
-
-
-
-
-
-
-
-
-
-

上記時間・努力・お金などのエネルギーを費やすだけの価値が本当にあるだろうか？

ある／ない