



目標設定細分化シート

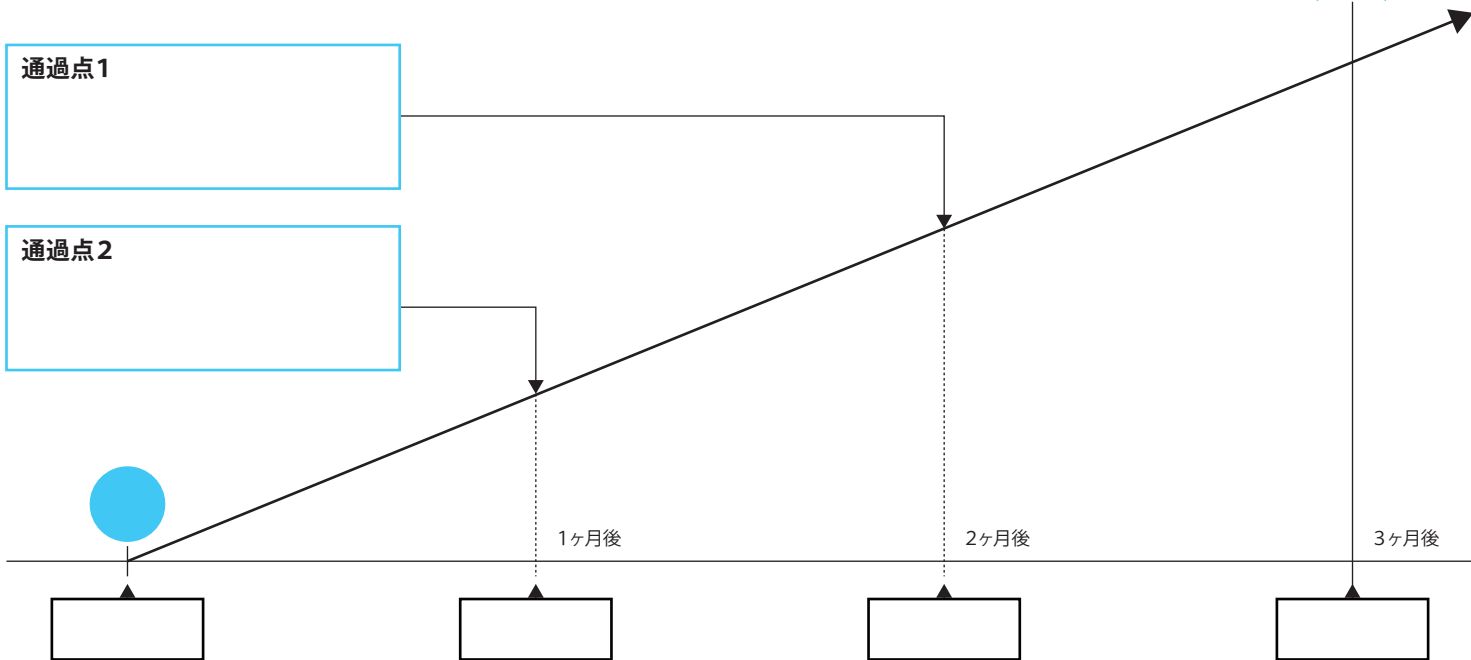
目標(1フェイズゴール)

※具体的、数値化、内訳を意識して書く



通過点1

通過点2





の行動計画

目標(1フェイズゴール)

●自分は何でその目標を達成したいのか？

1

2

3

●そのために何に取り組むか？どんな行動、挑戦をするか？

1

2

3

●そのためにどんな代償を差し出すか？

1

2

3



のアクション分析

目標を達成するためには・・・

◀を達成するためには・・・

◀を達成するためには・・・