

# 「どんな2024年にしたいか」ワークシート

## <ステップ1.>

- まん中のマス①に「どんな2024年にしたいか」テーマ、目標、キャッチフレーズを書きます。
- 81マス全体をジューっと見て、どうすれば目標（まん中のマス①）が実現できるかを考えます。
- 頭に浮かんだことを1マスに1フレーズで書きます。②、③、④、⑤のマスに書きます。

⑤	⑥	⑦
④	① 2024年の テーマ・目標 キャッチフレーズ	⑧
③	②	⑨



## <ステップ2.>

- まん中の9マスに左の9マスをコピーします。①②③④⑤⑥⑦⑧⑨
- まん中の9マスをまわりの9マスのまん中のマスにコピーします。②③④⑤⑥⑦⑧⑨
- 81マス全体をジューっと見て、どうすれば目標（まん中のマス①）が実現できるかを考えます。
- 頭に浮かんだことを1マスに1フレーズで書きます。

★同じフレーズのマスがあってもOK      ★マネをしてもOK

	⑤			⑥				⑦
			⑤	⑥	⑦			
	④		④	①	⑧		⑧	
			③	②	⑨			
	③			②				⑨

## 【書き方】

9マス全体をジューっと見て、頭に浮かんだことをフレーズにして書きます。

※フレーズとは、文法無視の1語か2語の短い言葉です。

★自分のことを書きます。      ★達成できそうなこと書きます。      ★期限（日付）を入れるといい。

## <ステップ3.>

81マスが完成したら、目標（まん中のマス①）に近づく行動を開始しましょう。

