

推進システム ワークシート

Entry Date \_\_\_\_\_.

Away from	Toward
-----------	--------

日常で行っていることで	
やらないと気分が悪いことは何か？	やると気分が良いことは何か？

つまり…何をすることで、どうなりたいのか？	

動機付けの方法は？	