

MY VISION 書き方ナビ

ビジョンボード

ここでは、一生涯、10年、5年、1年などのタイムフレームで叶えたい事柄や未来をイメージできる写真を貼る

【人生】	テーマ 目的 ゴール ビジョン	人生のテーマ・スローガンは？ 何のために生きるか？命を何に使うか？ 人生で何を実現し、何を残したいのか？目的を達成したとわかる指標は何か？ どんな人生を生きたいか？人生終末期でビジョン達成したときに見える景色や人物、感じる感情など
【10年後】	ゴール ビジョン	10年後達成している最終ゴールは何か？ ご自身の状況に合わせて10年後ではなく5年後でも3年後構いません。
【1年後】	テーマ ゴール 目標1 目標2 目標3	今年のテーマ・スローガンは？ 1年後達成しているゴールは何か？ それに対するマイルストーンは何か？最重要必達トップ3

理想の自分 大切にしている価値観 座右の銘 身につけるべき習慣 自分との約束 自分の強み・資質 経営の目的	他人軸ではなく、どんな自分が理想か？ 左の質問に対する答えを書く あなたはなぜ経営をするのか？
---	--

人生8つの柱			
それぞれの柱で理想とする状態は？・目標・ゴールは？・大切にすべきことは？			
仕事	家族	資産	学び
趣味	友人	社会	健康

理想的な生活のデザイン		
それぞれのタイムフレーム毎でビジョンを実現するためにやるべき一つのこととは？		
プライベート	ワンシング	回復
理想の 1日 1週間 1か月 1四半期 1年	ビジョン実現するために理想的なプライベートの1日、1週間、1ヶ月、一四半期、1年を想像してみてください	ビジョン実現するためにプライベートにおいて必要な回復時間や体験を想像してみてください
ビジネス	ワンシング	回復
理想の 1日 1週間 1か月 1四半期 1年	ビジョン実現するために理想的なビジネスの1日、1週間、1ヶ月、一四半期、1年を想像してみてください	ビジョン実現するためにビジネスにおいて必要な回復時間や体験を想像してみてください

1年以内に実現することリスト		
【欲しいもの/したいこと】	期日	達成日
①実現したい願望や夢、実現すべき目標を書き込む ②それに期日を入れる		

1年後の鮮明でクリアなビジョン ～ 年 月 日のわたし～		

ゴールや目標、実現することリストなどを達成した1年後の自分になりきって、ありありとイメージしてください。そして、それを具体的に文章にしてください。

MY VISION

ビジョンボード

ここでは、一生涯、10年、5年、1年などのタイムフレームで叶えたい事柄や未来をイメージできる写真を貼る

【人生】	テーマ 目的 ゴール ビジョン	
【10年後】	ゴール ビジョン	
【1年後】	テーマ ゴール 目標1 目標2 目標3	

理想の自分 大切にしている価値観 座右の銘 身につけるべき習慣 自分との約束 自分の強み・資質 経営の目的	
---	--

人生8つの柱			
それぞれの柱で理想とする状態は？・目標・ゴールは？・大切にすべきことは？			
仕事	家族	資産	学び
趣味	友人	社会	健康

理想的な生活のデザイン		
それぞれのタイムフレーム毎でビジョンを実現するためにやるべき一つのこととは？		
プライベート	ワンシング	回復
理想の 1日 1週間 1か月 1四半期 1年		
ビジネス	ワンシング	回復
理想の 1日 1週間 1か月 1四半期 1年		

