

(A) 目標震盪篇

(A3) 活動名稱：「我的目標庫」

活動目的：

讓導生在健康、事業/學業、財務、感情、人際、家庭、精神/靈性七個範疇內定下目標並展述目標的含義。

活動內容：

1. 我們只訂立短期的目標而沒有訂立長期的目標，人生可能會失去大方向；另一方面，如果我們只訂立長期的目標而忽略了短期的目標，又會失去做事的動力。
2. 試填寫以下七個範疇的目標，並具體列出目標含義！（ref.A3.1）
3. 具體的目標，有助做事動力。






解說：

1. 目前表內那一項範疇你最重視？
2. 目前來說那一項目標較易達到？
3. 你所定立的目標是長期還是短期？
4. 長期和短期目標也同樣平均考慮嗎？

(A3) 活動名稱：「我的目標庫」(ref.A3.1)

目標儲存庫--Goal Inventory

健康	事業	財務	感情	人際	家庭	靈性
----	----	----	----	----	----	----

範疇	目標	含義 (如果達到了這個目標，情況會是怎樣的?)
健康 		
事業 		
財務 		
感情 		
人際 		
家庭 		
靈性 