

For making better plan



2021年を振り返る

～2022年がより良い年になるための3ステップ～

ホームエデュケーションコーチ
中山まち子

edumother.com

Memories of This Year

LOOKING BACK ON 2021

♥ JANUARY-JUNE

-
-
-
-
-
-
-

♥ JULY-DECEMBER

-
-
-
-
-
-
-

♥ NOTES:

2021年の中でやりたかったこと、やり残したと思うことを全て書き出してみてください。例えば、「フードデリバリーを利用したかった」「もう少し子どもと話をする時間を増やしたかった」など、どんなことでも構いません。

それでは、次に2022年にやってみたいことを全て書き出してみてください。自分のキャリア、家族に関することなどジャンルを問わず心の中で思っていることを書いてみましょう。



より良い2022年を迎えられるために、今年の反省は今年のうちにしましょう。前に進むには、過去を振り返ることも大切です。ここでは、2021年に実現できず来年こそ叶えたいことを全て書き出してください。自分と向き合うことで、具現化していきます。



仕事と子育ての両立は現代社会を生きる女性にとって大きなテーマです。

立ち止まり、一日を振り返る余裕もないほど多忙な日々を送っています。けれど、年末が近づき「今年1年はどのように過ごしてきたのか」と自分や家族を見つめ直すことも必要です。

今年叶わなかった夢も、来年こそはと願うことで不思議とエネルギーが湧いてきます。

また、やみくもに前進しては失敗を繰り返してしまいます。

反省を活かして来年は今年よりも良い年になるようにしていきましょう！

I hope 2022 will be a better year than 2021!!