

جدول هدف‌گذاری ماهانه من

بررسی ماه گذشته...

..... مواردی از ماه گذشته که دوست داشتم.....

..... بهترین خاطره ماه قبل.....

..... مواردی که شکرگزارشان هستم.....

..... برای ماه آینده باید بهبود بدهم.....

	اهداف من	گام‌های عملیاتی	مهلت دستیابی	
هفته اول ماه				☐
				☐
				☐
هفته دوم ماه				☐
				☐
				☐
هفته سوم ماه				☐
				☐
				☐
هفته چهارم ماه				☐
				☐
				☐