BfAF シート

			記	八日	年	月	日
対象:〈		>	期	限	年	月	日
・ Benefit : 得	引たい結果は?(も を	ちろんプロフィッ	トも可)				
F eeling : ಸ	なぜ得たい?どんな	感情を手にしたい	からか。				
	e:「それ」を実現す 違う行動・ action					?大量?	行動
• Feedback :	: 検証・数字で計れ	るものはすべて改	善できる^	〜何を計るか)'/細分(化する	
	ハっているのか?」 っとやる/絞って改割			5			
	まくいった ・ う ↓ っとやる	まくいかなかった L -- 改 -- やる	善?				