

エイト・フレーム・アウトカム

今から x 年後（ある時点・期限）、あなたが欲しい成果は何か？具体的に答えよ

上記の成果が手に入ったら、何を基準として手に入ったのか判るか？具体的に答えよ

その成果は「いつ」「どこで」「誰と」作り上げるか？具体的に答えよ

それを手に入るとあなたの仕事・生活はどうか？具体的に答えよ

あなたがすでに持っているリソース（資源）は何か？（才能・能力・知識など）

更なる成果を上げるために必要なリソースは何か？

今、成果を上げるのを恐れている理由および自分が制限をかけているものは何か？具体的に答えよ

成果を手に入れることはあなたにとってどのような意味があるか？具体的に答えよ

では今、最初に行うべき行動は何だと考えるか？具体的に答えよ