

不満棚卸シート

職場や私生活での不満を思いつく限り、棚卸ししちゃいましょう。

本当に自分らしく輝くための第一ステップは、不満を全部棚卸しちゃうこと。

そして、スッキリした気持ちでありのままの自分を見つめていくことなのです。

「なんでこうなんだろう」「こうだったらいいのになぁ」と感じる事。ささいなことから、大きく育った不満まで思いつく限りを書き出して、まずは気持ちをスッキリさせましょう。

--

不満トップ3位

誰の、どんなことに対する不満かというと…

第1位
第2位
第3位