

SMARTゴール

世界最高の子育てツール  
「全米最優秀女子高生」と母親が実践した目標  
達成の方法

ボーク重子

BORK SHIGEKO

世界最高の子育てツール  
**SMART**  
**ゴール**  
「全米最優秀女子高生」  
と母親が実践した目標達成の方法



発売日: 2018年6月8日

出版: 祥伝社

著者: ボーク重子

PDF

---

「全米最優秀女子高生」を育て、同時に自身のキャリアも育てていった著者。「最高の子育てには親自身の自分育てが必要」という科学データを元に、彼女が子育てで活用したのは、「SMARTゴール」という目標達成のためのツールでした。本書では、このツールの使い方、人生のパッションの持ち方・探し方、そのために必要な「心のブレーキ」の外し方など、そのすべて公開しています。小さなことを行動していくことや、目標を具体的に設定することの大切さ、「何のために」を考えれば心が折れないなど、「夢」を確実に手にするための方法は、とても実践的。今最も注目される「ライフコーチ」の資格を持つ著者が、自分の人生をも変えた魔法のツールを紹介します。

<https://rapidgator.net/file/a81e70c7b8f0f22e6712f5e3052d73fd/DnQTq2erQ.pdf.rar.html>