



□□□□□□ □□□□□□□□□□:□□□□□□ □□

18 - 22 □□□□□□ 2026

AMMAN

3800 € (PER PERSON)

REF: #LE7641_479574



00000 0000000 000000000 / 0000 0000 :

0000 000 000000 0000 00000000 00000000 000000 00000000 000000 00000000 0000 000000 00 000000 2025. 0000 BIG BEN Training Center 000000 00

000000 000000000 / 000 000000 0000000000 000000 00 :

- 0000000 000000000000.
- 00000 00000000.
- 000000000 00 0000000 000000.
- 00000 000000 000000000.
- 0000000 0000000 000000000.
- 000000 00000000000 0000000000.
- 0000000000 0000000000 000000000.

00000000 0000000000 0000000000 :

- 0000000 0000000 0000000000.
- 000000 00000000000 00000000.
- 000000000 0000000000.
- 000000000000000 000000000000.
- 00000000 00000000000000.
- 00000000 00000000000 000000000000.
- 000000000 000000000.

00000000 000000000 0000000000 :

- 000000000 00000000.
- 000000 000000000.
- 000000000 0000000000000000.
- 0000000 000000000000.
- 000000000 00000000000000.
- 00000 000000000000.
- 0000000000 00000000000000.



- [illegible]

[illegible]

00000 00000 :000 0000000 0000000 00 2025

- [illegible]



● 目標設定の重要性：目標設定が成功の鍵となる理由

- 明確な目標を設定することで、行動の方向性を定める。
- 目標を設定することで、モチベーションを高めることができる。
- 目標を設定することで、進捗を把握しやすくなる。
- 目標を設定することで、責任感を高めることができる。
- 目標を設定することで、成果を測定しやすくなる。
- 目標を設定することで、時間管理がしやすくなる。
- 目標を設定することで、ストレスを軽減することができる。

● 目標設定の原則：SMARTの原則を覚えておく

- 目標は具体的で、測定可能なものである。
- 目標は達成可能なものである。
- 目標は関連性のあるものである。
- 目標はタイムリーである。
- 目標は明確である。
- 目標は責任あるものである。
- 目標は現実的である。

● 目標設定のステップ：目標を設定するための手順

- 現状を把握し、課題を特定する。
- 目標を設定し、計画を立てる。
- 目標を達成するための行動計画を立てる。
- 目標を達成するためのリソースを確保する。
- 目標を達成するための進捗を把握する。
- 目標を達成するためのフィードバックを受ける。
- 目標を達成するための評価を行う。

