2024년 10월 12일 17시 45분

# 목차

목차 2
활동갤러리 3
1월 새해계획 세우기 3
첨부파일(6) 3

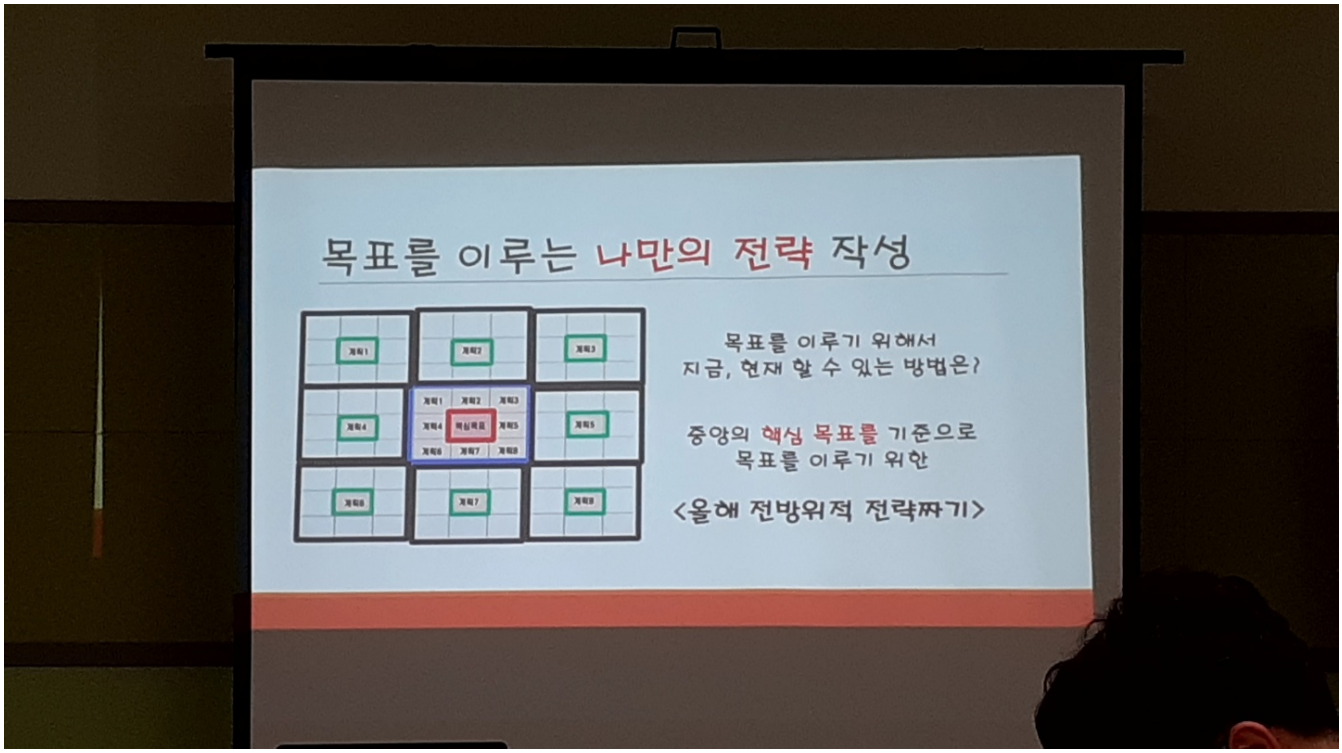
# 1월 새해계획 세우기

작성일 2022.01.07 09:36 등록자 센터관리자 조회수 163

첨부파일(6)
- KakaoTalk_20220107_092757768_07 (1).jpg 112 hit/ 197.0 KB 다운로드
- KakaoTalk_20220107_092757768_01 (1).jpg 112 hit/ 437.8 KB 다운로드
- KakaoTalk_20220107_092757768_03 (1).jpg 114 hit/ 365.0 KB 다운로드
- KakaoTalk_20220107_092757768_05 (1).jpg 113 hit/ 234.7 KB 다운로드
- KakaoTalk_20220107_092757768_04 (1).jpg 117 hit/ 418.1 KB 다운로드
- KakaoTalk_20220107_092757768_06 (1).jpg 115 hit/ 418.4 KB 다운로드

장소 목포시 청년 일자리통합센터 (목포시 해안로 237번길 33 2층)
참여대상 새해 계획을 세우고 싶은 사람 6명
*신청자 취소 시 대기자 순서대로 클래스 참여

주요내용 2021년 돌아보기 & 2022년 새해 계획 세우기
신청방법 http://naver.me/xJti5w6M
신청문의 목포시 청년 · 일자리통합센터 (061-242-1911)



(http://www.mokpo.go.kr)

1월 6일 목요일 저녁 7시,
올해의 일주일이 후루룩 지나갔습니다.

2022년 나의 계획은 무엇인가요?
2021년을 돌아본 후, 워라벨에 맞게 2022년의 계획을 세우고 나누는 시간을 가져보았습니다.
빠지지 않는 주제는 건강과 운동하기! 게으름과 미루기 습관버리기 등 공통의 주제가 나오자
웃음 꽃이 활짝 폈습니다.

나의 간단한 계획들을 세운 후, 만다라트 도구를 활용해 나의 올해 계획을 세워보았습니다!
작년보다 나는 한해, 보통 사람되기, 모든 목표 달성하기 등 핵심 목표를 쓴 후
목표를 이루기 위한 세부 목표 64개를 작성하며 올해의 목표를 꼭 이루겠다는 다짐도 받았답니다.

목표를 이루기 위해서 매일 만다라트를 보기 위해
냉장고, 책상 위, 핸드폰 배경화면 저장 등을 하겠다는 강한 의지가 있었습니다.

'올해 계획을 세우는데 큰 도움이 되었고, 사람들이랑 계획에 대해 이야기 나눌 수 있어서 좋았다'
'계획을 구체적으로 글로 옮겨보았다, 3,7,12월 참여하고 싶다'
'계획 세우기가 어려웠는데 아이디어를 얻었더'
'세세한 계획을 못 세우는 편인데 차근차근 쉽게 알려줘서 어렵지 않게 계획을 짜는 법을 도움 받았다'

등 참여자들은 다음 3,7,12월 모임에도 참여하겠다는 의사를 밝혔답니다. 과연 꿈을 위한 노력 기대되요!

목표를 이루는 가장 좋은 방법은 실행이지요!
앞으로 센터에서 분기별로 만나며 올해 목표를 잘 세웠는지 확인할 예정이랍니다.
매번 무너지는 목표를 다잡고 싶다면, 3,7,12월 목표 세우고 지키기 프로그램도 꼭 참여하셔요~

센터는 1월에도 서로의 의견을 나눌 수 있는 다양한 커뮤니티 프로그램과, 취미 클래스가 열립니다.
자세한 내용은 센터 공지사항을 꼭꼭 확인하셔서 프로그램을 신청하시기 바래요~
올해도 목포시 청년일자리 통합센터와 함께해요!

목록

COPYRIGHT ⓒ MOKPO-SI. ALL RIGHT RESERVED.

# MokPo - Si
# Web Contents