

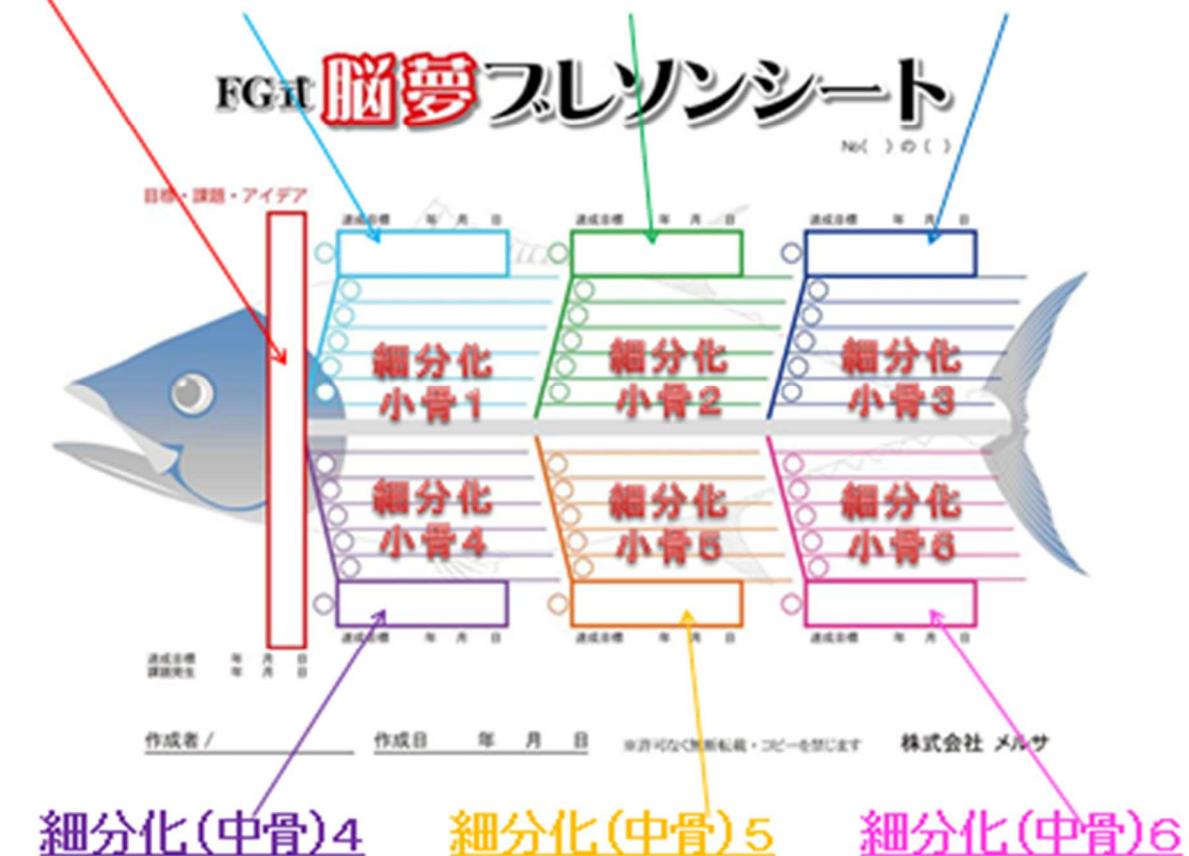
FG式脳夢ブレソんシート説明

目標・課題・アイデア(大骨)

細分化(中骨)1

細分化(中骨)2

細分化(中骨)3



細分化(中骨)4

細分化(中骨)5

細分化(中骨)6

脳夢ブレソんPDC A手帳は、商標登録のFG式脳夢ブレソんシートを応用した手帳です。大骨、中骨、小骨で構成されています。FG式脳夢ブレソんシートの特徴は、頭(脳)の中で漠然としている目標・課題・アイデア等のテーマを明確にして、目標達成に向けて実行すべきことを細分化し、かつ、優先順位を付け行動していくことで願望達成に導くシートです。A4一枚で全ての願いを叶える魔法のシートです。

※FG式はFish Growの略で成長魚をイメージした造語です。

- 脳夢ブレソんシートは、先ず大骨に目標・課題・アイデア等のテーマを記入します。
- 細分化①→次に目標に到達しやすいように大骨を中骨に細分化します
- 細分化②さらに行動し易いように中骨を小骨に細分化します。
- 中骨、小骨にはそれぞれ細分化した項目の頭部に○印がありますので、そこに、優先順位を記入します。
- FG式脳夢ブレソんシートには「目標・課題・アイデアの発生日」と、「目標到達の達成予定日」の記入欄があります。さらに、中骨にも達成予定日の記入欄があります。それぞれに日付を入れることで、目標到達への意識が継続します。さらに、テーマの細分化を行なうことで実行しやすい行動計画が完成します。細分化、優先順位付を繰り返しながら行動し易くすることで、目標到達(願望達成)に導かれていきます。