MIND / 032

잘한 일을 작게 기록하기

큰 성과만 남길 필요는 없어요.



SMALL WIN

01

행동

실제로 해낸 일을 하나 적어요.

02

노력

그 과정에서 쓴 힘을 남겨요.

03

의미

나에게 어떤 도움이 됐는지 적어요.