

## 8 フレームアウトカム

- ① どうなりたいか？（いつまでに？）
  
- ② それが達成（解決）できた事はどのようにわかりますか？
  
- ③ 成果を達成するのは、いつ、どこで、誰と？（何が聞こえ見え感じる？）
  
- ④ そうなることで、あなたが得られる利益は何ですか？どうなるのですか？
  
- ⑤ そうなるために、あなたがすでに持っている要素は何ですか？
  
- ⑥ ゴール達成を障害しているもの（制限をかけているもの）は何ですか？
  
- ⑦ 成果を手に入れることはあなたの人生にとってどのような意味がありますか？  
（ゴールを達成した後の状態をリアルに感じる。）
  
- ⑧ そうなるために、何をしますか？（いつどこでどのように）