



ID PLANNER
Design for Dreams



ID PLANNER
Design for Dream

10/11

for 1 years "1~2년안에 이루고 싶은 단기목표"

"좌측에 있는 단기 중기 장기 계획은
한번만 작성하면 드림과 비전 5STEP
페이지로 복사 붙여넣기만 해서 계획하세요!!"

- 프로그램 공부하기
- 디지털 플래너 판매
- 대학교 졸업 후 인턴
- 영어 3000 문장 외우기

for 5 years "5년안에 이루고 싶은 중기목표"

- 세계 6대 마라톤 나가기
- 전자책 출간하기
- 대학원 졸업하기 (석사)
- 자산 50억 달성!
- 결혼하기
- 아빠 차 선물해드리기!

- for 10 years "인생 버킷리스트를 적어보세요."
- 책과 함께 여행 100일 이상
- 5개 국어 습득 (영어, 스페인어, 독어, 일어)
- 전문직 자격증 따기
- 책 2만권 이상 읽기 (내 분야 1000권)
- 책 출판하기 / 책방 브랜드화

START	DREAM	VISION	5-STEPS	2025	ANNUAL	CHECK	REVIEW	NOTES	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12		
				2025	2026	2027	2028	2029	2030	2031	2032	2033	2034	2035								
AGE				28살	29살	30살	31살	32살	33살	34살	35살	36살	37살	38살								
PERIOD				단기 (전문화 시간)			중기 (전문직) 5년정도 예상						중장기- 사업 도전									
EVENT				졸업	해외유학	대학원입학		대학원졸업	외국회사취업-워홀		국내취업			이직								
PLAN-A					어학연수		유럽유학		결혼하기			플래너 사업								사업시작		
PLAN-B				인턴 1년	유학준비		미국 IT 공부	전자책 출간	자산 5억			자산 10억										
				2036	2037	2038	2039	2040	2041	2042	2043	2044	2045	2046								
AGE				39살	40살	41살	42살	43살	44살	45살	46살	47살	48살	49살								
PERIOD				중장기- 사업 도전			장기목표- 실현하기															
EVENT				사무실		00기업		00사업진행	00사업진행		연구소											
PLAN-A				A프로젝트		부동산투자		봉사단체설립		세계여행다니기		요양원 설립										
PLAN-B					책 출간		자산 50억	강연자					논문작성									
				2047	2048	2049	2050	2051	2052	2053	2054	2055	2056	2057								
AGE				50살	51살	52살	53살	54살	55살	56살	57살	58살	59살	60살								
PERIOD				PERIOD - "자신만의 단기 , 중기, 장기 기간을 설정하고 년도별로 구분해보세요! 전체적인 인생그래프를 그려보실 수 있습니다"																		
EVENT				EVENT - "해당 년도에 중요한 이벤트나 계획하고 있는 일정을 적어봅니다. 이벤트에 맞춰 전체적인 계획을 짜보세요."																		
PLAN-A				PLAN - "인생 그래프에 맞춰 플랜A와 플랜B를 계획해보세요!"																		
PLAN-B				"플랜B가 없다면 자금계획이나 버킷리스트 목표일을 적어도 좋습니다!"																		

DREAM MANDAL-ART		START	DREAM	VISION	5-STEPS	2025	ANNUAL	CHECK	REVIEW	NOTES	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12																			
		나는 2025년 월 천만원 파이프라인을 만들어 자금 1억원을 만든다!																				"1년 목표 핵심적인 문장 한줄을 적어보세요!"																			
SHORT-TERM GOALS		MEMO "만다라트는 MANDA+LA+ART 목표+달성+기술 을 뜻해요" "가운데 최종목표나 2025년을 쓰고, 8개의 보조항목이나 카테고리를 적어요." "각 8개 카테고리를 다시 각각 가운데에 적고, 이를 이루기 위한 구체적인 행동 이나 실행방법을 적어주면 완성이에요." "좌측에 있는 단기 중기 장기 계획은 한번만 작성하면 드림과 비전 5STEP 페이지로 복붙해 사용하시면 돼요!"																																							
for 1 years "1~2년안에 이루고 싶은 단기목표"																																									
"좌측에 있는 단기 중기 장기 계획은 한번만 작성하면 드림, 비전, 5STEP 각각 페이지로 복사 붙여넣기만 해서 계획하세요!!"																																									
- 프로그램 공부하기 - 디지털 플래너 판매 - 대학교 졸업 후 인턴 - 영어 3000 문장 외우기																																									
MID-TERMS GOALS																																									
for 5 years "5년안에 이루고 싶은 중기목표"																																									
- 세계 6대 마라톤 나가기 - 전자책 출간하기 - 대학원 졸업하기 (석사) - 결혼하기 - 아빠 차 선물해드리기!																																									
LONG-TERM GOALS																																									
for 10 years 버킷리스트																																									
- 책과 함께 여행 100일 이상 - 5개 국어 습득 (영어, 스페인어, 독어, 일어) - 전문직 자격증 따기 - 책 2만원 이상 읽기 (내 분야 1000권) - 책 출판하기 / 책방 브랜드화																																									

VISION

VISION BOARD

SHORT-TERM GOALS

for 1 years

"1~2년안에 이루고 싶은 단기목표"

"좌측에 있는 단기 중기 장기 계획은 한번만 작성하면 드림, 비전, 5STEP 각각 페이지로 복사 붙여넣기만 해서 계획하세요.!"

— 프로그램 공부하기

— 디지털 플래너 판매

— 대학교 졸업 후 인턴

— 영어 3000 문장 외우기

MID-TERM GOALS

for 5 years

"5년안에 이루고 싶은 중기목표"

— 세계 6대 마라톤 나가기

— 전자책 출간하기

— 대학원 졸업하기 (석사)

— 결혼하기

— 아빠 차 선물해드리기!

LONG-TERM GOALS

for 10 years

"인생 버킷리스트를 적어보세요."

— 책과 함께 여행 100일 이상

— 5개 국어 습득 (영어, 스페인어, 독어, 일어)

— 전문직 자격증 따기

— 책 2만원 이상 읽기 (내 분야 1000권)

— 책 출판하기 / 책방 브랜드화

START

DREAM

VISION

5-STEPS

2025

ANNUAL

CHECK

REVIEW

NOTES

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

"단기 중기 장기목표를 비전보드를 통해 시각화해보세요! 매일 사진을 보며 꿈을 생생하게 그려보실 수 있는 공간입니다."

"앞서 라이프 플랜에서 이루고 싶은 목표를 정했어요. 목표를 이루는 나의 모습을 상상하고 이미지를 비전보드에 담아보세요."



<세계 6대 마라톤 완주>



<해외 어학연수 떠나기>



<플래너 발간>



<2025년 시드 1억 모으기>



<연말 여행떠나기>



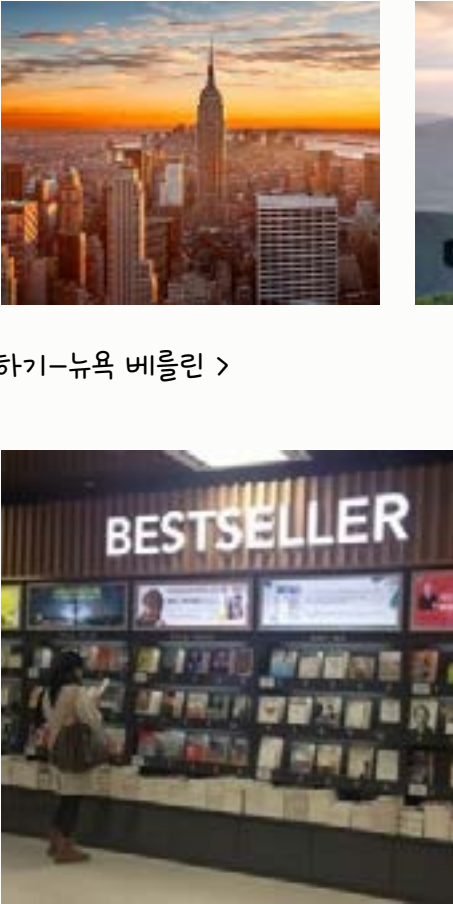
<퍼스트 클래스 타고 세계여행 가기>



<다양한 국가에서 일하기-뉴욕 베를린 >



<내 집 마련하기>



<베스트셀러 작가되기>



<세계일주>



<사업성공>



<천억 부자 되기>



<내 집 마련하기>



<베스트셀러 작가되기>



<요트 여행>



<사업성공>

"5단계를 통해 꿈과 목표를 구체화할 수 있어요. 난중장기 목표설정-카테고리 나누기-1년목표 설정-구체적인 방법-매일 할일과 세부계획"을 순서대로 좁혀가면 꿈에 더 가까워질거예요."

SHORT-TERM GOALS	CATEGORY	2025 GOALS	HOW TO DO	DAILY HABIT / Deadline
for 1 years 2025년까지 ~28살 "좌측에 있는 단기 중기 장기 계획은 한번만 작성하면 드림, 비전, 5STEP 각각 페이지로 복사 붙여넣기만 해서 계획하세요.!" - 프로그램 공부하기 - 디지털 플래너 판매 - 대학교 졸업 후 인턴 - 영어 3000 문장 외우기	"앞서 단기, 중기, 단기 목표를 꿈과 관련된 카테고리로 나눠 분류해보세요." ex)건강/커리어/자기계발/사업,돈/교육/관계 〈카테고리〉 → 핵심목표 - 카테고리에 해당하는 목표를 적어주세요. - 단기,중기,장기목표 〈건강〉 → 몸과 정신이 건강한 사람 - 지치지 않는 건강한 몸 - 세계 6대 마라톤 완주하기 - 다양한 스포츠 즐기기 〈일〉 → 성공한 사업가 - 전문가 되기 -전문직 능력 갖추기 - 내 사옥을 갖기 / 작품 남기기 - 강연 교수 되기 〈교육/언어〉 → 5개 국어/업무스킬 - 프로그램 스킬 마스터 - 5개 국어 언어 마스터 - 죽기 전에 독서 2만권 지식인 - 책 출판하고 베스트셀러되기	"카테고리화 된 목표를 이루기 위해 올해 할 수 있는 연간목표를 세워봐요" "1년 기준으로 목표가 구체화될 수록 좋아요." o 1년 목표 타이틀 - 달성하고 싶은 1년 목표를 적어주세요. o 규칙적인 생활습관 만들기 - 몸무게 5kg 감량 건강한 몸 - 마라톤 풀코스 완주 도전하기 - 수영 다니기 o 자격증 인사이트 취득 - 관련 전문서적 정리/ 기사 자격증 - 포토폴리오 완성하기 - 답사 다니고 블로그 정리 o 영어 일상대화 - 어도비, 프리미어 마스터하기 - 영어회화책 2권 암기하기!(영문장 3천개) - 책 100권 읽고 포스팅하기 - 전자책 1권 쓰기 o 월 천만원 파이프라인 - 월 천만원 수익 만들기 - 자산 1억 달성 - 해외 주식 계좌 운용하기 - 플래너 만년형 만들기	"2025년 목표를 이루기 위해 구체적인 방법과 방향을 적어보세요." o 구체적인 방법 - 구체적인 방법을 적어주세요. - 시간/목표량/내용 - 러닝 10km 뛰고 기록 측정하기 - 1달 200km 목표 달리기 - 구청 수영 레슨 다니기 - 3월 기사자격증 - 달마다 작품 한개씩 작업 - 답사 다니고 블로그 정리 - 인터넷 강의- 작업물 만들기 - 회화책 두권 구매 - 쉐도잉 - 주 2-3권 읽고 정리하기 - 시간관리 관련 플래너 전자책 쓰기	"구체적인 행동을 하기 위해 매일 할 수 있는 습관을 적어보세요. " o 매일 습관 - 매일 습관화할 내용을 적어주세요. - 구체적인 시간과 데드라인을 적어주세요. - 매일 출근 전 7시 런닝 10km 달리기 - 헬스 월 수 금 퇴근 후 2시간 - 수영 레슨 화 목 저녁 7시 - 퇴근 후 매일 2시간 필기 공부 - 주말에 작품 정리 / 1달 1작품 마감 - 격주 일요일 답사장소 다녀오기 - 인터넷 강의 주말 4시간 공부하기 - 매일 1챕터 10문장씩 외우기 - 독서 시간 매일 1시간 마련 (아침 점심) - 매일 한페이지씩 글감 정리해두기 6월달 1차마감! - 스토어 1월 시작 - 블로그 글 매일 한개 포스팅 - xx증권 이용해서 수익률 5프로 이상 - 5월 전 까지 완성/ 기존 수정하기
MID-TERM GOALS				
for 5 years 2030년까지 ~33살 - 세계 6대 마라톤 나가기 - 전자책 출간하기 / 독서 500권 정리 - 대학원 졸업하기 (석사) - 결혼하기 - 아빠 차 선물해드리기!				
LONG-TERM GOALS				
for 10 years "인생 버킷리스트를 적어보세요. " - 책과 함께 여행 100일 이상 - 5개 국어 습득 (영어, 스페인어, 독어, 일어) - 전문직 자격증 따기 - 책 2만권 이상 읽기 (내 분야 1000권) - 책 출판하기 / 책방 브랜드화				

ANNUAL OVERVIEW			START	DREAM	VISION	5-STEPS	2025	ANNUAL	CHECK	REVIEW	NOTES	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
			"한 해의 중요 일정이나 기념일 생일 행사 일정을 적고 체크해보세요. 공휴일과 일요일은 배경색 표시를 해주었어요." "하이퍼링크 삽입되어 있어 누르시면 해당 위클리페이지로 이동해요."																				
01 JAN		02 FEB		03 MAR		04 APR		05 MAY		06 JUN		07 JUL		08 AUG		09 SEP		10 OCT		11 NOV		12 DEC	
1	새해 첫날	1		1	삼일절	1		1	근로자의날	1		1		1		1		1		1		1	
2		2		2		2		2		2		2		2		2		2		2		2	
3		3		3		3	친구생일	3		3		3		3		3		3		3		3	
4		4		4		4		4		4		4		4	지방일정	4		4		4		4	
5		5	가족 식사	5		5		5	어린이날	5		5		5		5	미팅날짜	5		5		5	
6	언니 생일	6		6	시험기간	6		6	대체공휴일	6	현충일	6		6		6		6		6		6	
7		7		7		7		7		7	프로젝트 시작	7		7		7		7	추석	7		7	
8		8		8		8		8		8	어버이날	8		8		8		8		8		8	
9		9		9		9		9		9		9		9		9	미팅날짜	9	한글날	9		9	
10		10		10		10	친구생일	10		10		10		10		10		10		10	장기프로젝트	10	플래너
11	해외여행	11		11		11		11		11		11		11		11		11		11		11	제작
12		12	이삿날	12	프로젝트시작	12		12		12		12		12		12		12	동창회	12		12	
13		13		13		13		13		13		13		13		13		13		13		13	
14		14		14		14		14		14		14		14	여름휴가	14		14	엄마생신	14		14	
15		15		15		15		15		15		15		15	광복절	15	내 생일	15		15		15	
16		16		16		16	친구생일	16		16		16		16		16		16		16		16	
17		17	미팅일정	17		17		17		17		17		17		17		17		17	중간마감	17	
18	귀국일	18		18		18		18	친구생일	18		18		18		18		18		18		18	
19		19	프젝 마감일	19		19		19	정산일	19		19		19		19		19		19		19	
20		20		20	동생생일	20		20		20		20		20		20		20		20		20	
21		21		21		21		21		21		21	장기프로젝트	21		21		21		21		21	
22		22		22		22		22		22		22		22		22		22		22	마감일	22	
23		23		23		23		23		23		23		23	결혼식	23		23		23		23	
24		24		24	협력업체	24		24		24		24		24		24		24		24		24	
25		25		25		25	컴퓨터대회	25		25		25		25		25		25		25		25	크리스마스
26		26		26		26		26		26		26	중간마감	26		26		26		26		26	
27		27		27		27		27		27		27		27		27		27	할머니생신	27		27	
28		28		28		28		28	모임일정	28		28		28		28		28		28		28	연말파티
29	설날			29		29		29		29		29		29		29		29		29		29	
30				30		30		30		30		30		30		30		30		30		30	송년회
31				31				31				31	마감일	31				31				31	

CHECK TRACKER	START	DREAM	VISION	5-STEPS	2025	ANNUAL	CHECK	REVIEW	NOTES	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12		
	●	운동 매일 한시간 이상하기 / 런닝 아침 10KM / 풀코스마라톤									●	독서 매일 30분 이상하기 / 1달 10권 / 1년 100권 목표											
	●	블로그 포스팅 하루 1개 / 한달 30개 / 1년 300개									●	비타민 챙겨먹기 / 12시전 취침											

[illegible]

MONTHLY 10 OCTOBER	START	DREAM	VISION	5-STEPS	2025	ANNUAL	CHECK	5-REVIEW	NOTES	1	2	3	4	5	6	7	8	9	OCT	11	12
MONTHLY GOALS	MON			TUE			WED			THU			FRI			SAT			SUN		
							01			02			03 개천절			04			05 추석연휴		
	06 추석			07 추석연휴			08 대체공휴일(추석)			09 한글날			10			11			12		
	13			14			15			16			17			18			19		
	20			21			22			23			24			25			26		
	27			28			29			30			31								

WEEKLY 10 OCTOBER								START		DREAM		VISION		5-STEPS		2025		ANNUAL		CHECK		5-REVIEW		NOTES		1	2	3	4	5	6	7	8	9	OCT		11	12									
								29 MON				30 TUE				1 WED				2 THU				3 FRI 개천절				4 SAT				5 SUN															
M T W T F S S																																															
1W								01				02				03				04				05																							
2W								06		07		08		09		10		11		12																											
3W								13		14		15		16		17		18		19																											
4W								20		21		22		23		24		25		26																											
5W								27		28		29		30		31																															
○								○				○				○				○				○				○																			
○								○				○				○				○				○				○																			
○								○				○				○				○				○				○																			
○								○				○				○				○				○				○																			
○								○				○				○				○				○				○																			
○								○				○				○				○				○				○																			
○								○				○				○				○				○				○																			
○								○				○				○				○				○				○																			
WEEKLY PLAN								5 AM								5 AM										5 AM										5 AM											
								6								6										6										6											
								7								7										7										7											
								8								8										8										8											
								9								9										9										9											
								10								10										10										10											
								11								11										11										11											
								12 PM								12 PM										12 PM										12 PM											
								1								1										1										1											
								2								2										2										2											
								3								3										3										3											
								4								4										4										4											
								5								5										5										5											
								6								6										6										6											
								7								7										7										7											
								8								8										8										8											
								9								9										9										9											
								10								10										10										10											
								11								11										11										11											
								12 AM								12 AM										12 AM										12 AM											
								1								1										1										1											
								2								2										2										2											
								3								3										3										3											
								4								4										4										4											

WEEKLY 10 OCTOBER								START	DREAM	VISION	5-STEPS	2025	ANNUAL	CHECK	REVIEW	NOTES	1	2	3	4	5	6	7	8	9	OCT	11	12	
								29 MON					30 TUE					1 WED						2 THU					
								○					○					○						○					
M	T	W	T	F	S	S		○					○					○						○					
1W			01	02	03	04	05	○					○					○						○					
2W	06	07	08	09	10	11	12	○					○					○						○					
3W	13	14	15	16	17	18	19	○					○					○						○					
4W	20	21	22	23	24	25	26	○					○					○						○					
5W	27	28	29	30	31			○					○					○						○					
○																													
○																													
○																													
○																													
○																													
○																													
○																													
○																													
WEEKLY PLAN																													
								3 FRI 개천절					4 SAT					5 SUN						NOTE					
								○					○					○											
								○					○																
								○					○																
								○					○																
								○					○																
								○					○																
								○					○																
								○					○																

WEEKLY 10 OCTOBER								START		DREAM		VISION		5-STEPS		2025		ANNUAL		CHECK		5-REVIEW		NOTES		1	2	3	4	5	6	7	8	9	OCT	11	12										
								13 MON				14 TUE				15 WED				16 THU				17 FRI				18 SAT				19 SUN															
M T W T F S S																																															
1W								01 02 03 04 05																																							
2W								06 07 08 09 10 11 12																																							
3W								13 14 15 16 17 18 19																																							
4W								20 21 22 23 24 25 26																																							
5W								27 28 29 30 31																																							
○								○								○								○								○								○							
○								○								○								○								○								○							
○								○								○								○								○								○							
○								○								○								○								○								○							
○								○								○								○								○								○							
○								○								○								○								○								○							
○								○								○								○								○								○							
WEEKLY PLAN								5 AM								5 AM								5 AM								5 AM								5 AM							
								6								6								6								6								6							
								7								7								7								7								7							
								8								8								8								8								8							
								9								9								9								9								9							
								10								10								10								10								10							
								11								11								11								11								11							
								12 PM								12 PM								12 PM								12 PM								12 PM							
								1								1								1								1								1							
								2								2								2								2								2							
								3								3								3								3								3							
								4								4								4								4								4							
								5								5								5								5								5							
								6								6								6								6								6							
								7								7								7								7								7							
								8								8								8								8								8							
								9								9								9								9								9							
								10								10								10								10								10							
								11								11								11								11								11							
								12 AM								12 AM								12 AM								12 AM								12 AM							
								1								1								1								1								1							
								2								2								2								2								2							
								3								3								3								3								3							
								4								4								4								4								4							

WEEKLY 10 OCTOBER								START		DREAM		VISION		5-STEPS		2025		ANNUAL		CHECK		5-REVIEW		NOTES		1	2	3	4	5	6	7	8	9	OCT	11	12																										
								27 MON				28 TUE				29 WED				30 THU				31 FRI				1 SAT				2 SUN																															
M T W T F S S																																																															
1W								01								02								03								04								05																							
2W								06								07								08								09								10								11								12							
3W								13								14								15								16								17								18								19							
4W								20								21								22								23								24								25								26							
5W								27								28								29								30								31																							
○								○								○								○								○								○								○															
○								○								○								○								○								○								○															
○								○								○								○								○								○								○															
○								○								○								○								○								○								○															
○								○								○								○								○								○								○															
○								○								○								○								○								○								○															
○								○								○								○								○								○								○															
○								○								○								○								○								○								○															
WEEKLY PLAN								5 AM								5 AM								5 AM								5 AM								5 AM								5 AM															
								6								6								6								6								6								6															
								7								7								7								7								7								7															
								8								8								8								8								8								8															
								9								9								9								9								9								9															
								10								10								10								10								10								10															
								11								11								11								11								11								11															
								12 PM								12 PM								12 PM								12 PM								12 PM								12 PM															
								1								1								1								1								1								1															
								2								2								2								2								2								2															
								3								3								3								3								3								3															
								4								4								4								4								4								4															
								5								5								5								5								5								5															
								6								6								6								6								6								6															
								7								7								7								7								7								7															
								8								8								8								8								8								8															
								9								9								9								9								9								9															
								10								10								10								10								10								10															
								11								11								11								11								11								11															
								12 AM								12 AM								12 AM								12 AM								12 AM								12 AM															
								1								1								1								1								1								1															
								2								2								2								2								2								2															
								3								3								3								3								3								3															
								4								4								4								4								4								4															

DAILY 10 OCTOBER								START	DREAM	VISION	5-STEPS	2025	ANNUAL	CHECK	REVIEW	NOTES	1	2	3	4	5	6	7	8	9	OCT	11	12
DATE								TIME LOG																				
	M	T	W	T	F	S	S	GOALS																				
1W			01	02	03	04	05																					
2W	06	07	08	09	10	11	12																					
3W	13	14	15	16	17	18	19																					
4W	20	21	22	23	24	25	26																					
5W	27	28	29	30	31																							
○								5	AM																			
○								6																				
○								7																				
○								8																				
○								9																				
○								10																				
○								11																				
○								12	PM																			
○								1																				
○								2																				
○								3																				
○								4																				
○								5																				
○								6																				
○								7																				
○								8																				
○								9																				
○								10																				
○								11																				
○								12	AM																			
○								1																				
○								2																				
○								3																				
○								4																				

MONTHLY 11 NOVEMBER	START	DREAM	VISION	5-STEPS	2025	ANNUAL	CHECK	5-REVIEW	NOTES	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	NOV	12
	MON		TUE		WED		THU		FRI		SAT		SUN								
											01		02								
	03		04		05		06		07		08		09								
	10		11		12		13		14		15		16								
17		18		19		20		21		22		23									
24		25		26		27		28		29		30									

WEEKLY 11 NOVEMBER								START		DREAM		VISION		5-STEPS		2025		ANNUAL		CHECK		5-REVIEW		NOTES		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	NOV	12																		
								3 MON				4 TUE				5 WED				6 THU				7 FRI				8 SAT				9 SUN																							
M		T		W		T		F		S		S																																											
1W										01		02																																											
2W		03		04		05		06		07		08		09																																									
3W		10		11		12		13		14		15		16																																									
4W		17		18		19		20		21		22		23																																									
5W		24		25		26		27		28		29		30																																									
○								○								○								○								○								○								○							
○								○								○								○								○								○								○							
○								○								○								○								○								○								○							
○								○								○								○								○								○								○							
○								○								○								○								○								○								○							
○								○								○								○								○								○								○							
○								○								○								○								○								○								○							
WEEKLY PLAN								5		AM										5		AM										5		AM										5		AM									
								6												6										6										6															
								7												7										7										7															
								8												8										8										8															
								9												9										9										9															
								10												10										10										10															
								11												11										11										11															
								12		PM										12		PM								12		PM								12		PM													
								1												1										1										1															
								2												2										2										2															
								3												3										3										3															
								4												4										4										4															
								5												5										5										5															
								6												6										6										6															
								7												7										7										7															
								8												8										8										8															
								9												9										9										9															
								10												10										10										10															
								11												11										11										11															
								12		AM										12		AM								12		AM								12		AM													
								1												1										1										1															
								2												2										2										2															
								3												3										3										3															
								4												4										4										4															

WEEKLY 11 NOVEMBER								START		DREAM		VISION		5-STEPS		2025		ANNUAL		CHECK		5-REVIEW		NOTES		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	NOV	12																		
								17 MON				18 TUE				19 WED				20 THU				21 FRI				22 SAT				23 SUN																							
M T W T F S S																																																							
1W																																																							
2W 03 04 05 06 07 08 09																																																							
3W 10 11 12 13 14 15 16																																																							
4W 17 18 19 20 21 22 23																																																							
5W 24 25 26 27 28 29 30																																																							
○								○								○								○								○								○															
○								○								○								○								○								○															
○								○								○								○								○								○															
○								○								○								○								○								○															
○								○								○								○								○								○															
○								○								○								○								○								○															
○								○								○								○								○								○															
WEEKLY PLAN								5 AM								5 AM								5 AM								5 AM								5 AM								5 AM							
								6								6								6								6								6								6							
								7								7								7								7								7								7							
								8								8								8								8								8								8							
								9								9								9								9								9								9							
								10								10								10								10								10								10							
								11								11								11								11								11								11							
								12 PM								12 PM								12 PM								12 PM								12 PM								12 PM							
								1								1								1								1								1								1							
								2								2								2								2								2								2							
								3								3								3								3								3								3							
								4								4								4								4								4								4							
								5								5								5								5								5								5							
								6								6								6								6								6								6							
								7								7								7								7								7								7							
								8								8								8								8								8								8							
								9								9								9								9								9								9							
								10								10								10								10								10								10							
								11								11								11								11								11								11							
								12 AM								12 AM								12 AM								12 AM								12 AM								12 AM							
								1								1								1								1								1								1							
								2								2								2								2								2								2							
								3								3								3								3								3								3							
								4								4								4								4								4								4							

MONTHLY

12 DECEMBER

START

DREAM

VISION

5-STEPS

2025

ANNUAL

CHECK

5-REVIEW

NOTES

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11

DEC

MONTHLY GOALS

MON

TUE

WED

THU

FRI

SAT

SUN

01

02

03

04

05

06

07

08

09

10

11

12

13

14

15

16

17

18

19

20

21

22

23

24

25성탄절

26

27

28

29

30

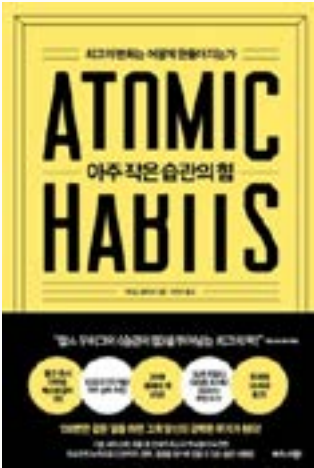
31

WEEKLY 12 DECEMBER								START		DREAM		VISION		5-STEPS		2025		ANNUAL		CHECK		5-REVIEW		NOTES		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		11	DEC						
								8 MON				9 TUE				10 WED				11 THU				12 FRI				13 SAT				14 SUN												
		M	T	W	T	F	S	S																																				
1W		01	02	03	04	05	06	07																																				
2W		08	09	10	11	12	13	14																																				
3W		15	16	17	18	19	20	21																																				
4W		22	23	24	25	26	27	28																																				
5W		29	30	31																																								
○								○				○				○				○				○				○																
○								○				○				○				○				○				○																
○								○				○				○				○				○				○																
○								○				○				○				○				○				○																
○								○				○				○				○				○				○																
○								○				○				○				○				○				○																
○								○				○				○				○				○				○																
WEEKLY PLAN								5	AM							5	AM									5	AM										5	AM						
								6												6									6										6					
								7															7											7										
								8																8										8										
								9																9										9										
								10																10										10										
								11																11										11										
								12	PM														12	PM									12	PM										
								1															1										1											
								2															2										2											
								3															3										3											
								4															4										4											
								5															5										5											
								6															6										6											
								7															7										7											
								8															8										8											
								9															9										9											
								10															10										10											
								11															11										11											
								12	AM														12	AM									12	AM										
								1															1										1											
								2															2										2											
								3															3										3											
								4															4										4											

[illegible]

13

"1년 독서 목표를 적어보세요. 독서량이나 독서명언 같은 것도 좋아요!"

CHECK LIST			"책과 관련된 타이틀을 적어요"	첫번째 책	첫번째 책	첫번째 책	첫번째 책	첫번째 책
	"읽고 싶은 책을 적어두고 체크해보세요"		"책 표지 사진"					
1	아주 작은 습관의 힘	✓						
2	트렌드코리아 2025	✓						
3	넥서스	✓						
4	퓨처셀프	✓						
5	린치핀	✓						
6	마음의 기술	✓						
7	지적 대화를 위한 넓고 얇은 지식	✓						
8	언젠가 우리가 같은 별을 바라본다면	✓						
9	데일 카네기 인간관계론	✓						
10	작별하지 않는다	✓						
11	행복할 거야 이래도 되나 싶을 정도로		날짜	2025.01.01	2025.01.03	2025.01.07	2025.01.20	2025.01.28
12	세이노의 가르침	✓	책 제목	아주 작은 습관의힘	트렌드코리아 2025	넥서스	퓨처셀프	린치핀
13	인생의 의미		저자	제임스 클리어	김난도	유발 히라리	벤저민 하디	세스 고딘
14	EBS 다큐프라임 자본주의		카테고리	자기개발서	자기개발서	자기개발서	자기개발서	자기개발서
15	돈의 속성		첫번째 책	첫번째 책	첫번째 책	첫번째 책	첫번째 책	첫번째 책
16	문과 남자의 과학 공부							
			2025.02.08	2025.02.15	2025.02.19	2025.02.25	2025.03.23	2025.03.28
			마음의 기술	지적 대화를 위한 넓고 얇은 지식	언젠가 우리가 같은 별을 마주본다면	인간관계론	작별하지 않는다	세이노의 가르침
			안 엘렌 클레르	채사장	차인표	데일 카네기	한강	세이노
			자기개발서	인문	소설	자기개발서	소설	자기개발서

REVIEW BOOK JOURNAL		START	DREAM	VISION	5-STEPS	2025	ANNUAL	CHECK	REVIEW	NOTES	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	
		Title	1. 아주 작은 습관의힘						Author	제임스 클리어 지음 / 이한이 옮김													
		Date	2025.01.01 ~ 2025.01.03						Comments	아주 작은 습관 하나가 나의 정체성을 만든다 / 매일 작은 습관 하나씩 실천하기													
PAGE	SENTENCES						COMMENTS		PAGE	SENTENCES						COMMENTS							
	행동을 취하지 않고 최선의 접근법만 생각해내는 데만 몰두한다.						작은 단위 습관을 만들고 이를 달																
챕터1)	볼테르_ 최선은 선GOOD의 적이다. 실행은 행위로서 결과를 도출한다.						력으로 매일 체크해 나가기 (달																
아주작은습관	실패하고 싶지 않고, 하더라도 가능하면 나중으로 미루고 싶은것이다.						력으로 습관 시각화 하기)																
	동작은 쉽다. 아직 자신이 그 과정중에 있다고 느끼게 해준다.																						
19P)	우리 모두 인생에서 불행을 겪지만 장기적으로 볼때 인생은 대게 습관으로						작은 습관의 힘이라는 제목을 가진																
	결정된다.						책. 작은 습관이 인생에 어떤 영																
							향을 미칠지 궁금하다.																
21P)	위대한 책을 쓰고 싶다면 자신이 먼저 그 책이 되어야 한다_나발라비칸트																						
34P)	어떤 목표를 이루려면 어마어마한 개선이 있어야 한다 생각하고 자신을 압						첫 문장은 우리의 통념. 그래서 무																
	박한다. 1퍼센트 성장은 눈에 보이지 않는다.						리한 계획을 세우고 실패하고 좌																
							절한다. 눈에 보이지 않는 1퍼센트																
43P)	시스템 VS 목표 더 나은 결과를 얻고 싶다면 목표세우는 것을 잊어라. 대신						성장 복리의 힘을 말해주는 이야																
	에 시스템에 집중해라. 성공한사람도 실패한 사람도 목표는 같다						기																
46P)	목표를 달성하는 것은 우리 인생의 한순간을 변화시킬 뿐이다. 이는 개선과						정체성을 바꾸면 습관들이 변화																
	다르다. 결과를 유발하는 시스템을 바꿔야 한다.						고 내가 변하게 된다. 나는 어떤																
							사람이 되고싶은지 고민하고 그																
51P)	변화시키고자 하는 대상을 잘못 골랐다. 내가 어떤 사람이 되고싶은지 집중						사람이 된 것 처럼 생각해야한																
	해야한다. 날씬해지고싶어라는 결과가 아닌 난 이미 건강한 사람이야 라는						다.																
	정체성 변화 / 나는 원래 이런사람이야!																						
59P)	자신이 어떤 유형의 사람이라고 믿는 경우 그 믿음과 일치하는 방향으로 행						습관을 세우는 것은 나를 만들어																
	동하는 경향 이미 스스로 그렇다고 믿고 있는 유형처럼 행동하기만 하면 된						나가는 과정이다. 그 습관들이 나																
	다.						의 현재 모습이라는 생각이 든다																
	습관은 정체성을 만들어 나간다. 행위를 반복해 나갈수록 그 행위와 연관된																						
	어떤 사람이 되고싶은지 결정한다. 그리고 작은 성공들로 스스로에게 증명한다						내가 정말 그렇게 되고 싶다면																
							그렇게 되기위한 습관을 매일해																
챕터2)	행동변화의 첫번째 법칙은 분명하게 만들어라다.						서 나에게 증명하자																
분명해라	분명한 시각적 신호는 우리의 주의를 끌어 습관적 행동을 하게 된다.																						
	한공간에서 한가지 일만 / 맥락이 섞이기 시작하면 습관들도 섞인다. 그러						현재 한 책상에서 행하던 일이																
	면서 그 중 더 쉬운 일을 하게된다.						너무 많다. 책상에서도 구분이 필																
							요할 듯 하다.																

REVIEW BOOK JOURNAL		START	DREAM	VISION	5-STEPS	2025	ANNUAL	CHECK	REVIEW	NOTES	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12			
		Title	1. 아주 작은 습관의힘							Author	제임스 클리어 지음 / 이한이 옮김														
		Date	2025.01.01 ~ 2025.01.03							Comments	아주 작은 습관 하나가 나의 정체성을 만든다 / 매일 작은 습관 하나씩 실천하기														
PAGE	SENTENCES							COMMENTS				PAGE	SENTENCES							COMMENTS					
챕터1) 아주작은습관	행동을 취하지 않고 최선의 접근법만 생각해내는 데만 몰두한다.							작은 단위 습관을 만들고 이를 달력으로 매일 체크해 나가기 (달력으로 습관 시각화 하기)																	
	볼테르_ 최선은 선GOOD의 적이다. 실행은 행위로서 결과를 도출한다.																								
	실패하고 싶지 않고, 하더라도 가능하면 나중으로 미루고 싶은것이다.																								
	동작은 쉽다. 아직 자신이 그 과정중에 있다고 느끼게 해준다.																								
19P)	우리 모두 인생에서 불행을 겪지만 장기적으로 볼때 인생은 대게 습관으로 결정된다.							작은 습관의 힘이라는 제목을 가진 책. 작은 습관이 인생에 어떤 영향을 미칠지 궁금하다.																	
21P)	위대한 책을 쓰고 싶다면 자신이 먼저 그 책이 되어야 한다_나발라비칸트																								
34P)	어떤 목표를 이루려면 어마어마한 개선이 있어야 한다 생각하고 자신을 압박한다. 1퍼센트 성장은 눈에 보이지 않는다.																								
43P)	시스템 VS 목표 더 나은 결과를 얻고 싶다면 목표세우는 것을 잊어라. 대신에 시스템에 집중해라. 성공한사람도 실패한 사람도 목표는 같다							첫 문장은 우리의 통념. 그래서 무리한 계획을 세우고 실패하고 좌절한다. 눈에 보이지 않는 1퍼센트 성장 복리의 힘을 말해주는 이야기																	
46P)	목표를 달성하는 것은 우리 인생의 한순간을 변화시킬 뿐이다. 이는 개선과 다르다. 결과를 유발하는 시스템을 바꿔야 한다.																								
51P)	변화시키고자 하는 대상을 잘못 골랐다. 내가 어떤 사람이 되고싶은지 집중해야한다. 날씬해지고싶어라는 결과가 아닌 난 이미 건강한 사람이야 라는 정체성 변화 / 나는 원래 이런사람이야!																								
59P)	자신이 어떤 유형의 사람이라고 믿는 경우 그 믿음과 일치하는 방향으로 행동하는 경향 이미 스스로 그렇다고 믿고 있는 유형처럼 행동하기만 하면 된다.											습관을 세우는 것은 나를 만들어 나가는 과정이다. 그 습관들이 나의 현재 모습이라는 생각이 든다													
습관은 정체성을 만들어 나간다. 행위를 반복해 나갈수록 그 행위와 연관된																									
어떤 사람이 되고싶은지 결정한다. 그리고 작은 성공들로 스스로에게 증명한다																									
챕터2) 분명해라	행동변화의 첫번째 법칙은 분명하게 만들어라다.							내가 정말 그렇게 되고 싶다면 그렇게 되기위한 습관을 매일해서 나에게 증명하자																	
분명한 시각적 신호는 우리의 주의를 끌어 습관적 행동을 하게 된다.																									
한공간에서 한가지 일만 / 맥락이 섞이기 시작하면 습관들도 섞인다. 그러면서 그 중 더 쉬운 일을 하게된다.																									
							현재 한 책상에서 행하던 일이 너무 많다. 책상에서도 구분이 필요할 듯 하다.																		

REVIEW LIFE LOG		START	DREAM	VISION	5-STEPS	2025	ANNUAL	CHECK	REVIEW	NOTES	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
		"특별한 하루날이나 영화 전시 공연 여행 등 일상을 자유롭게 기록해보세요!"																				
"책과 관련된 타이틀을 적어요"		올해 첫번째 전시			올해 두번째 전시			올해 세번째 전시			올해 네번째 전시			올해 다섯번째 전시								
"사진"																						
Title	날짜	Title	2025.01.22		Title	2025.03.02		Title	2025.02.25		Title	2025.03.28		Title	2025.04.10							
Date	책 제목	Date	불멸의 화가 반고흐 전시		Date	상설전		Date	디즈니 100년 특별전		Date	[디뮤지엄] 취향가옥: Art in		Date	내셔널지오그래픽 사진전							
SITE	저자	SITE	한가람 미술관		SITE	아라리오뮤지엄 인 스페이스		SITE	K현대미술관		SITE	디뮤지엄		SITE	MUSEUM 209							
CATEGORY	카테고리	CATEGORY	전시 관람		CATEGORY	전시 관람		CATEGORY	전시 관람		CATEGORY	전시 관람		CATEGORY	사진전							
"관련된 내용을 적는 공간이에요."		반고흐 전시가 열린다길래 친구랑 함께 가봤다. 반고흐와 관련된 작품들이 있었는데 유명한 작품은 많이 보이지 않았다. 집와서 찾아봐서 알 정도 였다. 내가 조금 더 사전조사를 하고 갔으면 했다. 기다리는 시간이 조금 길어서 힘들었다. 근처에 맛집도 있어서 갔는데 정말 맛있게 먹고 나왔다. 			평상시에 자주 가던 아라리오 인 스페이스 전시장을 가보았다. 시간도 있고 해서 전시 관람을 했는데 간단하게 구경하기 좋았다. 앞으로 이런 기회를 더 많이 가져야겠다는 생각이 들었다. 오랜만에 문화생활을 하니 뜻 깊은 시간이었다. 			디즈니 100 특별전에 들어서는 것은 꿈이 현실이 되는 세계로 들어서는 듯한 느낌을 줬다. 평생 디즈니 팬이어서 이 전시회가 이어마법, 혁신, 스토리텔링을 잊을 수 없는 방식으로 포착하는 모습을 보고 매우 기뻐다. 전시회는 아름답게 구성되어 있었고, 각 섹션은 디즈니 역사의 서로 다른 시대나 주제를 다루고 있어 보기 좋았다.  근처가게와플			다양한 작품이 정말 많아서 즐기기 충분히 즐기려면 일찍 가야할 거 같다. 작품을 공감각적으로 바라볼 수 있는 느낌이 들었다. 특색있는 작품도 많았고 익숙한 피카소 작품도 있어서 다시한번 가서 오래 보고 싶다. 			귀여운 사진이 많아서 좋았다. 기념품으로 산 잡지도 잘 산거 같다. 동물 좋아하면 한번쯤 가볼만 하다. 								

[illegible]

START

DREAM

VISION

5-STEPS

2025

ANNUAL

CHECK

REVIEW

6MM

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

[illegible]

START

DREAM

VISION

5-STEPS

2025

ANNUAL

CHECK

REVIEW

8MM

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

START

DREAM

VISION

5-STEPS

2025

ANNUAL

CHECK

REVIEW

8MM

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

[illegible]

NOTES	START	DREAM	VISION	5-STEPS	2025	ANNUAL	CHECK	REVIEW	8MM	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12

NOTES	START	DREAM	VISION	5-STEPS	2025	ANNUAL	CHECK	REVIEW	8MM	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12

