

社團法人台灣社會心理復健協會
 自立生活日誌 (計畫執行者/障礙者)

我的名字：_____ 年__月__日至__月__日

我的目標			
為了達到目標， 我準備做什麼 (我的計畫)			
達成計畫的獎勵			
日期	做了什麼事情/參與者	我的感想	我的心情
月 日 星期			😊 😐 😞
月 日 星期			😊 😐 😞
月 日 星期			😊 😐 😞
月 日 星期			😊 😐 😞
月 日 星期			😊 😐 😞
月 日 星期			😊 😐 😞
月 日 星期			😊 😐 😞
達成自己設定的計畫了嗎？ <input type="checkbox"/> 完成。給自己一個獎勵吧!! <input type="checkbox"/> 沒有完成；原因是_____			