

● 沒怎麼努力 ● 有一些努力 ● 非常努力

行動夥伴簽名

A 我練習明智地運用時間，並在每天晚上的祈禱中向天父回報。 ● ● ●

B 我每天寫下一件感謝的事。 ● ● ●

C 我努力履行個人的承諾。 ● ● ●

D 我有聯絡並支持我的行動夥伴。 ● ● ●

E 我與家人或朋友分享我所學到的事。 ● ● ●