

■2018 年を振り返っての全体的な反省と振り返りとしての感想

■うまくいったことや評価できることは？クリアできたことや良かったことは？(箇条書きで)

■できなかったことや達成できなかったことは何だったか？(箇条書きで)

■できなかった原因は何だと思うか？

■では、これらを克服して次の成長につなげるためには何が必要だと思うか？

■そのために今日から何を具体的にどんなことを実行していくか？、、

■自分が決めたことを自分に宣言しよう！