



挫折

☐ 今までで一番つらかったのは何歳くらいの時ですか？

☐ 何が一番つらかったですか？

☐ その時に支えになったのはどんなことですか？

☐ それによって、どのような変化がありましたか？

☐ その時の自分にアドバイスをするとしたら何を伝えますか？

☐ 挫折を乗り越えるのに一番必要なのは、何でしたか？