A-1　　記入日　　年　月　日

熊本県立大学への選択を振り返るシート

日々の生活の中で、選択はつきものだと思います。なぜあなたは熊本県立大学に入学したのですか？今の気持ちを忘れないために、記録に残しましょう。また、数か月後に振り返って心境の確認をしてみましょう。

熊本県立大学を選択するまでの経緯

選ぶまでにどういった情報を用いたか

入学直後の心境を書き留めましょう

［点数　　/10］（結果についての評価を 10 点満点で記入します）

（　　）ヶ月後の振り返り（なぜ入学して良かったと思うか、なぜ悪かったと思うか）

［点数　　/10］（結果についての評価を 10 点満点で記入します）

A
1

A-2　　記入日　　年　月　日

選択の振り返りシート

自分が選択しやり遂げたことや、失敗したなと思ったことを自由に書いてみましょう。失敗体験は、「なぜこうなったか」の原因や理由を明確にし、「どうすれば成功したのか」の改善点を考えてみましょう。成功体験は、「何が成功の要因だったのか」を見つけ、さらに良くするための方法を考えましょう。

選択内容

「いつ」「どこで」「どのような時」「どのような理由」で選択したか

結果(今の心境)　　記入日　　月　日

[点数　/10] (結果についての評価を 10 点満点で記入します)

なぜ成功・失敗したか？

(　　)ヶ月後、振り返って

[点数　/10] (結果についての評価を 10 点満点で記入します)

A2

A-3

目標チェックシート

自分が立てた目標などを整理するシートです。
いろいろな所に掲げた目標などを１つにまとめ、確認・振り返りがしやすいようにしましょう。
その時、どのスパン（年間・月間・週間・日間）でやることなのかを枠内に書きましょう。
また、振り返って達成できていたらチェック欄にチェックしましょう。

目標・やりたいこと	スパン	チェック

A
3

A-4　　記入日　　年　月　日

心に残った○○シート

音楽・ドラマ・フレーズなど、自分の心に残った○○をテーマに書きましょう。
あなたの人生に大きく影響を与えるものも出てくるかもしれません。

作品名・誰が言った言葉か(歌詞なら CD 名、詩なら詩のタイトルを書きましょう)

心に残った(　　):実際に心に残った言葉を書こう

なぜ印象に残った?　どんなところが好き?

この言葉や人物を通して、新しくやりたいことや自分に活かせるところを書きましょう

A
4