

反省單

- (1) 把前因後果寫清楚
- (2) 先不要怪別人對你做了什麼，而是先反省自己在這過程中做錯了什麼？
- (3) 告訴我你這麼做會有什麼後果？
- (4) 自己該怎麼做，才能彌補這次的傷害？
- (5) 下次該如何避免再有這樣的事情發生呢？