1. 回想学习单　步骤指示

① 针对做为主题的经验的整体印象，不用强行化成语言，就停留在单纯地感觉的阶段，并持续一小段时间。

② 自问发生了什么样的事情。彷佛将浮现的事件打捞起来一般，用简短的文字书写记录。在○之中任意并排。主要目的是回忆，所以不用写成完整的文章。也不需要刻意详细到让他人明白的程度。从一个活动开始，不管想出的多少的事情，写到一定的程度就以「…」作为结尾。代表，无法用书写记录完。

如果是以搭挡或是小组为成一圈分享的情况下，写专有名词也没关系。能够在自己反复阅读的时候可以理解的程度，以名词开头等等记录。

③ 感觉重要的地方在底下画线。