

# LINE 通信

2022年12月15日

## 振り返り力

### 振り返りの重要性

振り返りを行う最も大きな意義は、モチベーションが向上することです。自分の成長を自覚したり、毎日の業務を点ではなく線にとらえることで、現在行っている業務にやりがいを見出せるようになります。

### 振り返りのポイント

過去の失敗に固執せず、未来に重点をおいて思考することです。振り返りを行っていると、後悔の気持ちが湧いてきてしまいますが、後悔はその先の行動につながりません。

### 振り返りの手法

「Keep＝良かったこと」「Problem＝改善が必要なこと」「Try＝次に取り組むこと」の3つの視点から考えをまとめ、改善点や解決策を。