

コンセプト

例えばどんな状況？

振り返りがあるから現在の状況を認識出来る (過去と変わったか？未来はどうなりたいか？)

振り返りをすれば、必ず「次はこうしよう」「やっぱりこうしよう」と改善方法を考えるので、何度も同じ失敗をし続けることが出来なくなります。振り返りをしなければ、10回でも100回でも同じような失敗をし続けてしまうのです。

- 例
 - 交流会に行く時 仕事につなげれば良いなあ
 - セミナーに行く時 集客の悩みを解決したい！
〇〇を解決したい
 - チラシを配る時 〇〇人ぐらい集客したいなあ
 - SNSやブログを始めた時 こんな状況になったらいいなあ

振り返って自分を責める必要はないです。全て計画段階で変更すればよいだけです

行動できなかった事は悪いことじゃない 行動できないと分かったら次の手を打とう！

自分にあった、自分らしい計画を立てよう 無理しない 嫌なことは極力さける

成果が出ない原因は全てこれ「振り返りはしている？」

なぜ？

振り返る為に重要な事は

振り返れるように行動計画を立てる

- 1. 行動計画を立てた段階で想定している成果を書き込んでおく
 - 想定目標とは 次の3パターンで決めておく
 - 数字で測れる目標
 - 感情の目標
 - こんな感想になってほしい
 - こんな感情になっているはず
 - 1自分の事なら感情で分かる お客様ならアンケートで分かる
 - 状況目標
 - こんな状況になっているはず
- 2. 行動できたかどうか？
- 3. 行動できたら、成果はどうだった？ 想定通りそれともそうではなかった？
 - これが何よりも重要 自分の行動と成果を認識すれば、今後の学習も行動もどんなズレがなくなっていく ※スキルが身につく過程でもある
 - 想定していた成果を100とすれば 1〜200で回答してみよう
どのくらいできた？ その数値を元に改善計画を考えよう
- 4. 2の振り返りを元に改善したり、やっぱり苦手だから別の方法を取ろう！ など感情を大事にしよう

振り返りを定期的におこなう

一人ですより2〜6人ぐらいでするとより効果的
アドバイスを聞いたり、アドバイスをすることで自分の事も客観的にみれるようになる。

小さな成果を繰り返し、成果が出るんだ！の習慣を身に付けたほうが良いよ

小さな成果を繰り返せば確実に変化している
小さな成果をお祝いして「自分はやればできる子」って自信を身につけよう

正しいやり方で一つ一つステージを乗り越えよう

やり方が分からず計画を立てれない場合は、効率の良いやり方を実践済みの人に聞こう！
どんだんに頼ったり、居座ってもらおう習慣を身に付けよう
自分本位で考えずに相手のことも考えて、お互いにとって良い提案を考えよう

でも・・・

一人で頑張らずぎてるんじゃない？

私も頑張るから一緒にチャレンジしない？

オファー

起業サポート