緩和ケア研修の振り返り　氏名　　　　　　　　　　　　年　　月　　日

レジデントA「いや～、この研修はタメになったな～」　レジデントB「全然進歩していません…」

A先生、タメになったのは良いのですが、経験しっぱなしでは、折角の学びもどんどん消えていきます。

B先生、本当にそうでしょうか？経験があれば必ず成長があり、それを言葉にすることが大切です。

「振り返り」は、できたこと、できなかったことをバランス良く冷静に評価すること、気づきや感情を言語化すること、そして次にどうするか、新たな具体的な目標を立てることを目的とします。このことで経験は、単なる思い出から実践的な知恵となって、あなたの中に蓄積されていきます。

「振り返り」には準備が必要です。指導医との**約束の日までに、下欄を埋めて**おいてください。

研修開始時に渡した研修目標の**基礎項目、専門項目についての自己評価**も併せて行ってください

|  |
| --- |
| **目標**前回に立てた目標 |
| **できたこと**　目標1つ1つに対して、またその他のことで |
| **できなかったこと**　目標1つ1つに対して、またその他のことで |
| **印象に残った出来事と気づき**　※気づきとは､自ら関わり考えたことで､今まで知覚していなかったことに注意が向き､分かったことや自覚したことです｡｢あっ､そうだったんだ!｣というように｡ |
| **感情**　嬉しかったこと、辛かったこと、不安なこと など |
| **今後の目標**　自己評価可能な具体的なもの |