

～ 金曜日 ～

★実践チームワーク チームに分かれて与えられたお題（楽しんでできるものを用意）をクリアしていきます。複数人の中で自分の意見を言えるようになることはとても大事。プログラムでは多数決ではなく、じっくり納得するまで話し合い決定していきます（合意形成）。他者を尊重しながら自分の意見を表明する練習になります。

<こんな方にピッタリ>

- ・ 一体感や達成感を味わいたい
- ・ とにかく人と何かをするのが好き
- ・ 自分の意見を表明する練習がしたい
- ・ リーダーシップの練習の場がほしい
- ・ 真の協調とは何かを体験してみたい
- ・ 人は苦手だが、復職に向けて負荷をかけていきたい

★グループワーク 子供は、遊びを通してコミュニケーションを学び、無邪気に自分を表現します。恐れや不安、人の目、世間体、羞恥心、他者と比べることなど、大人になってから身につけた自分を狭くしてしまう鎧（よろい）を脱ぎ捨てて、皆で語りたり楽しんだりしてみませんか。無邪気な自分を取り戻しましょう！

<こんな方にピッタリ>

- ・ 気分転換したい
- ・ 皆で何かをしてみたい
- ・ 遊び心を取り戻したい
- ・ テーマにそって自由に語りたい
- ・ 難しいことは考えずに楽しみたい
- ・ 人見知りなので人と話して慣れていきたい

★復職支援 電話対応、名刺交換のマナー、職場で困った時の伝え方など、あらゆる場面を想定したソーシャルスキルトレーニング（SST）やロールプレイ（比較的やさしい内容で見本を用意）などを行うこともあります！
見学だけでもOK！見学途中から参加しても大丈夫です。
安心してご参加ください。

<こんな方にピッタリ>

- ・ 復職に向けて負荷をかけていきたい
- ・ 復職に向けてビジネス感覚を取り戻したい
- ・ いまさら聞けない基本ラインをおさえたい
- ・ 当たり前に行っていることの再確認をしたい

※[心理療法](#)や[疾病理解講座](#)もあります。詳しくは[リワークプログラムカレンダー](#)をご覧ください