

復職をされた方も * リワーク現役の方も



リワーク フォローアップ

復職はゴールではなく、大切な「リ・スタート」☆
環境が再び変わる中、一人じゃないって大切です。
復職した後もココロのメンテナンスを上手にやっていきましょう！

こんなこと
やります

- ★実際に復職して直面した出来事やテーマについて一緒に検討していったり、練習したりしていきましょう。
- ★具体的なSST(ソーシャルスキルトレーニング)も必要場面に応じて実施していきます。
- ★ストレスや愚痴、弱音もここなら吐き出し放題！ココロのほぐし処として。
- ★復職後に改めて客観的に「自分のできているところ」「自分の持っている力」を確認していく事はとても大切です。皆で確認し合ってください。

★リワーク現役の方にも貴重な機会

復職をこれから控えている方にとっては
実際の課題を復職を果たした方々から **直接きく** ことで
「こういうこともあるんだ」と **心の準備** をすることができます。

直前だけではなく、何か月も前から **続けて** ご参加されていると
先輩方の直前のドキドキや不安 ~ 復職直後 ~ 慣れてきた頃の課題と
プロセスが進んでいく様子 を生々しく
一緒に見せて戴くこととなります。

皆さんが「その時」を迎える際…
今までの先輩方を見てきた安心感が
大きな支え になっている姿を見る度に

F-upの場を持っている強み
復職後の維持安定に寄与しているとの
皆さんのお声をいつも思い出す次第です。

主役は
復職された
方々なので

* 復職後の維持安定に *

時間の余裕のある時に
復職者に質問できます

(これがまた毎回実りが多くてですね)

月1回(土曜日)実施

日程は HP>リワーク・デイケア
カレンダーをご参照ください

9:00-12:00



担当: 江尻きみこ

※お問合せは受付まで ※ご予約不要

※ リワーク・デイケアに一度でもご参加戴いたことのある方が対象です