



きたサポだより 9月号

September 1, 2024

ひろしま北部若者サポートステーション サポステ・プラス
広島市安佐北区可部南5-13-21
TEL (082) 516-6557 FAX (082) 516-6553
E-Mail: hirosima-saposute@roukyou.gr.jp
http://hirosimahokubu-sapo.roukyou.gr.jp



おすすめ!



WORK FIT

サポステでは(株)リクルートさんが提供する
就労支援プログラム(ワークフィット)を取り入れています!

ワークフィットは、講師が受講者に講義をするスタイルではなく、受講者同士が関わりを持ちながら、お互いの力を借り、対話を通じて仲間同士で可能性を引き出し合うことを大切にしましたプログラムです。

少し難しそうに感じるかもしれませんが心配はいりません。ファシリテーター(進行役)もいますので、「楽しみに行く」つもりでご参加ください。



強み発見

はじめの一步A

リフレーミングという手法を使い、仲間と一緒に「気持ち」を知り「らしさ(良い面)」を発見し合うプログラムです。他者とつながることへの怖れをなくし、それぞれのレベルに合った、次への一步を踏み出す意欲を高めます。

【参加者の声】

- ・自分の長所を発見することができた。
- ・短所をあまり気にしすぎなくても良いと思えた。
- ・自分では短所だと思う部分が、他の人から見たら長所になりうるということがわかった。
- ・セミナーに参加をして勇気が出た。

他者と関わる

はじめの一步B

受講者同士の共同作業を通じて、自分らしさを認識することができるプログラムです。共同作業を行うことで、自分では気づかなかった「らしさ」を発見し、自己肯定感、自己効力感を高め次への一步を踏み出す意欲を高めます。

【参加者の声】

- ・人と関わることへの気持ちが少し軽くなった。
- ・人と協力して何かをやることは大変だけど楽しいと感じた。
- ・自分一人の考えではどうにもならないことでも他の人の意見を聞くことで解決できることを学んだ。

面接対策

1dayセミナー

短時間で就職活動のポイントを押さえ、実践で使うことのできる内容で構成しています。就職活動における、よくある課題を理解し、課題を解決していく方法を実践的に学びます。プログラムでは、就職活動の大きな悩みになる、面接力を向上させ、就職活動に自信を持って取り組めるように支援するプログラムです。

【参加者の声】

- ・セミナーで配布された接点整理シートを活用することで自分の持っている力を知ることができた。
- ・面接では受け答えの内容だけでなく、声のほりや目線が大事なことを改めて学べた。

おらせ

出張相談のお知らせ

- ◆安佐北区総合福祉センター 9/3 (火) 15:00~17:00
- ◆安佐南区総合福祉センター 9/3 (火) 13:00~15:00
- ◆ハローワーク三次 9/11 (水) 13:00~16:00
- 9/25 (水) 13:00~16:00
- ◆ハローワーク安芸高田 9/4 (水) 14:00~16:00
- ◆ハローワーク可部 9/18 (水) 13:00~16:00

※相談は予約制です。

9月

編集スタッフより



今月特集したワークフィットプログラムははじめの一步のファシリテーター(進行役)をさせていただくようになって2年以上経ちます。プログラムは(株)リクルートさんが構築したもので、非常に細密な内容になっているにも関わらず、毎回同じパターンにならないのが不思議です。利用者さんの新しい一面が発見できたり、爆笑の中で幕がおりたりと、毎回楽しませていただいています。できるだけ参加者の方が自分を出せる場を意識しています。内容の濃いプログラムとリラックスした雰囲気でお待ちしていますので、是非、一度ご参加ください(^ ^)/

