

< 別紙 >

コミュニケーション・ワークの概要

社会復帰に最低限必要な“自己表現力”と“コミュニケーション力”を身につけると共に、参加者が自分自身の不安や悩みに向き合い、そこから課題を見つけ、自ら解決する力を発揮できるようにすることを目指すためのワークです。

短時間でも本質的な問題に触れることができ、自らの気づきの場ともなり、女性が本音で語り合える場です。

“Good & New”を使った自己紹介

24時間以内にあった良かったことについて書き出し、そのエピソードについて2人一組となり交替して話す。相手のことを少し知るためのウォーミングアップ

シェアリング

「人生」、「仕事」、「パートナーシップ」の中から話したいテーマをひとつ選んで語り、マインドマップを作成し、自分の思いを文字に表す。2人一組となり相手に語り、聴いてもらう



マインドマップ作成 テーマ「パートナーシップ」



NECワーキングマザーサロン 会場の様子