

～セミナー紹介～

サポよこジョブクラブ

» » グループワークを通して、自己理解を深めることを目的としたセミナーです★

就職活動のベースとなる自己理解。しかし、自分で自分を理解するのは難しいものです。グループワークでは、様々な人との対話を通して、自己理解を深めることが期待できます。

11月のある日のジョブクラブでは、エゴグラムについて学びました。
エゴグラムでは、人の自我状態(エゴ)を5つのタイプに分類し、それを図表化(グラム)します。これを活用することによって、自分の性格傾向や行動パターンを把握するなど自己理解を深めることができるほか、他者との関わり方への気付きを得ることにもつながります。
参加者のみなさんにはどんな気づきがあったのでしょうか(*^~*)



参加者の声

- ★エゴグラムの質問に「どちらでもない」をできるだけ選ばずに答えたことで、あいまいだった自分の心が理解できた気がした。
- ★図表化してみると、自分の特性が理解できたとし、納得できる部分がたくさんあった。自分自身を見つめることができました。

サポかふえ

» » コミュニケーションカアップを目的としたセミナーです★

毎回多くの参加者が集うので、積極的に参加することで対人スキルが磨かれます！

10月は、ブラックボックスゲームやキャンディのつかみ取り大会など楽しい時間がたくさん♪
ゲームを通して緊張感がほどけてからは、グループワークを実施！お題は「小学校時代に憧れていたアニメや物語の登場人物」。自分のことをわかりやすく相手に伝えたり、相手の話を一生懸命聴いたり、みなさん真剣に取り組んでいました♪



参加者の声

- ・他の人の発表の仕方を聞いて、今後の参考にしようと思いました。
- ・緊張もしましたが、楽しかったです。また他の方と関わる場があれば、思い切って参加してみようと思います。

～卒業生の働く姿～

11月25日(水)のサポかふえにおいて、働いているサポよこ卒業生をお呼びして、現利用者の方との懇親会を開催しました。

卒業生がお話してくれたことについて、インタビュー形式でお伝えします✍



事務職で働く A さん



縫製業で働く B さん

サポよこを利用するようになったきっかけは？

就活において、相談できる場所が良かったと思っていて、ネットでサポよこのことを知りました。問い合わせをし、相談しに行きました。



いとこの勧めがきっかけです。ひとりでの就職活動は無理だと思っていたので、個人に応じてサポートしてくれるのはいいなと思いました。



サポよこではどんな活動をしましたか？

面談が主でした。面談ではじっくり自己分析をして、自分を見つめなおすことができました。

各種セミナーにも参加しましたし、企業見学、企業体験も行いました。



働く前と働く今、気持ちの変化などはありましたか？

これまでは接客の仕事が多く、事務職は未経験の仕事でしたが、やってみると意外と自分にも出来る人が多いと感じています。不安でも、一歩踏み出して「やってみる」ことで、知ることや気づくことがあるのだと思いました。

また、私は絵を描くことが好きだったり、簡単なホームページの作成を趣味で行っていたのですが、これらのことが仕事に役立つ場面もあります。どこで何が役に立つかわからないですね。趣味も思いっきりやろう！と思うようになりました。さらに、接客での対応スキルも今の仕事に役立っています。

前職よりお給料もいただけるので、以前より罪悪感なく買い物もでき、気持ち的にも余裕が生まれました。



働く前は、自分が気に入った会社が雇ってくれるとは限らない、選り好みしている場合ではないという自信の無さと焦りでいっぱいでした。しかし、サポよこで様々なセミナーを受けて少し自信が持ったことで、興味のある会社の見学をしてみたいと思えるようになりました。

働き始めて思うことは、もともと興味があった仕事なので、仕事をスムーズに行うために必要な工夫や努力をすることが苦痛ではないということです。また、先輩から間違いを指摘されても「怒られた」というようなマイナスの気持ちにはならず、指導していただいたことに素直に感謝できていることに気がつきました。