

今の「気持ち」を知り、 自分の良い面を発見しませんか



はじめの一步A

<リフレーミングワーク>

【リフレーミング】
物事の枠組みを変え
違う視点から見ること

<セミナー紹介>

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。仲間と参加することで、他の人とつながることへの怖れが少なくなり、自分に合った、次への一步を踏み出すヒントが見つかるかも。

対象

※とよサポに利用登録をされている方のみ参加可能です

- ・グループワークセミナーに興味のある方
- ・他者との関わりや「一步踏み出す」ことに不安を抱えられている方

開催日時

2025年11月14日（金）

13時00分～14時30分（多少前後する可能性あり）

開催場所

とよはし若者サポートステーション

申込方法・締め切り

2025年11月13日（木）17時まで

※定員：5名程度（到達次第締め切る可能性あり）



紹介動画もあわせて
チェックしてみてください

問い合わせ先

担当支援員に希望をお伝えください
または、TEL：0532-48-7808まで

主催

とよはし若者サポートステーション

※WORKFITとは株式会社リクルートのセミナー名称です。

このプログラムは株式会社リクルートよりプログラムの提供を受けて実施しています