

就職支援プログラム グループワーク のご案内



参加費用
無料

- 定員各回6名程度、事前予約制(2週間前からご予約を承ります)。
- ご予約の際は、電話、ホームページ、担当カウンセラーよりお申込みください。
- グループワーク中は、参加者間のディスカッション等があるため、マスクを着用するなど、咳エチケットへのご協力をお願いします。

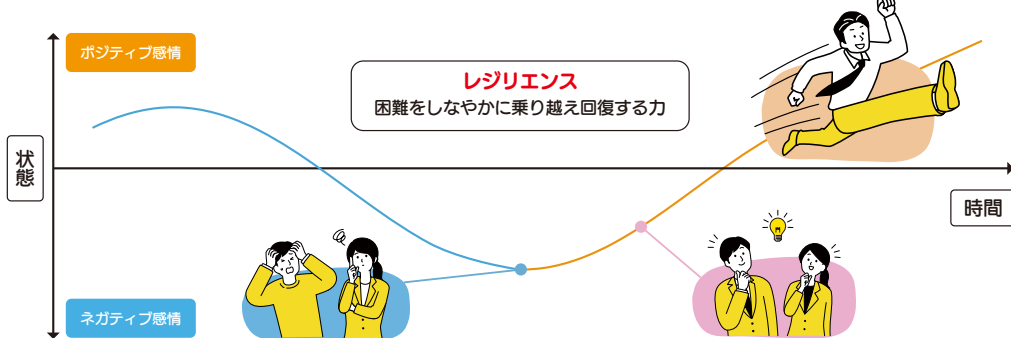


1月に約1年ぶりに復活し、好評だったグループワークメニュー「自己肯定感を理解してレジリエンスの力を育てよう」が3月にも再登場。就職に前向きになれない方や自己肯定感を高めたい方におすすめです。

3月のスケジュール・内容は裏面をご覧ください。

自己肯定感を理解してレジリエンスの力を育てよう

自己肯定感(自分を認めて許容すること)の理解を深めることで、落ち込んだ時、つらい時から立ち直るための「レジリエンスの力」を育てる方法をお伝えします。



「先行きが不安定で就職に前向きになれない」「自己肯定感を高めたい」「自分に自信をもちたい」という方は、ご自身の「レジリエンスの力」を持つきっかけにしましょう。

アンケート
前回の参加者



レジリエンスについて、グループワークを通じていろいろな人の意見が聞けて良かった。



人によって考え方が違い面白かった。違っているから探めることもあるし、助け合うこともできる。



いままで回復力について考えた事がなかったが、受講して思考や視野が広がった。

かながわ若者就職支援センター

TEL 045-410-3357

月～土曜日 9:30～18:00 (祝日・年末年始を除く)

横浜市西区北幸1-11-15 横浜STビル5階(横浜駅西口徒歩8分)

※この事業は神奈川県より委託されたパーソルテンプスタッフ株式会社が運営いたします。



かながわ若者就職支援センター 3月のイベントカレンダー

日	月	火	水	木	金	土
					1 10:00～13:00 自己分析 ～自己理解を深めキャリア プランを考える～★ 14:00～15:00 福祉のしごと 説明会	2 10:00～13:00 これから就活を始める 人に～就職市場を含めて 考えてみよう～
3	4 10:00～13:00 コミュニケーション ～自己紹介のポイント～ 14:00～17:00 面接対策基礎 ～面接の基本を おさえよう～★	5 10:00～13:00 コミュニケーション ～上手に自己主張～ 14:00～17:00 模擬面接～本番さながら の練習で面接に 慣れよう～★	6 10:00～13:00 応募書類の作成 ～ワンポイント講座～★	7 14:00～17:00 しごと理解～「しごと」の特性 を知り、選ぶポイント をおさえよう～★	8 10:00～13:00 人生すごろく ～人生イベントの 振り返り～ 14:00～15:00 職業訓練説明会	9 10:00～13:00 自己肯定感を理解して レジリエンスの力を 育てよう
10	11 14:00～17:00 これから就活を始める 人に～就職市場を含めて 考えてみよう～	12 10:00～13:00 コミュニケーション ～自己紹介のポイント～ 14:00～17:00 しごと理解～「しごと」の特性 を知り、選ぶポイント をおさえよう～★	13 10:00～13:00 面接対策基礎 ～面接の基本を おさえよう～★ 14:00～17:00 コミュニケーション ～上手に自己主張～	14 10:00～13:00 人事のひとに 聞いてみよう 14:00～17:00 模擬面接～本番さながら の練習で面接に 慣れよう～★	15 10:00～13:00 自己分析 ～自己理解を深めキャリア プランを考える～★ 14:00～15:00 福祉のしごと 説明会	16 13:00～16:00 公認心理師と話そう 働くことについてみんなで 話そう～with公認心理師～
17	18 14:00～17:00 自己肯定感を理解して レジリエンスの力を 育てよう	19 10:00～13:00 人生すごろく ～人生イベントの 振り返り～	20 春分の日	21 10:00～13:00 応募書類の作成 ～ワンポイント講座～★	22 14:00～15:00 職業訓練説明会	23 13:00～16:00 公認心理師と話そう セルフケア～ストレスを溜め 込まないためにできること～
24	25	26	27	28	29	30

3月おすすめのグループワークメニュー ★印のついたグループワークは就職氷河期世代の方にもご参加いただけます

カテゴリ	セミナー名	概要紹介文
就職活動の基礎知識	これから就活を始める 人に～就職市場を含めて 考えてみよう～	就職活動を始めるにあたり、就職市場を知り、必要なこと、進め方、具体的なスケジュールを整理し、やるべき工程を確認していきます。
	人生すごろく ～人生イベントの振り返り～	人生を「すごろく」に見立てたゲームで、他の方との交流を楽しみながら、大切にしている価値観や動き方の軸を見つけていきましょう。
就職活動の実践 基礎	自己分析 ～自己理解を深めキャリア プランを考える～ ★	「ジョブ・カード活用ガイド」を使って、興味、関心、価値観、強み、弱みについて言語化し、自身のキャリアプランを考えてみましょう。
	しごと理解～「しごと」の 特性を知り、選ぶ ポイントをおさえよう～ ★	人も仕事も特性があり、さまざまな要素から成り立ちます。「営業」「事務」とひとことで言っても、その中でも種類があることを知り、職種選択の幅を広げていきます。
就職活動の実践 応用	模擬面接～本番さながら の練習で面接に慣れよう～ ★	面接練習の総仕上げとして、カウンセラーが面接官となり、本番さながらの模擬面接を実施します。模擬面接を通じて、効果的な自己PRや好印象を与える対応を学びます。
	人事のひとに 聞いてみよう	採用担当者にお越しいただき、採用のポイント、求められる人材像等、採用担当者に企業の本音が聞ける絶好のチャンスです。(ご参加の企業情報は別途ホームページに掲載します)
働き続ける力をつける	自己肯定感を理解して レジリエンスの力を 育てよう	自己肯定感(自分を認めて許容すること)の理解を深めることで、落ち込んだ時、つらい時から立ち直るための「レジリエンスの力」を育てる方法をお伝えします。
メンタルヘルスケア	公認心理師と話そう セルフケア～ストレスを溜め 込まないためにできること～	ストレスを溜め込まないために、自身で行う「セルフケア」の方法を、公認心理師と共に学んでいきましょう。

かながわ若者就職支援センターの
公式SNSができました
センターの様子やイベント最新情報を更新中です。

X(旧Twitter)
@JobCafe_kngw



Instagram
@jobcafe_kngw



ぜひ
フォローして
ください!