



自分のことを話したり、皆のことを聞いたり、「自己開示」することで自分の存在を認め合うことは、安心して人と関係を構築できる第一歩に繋がったと思います。
つらいこと、苦しいことの経験を語り、皆からもらった応援の言葉は大きな力になりました。
(10月の知識でハッピープログラム アウトプットチャレンジ)

自己開示してくれた
ことにより
他の方も自己開示
してくれました。



みんなの前で話を
することが得意ではな
いから緊張した～。

アウトプットチャレンジ賞