

私にだて出来る

私が集中訓練に参加したきっかけは、  
さんに勧められ興味があいたからです。話を  
聞いてすぐ母親に「やってみなさい」と電話を  
をしたら、「お母さんにも資料を見てから二緒  
に決めようね」という返事がありました。  
その時の私の心境は、「早く申し込みたいと  
人数うまっちゃう」としても不安な気持ち  
ちでいっぱいでした。私は、学生時代にイジ  
メにあって、不登校の経験があり、転入もし  
たこともありませす。やっとの思いで入社し  
た職場でも仕事の難しさや、周囲の人とのコ  
ミュニケーションが上手くとれず退職をしま  
した。あの時、「困っている、助けて下さい  
と素直な感情を口に出せたら、変わっていた  
のかもかもしれません。その当時に新聞で私と  
似ている環境の人の記事が載っていました。  
職場が忙しく、自分の作業で分からないこと  
を聞けなくて、このまま大丈夫だろうかと

悩みをうちあけていました。アドバイスとして、周りの人達の表情はどんな感じですか。生き生きと働いているのなら、あなたも仕事にやりがいを見つけれらるでしょう。うと言っていただきました。仕事仲間でもチヨコレートの不良品を見つけて作業では宝探しをする気持ちでやっでいるんだと話をしてくれた方がいました。集中訓練では考え方を変えていくにはどうするかとグループで話し合いをしたり、工夫しながら仕事をすると、いうことを学びました。

仕事を辞めてからは、自分の存在価値が分からず、たくさん悩み、多くの人達に迷惑をかけたました。オーバードーズをしたり、ろヶ月間も入院もしました。退院してからは父の提案でジムで筋トレしたり、プールで泳いだりして、今も続けています。体力向上に繋がりました。訓練

中、一度も体調を崩しませんでした。この作文を書いている今、数ヶ月後には、短時間労働をやっでやるという決意を持っていきます。プランクが少し長かっ。たかもしれません。

それが自分にとって必要な充電時間だと思っています。2ヶ月間、本当にありがたうございました。