

# “伝わる”リカバリー ストーリーを書いてみよう

## リカバリーストーリーの 書き方ミニ講座 step up編

こんな方におすすめです！

- ✓ 自分の経験を整理してみたい
- ✓ ピアサポートに興味がある
- ✓ リカバリーストーリーを知りたい

7/4 土  
13:30  
~14:30



### 内容

- ・リカバリーストーリーとは？  
～前回講座を軽く復習～
- ・“伝わる”を意識して書くワーク
- ・気づきの共有

リカバリーストーリーとは、  
自分がどんな経験をして、  
どうやって今に至ったのかを振り返るものです。

前回講座のステップアップ編として、  
今回は、「自分の経験を少し形にしてみたい」  
「書き切ってみたい」

という人向けに、短いリカバリーストーリーを  
書いてみます。

うまく書く必要はありません。

大切なのは、自分の歩みを自分の言葉で振り返ること。  
安心して参加できる場で、一緒に書いてみませんか？

※初めて参加する方も歓迎です。

▶▶▶お申込みは、シエルブルースタッフまで