

# 分科会1

## リカバリー宣言2013 ～みんな違って、みんないい！～

増川ねてる、福井里江

8月21日(水曜日)、「リカバリーの鍵」を探して、ポスター作りを行いました。約60名の方が、4人一組のグループに分かれて「リカバリーの鍵」を探した後に、ポスター作り。そしてそれらを全員で眺めた後に、「私のリカバリー宣言 2013」を発表し合って終了しました。

ワークショップの構成としては、

「①テーマの共有→①話す→②聴く→③創る」　そして、「☆リカバリー宣言 2013」

① 「リカバリー」についてイメージを共有した後、

① グループの中で「私のリカバリーの鍵は〇〇です」というそれぞれの想いを出し合いました。

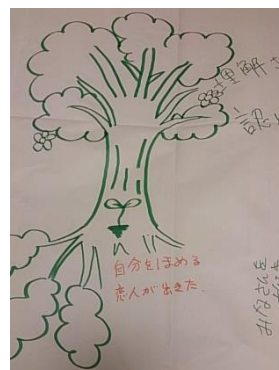
②次に、他のグループの話聞きに行こう！ということで、グループの代表一人を残して他の人は他のグループへ旅に出て、新しい鍵探し。残った人は自分たちのグループの鍵を、やってきた旅人たちと共有。

③　そして、旅に出ていたグループメンバーが帰郷して、いよいよポスター作り。そして、思いのリレー。

### ◆リカバリーの鍵は…

「ほめられた」「頼られた」「自尊心の回復」「仲間」「やりがいのある仕事」  
「そこに存在する」「安心感」「いないことにされない」「尊重してもらえる」  
「出会い」「そのままがいい」「ほっとできる」…

などなど、さまざまな鍵が集まって、今年のポスターが完成しました！



### ◆リカバリーポスター2013のタイトル/メッセージ

【自分 JI BUN】…「発信！受信！」「カラをやぶる！」「素の自分を受け入れる」「楽しく、楽しく」

【わかりあえる仲間】…「希望の光」「安心できる心の居場所！！」「一人一人ちがう心…でも、仲間と共に自分の生きがいを大切にすること/理解してもらえる環境が大切」「集まりを大切に」

【自尊心の回復】…「自分を活かす」「信じるものがあること」「愛された→気づく・知る」



20枚近くのポスターが、正面に、一堂に貼られた時の感動。

そして、希望のリレー。リカバリー宣言！！……………

さて、来年は、どうなるでしょうか？

一人ひとりが扉を開いて、お互いに、サポートし合って、

…みんなで、次の時代を創りましょう！

《増川ねてる (WRAP ファシリテーター)》