

いきいきと働くための

アンガーマネジメント

アンガーマネジメントは自分の感情とうまく付き合うためのトレーニングです。勢いで怒ったあとで言い過ぎたと悔やんだり、怒っていたのに何も言えなかったり、そんな経験はありませんか。怒り(アンガー)を知り、自分の怒りの対処を身につけると感情のコントロールに課題を抱える人への支援にも役立ちます。

また、アディクションのリハビリテーションプログラムにおいて、再飲酒・再使用には HALT に注意と言われます。HALT の A(anger)への対応としてアンガーマネジメントが注目されています。

そんなアンガーマネジメントについて、市精連でもお世話になっております田辺有理子先生にご講演頂きます。

講師:田辺有理子氏 横浜市立大学医学部看護学科講師

看護師として大学病院勤務を経て、現在は大学で精神看護学を担当しています。

看護師、保健師、精神保健福祉士、公認心理師、一般社団法人日本アンガーマネジメント協会ファシリテーター
著書 イライラとうまく付き合う介護職になる！アンガーマネジメントのすすめ(中央法規出版)

イライラと賢くつきあい活気ある職場をつくる 介護リーダーのためのアンガーマネジメント活用法(第一法規)
ナースのためのアンガーマネジメント 怒りに支配されない自分をつくる7つの視点(メヂカルフレンド社)など

日__時 令和4年6月3日(金) 18:00~20:00

開催方法 zoom を使用したオンライン研修

対__象 アディクション関連施設・グループホーム・相談支援事業所・障害者自立支援施設等職員・当事者家族

参加費 市精連会員 無料 / 非会員 1,000 円

非会員の方の参加費振込先 横浜銀行 鶴見西口支店 普通預金 口座番号1353279

口座名義:特定非営利活動法人 横浜市精神障害者地域生活支援連合会

振り込み期限:5月27日(金) ※振り込み手数料はご負担ください。

申込方法

メールにて info@yokohama-shiseiren.jp までお申し込みください。

件名に「6月3日アンガーマネジメント研修申し込み」とご記入ください。

① 事業所名 ② 参加者氏名 ③電話番号 ④メールアドレス

⑤市精連会員又は非会員かいずれか を明記下さい。

お申し込み後、研修2日前までに申し込み頂いたメールアドレスに
オンライン視聴に必要な URL・パスワード等をお送りいたします。

終了後、アンケートの記入にもご協力をお願いしております。

申し込み期限 令和4年5月25日(水)

