

横須賀支部研修報告

開催日 平成26年2月28日 (金) 18:30~20:00

会場 ヴェルク横須賀

出席者 29名

内容

テーマ 看護職のためのメンタルヘルス

研修目的 看護職が明るく生き活きと働き続けるために、職場での人間関係など自らのメンタルヘルスケアができる

講師 NPO看護職キャリアサポート代表
濱田 安岐子氏



アンケート結果

濱田講師

【参加の動機】

- ・自分でストレスを受けることがあり心配だった
- ・職場のストレス解消をできる方法を学びたい
- ・心理学を学んでおり、看護職のメンタルヘルスの必要性を感じていたため
- ・職場の上司に勧められて

【この研修は自身のメンタルケアに役立つと思ったか】

- ・思う 24名
- ・わからない 1名

【本日の研修で印象に残ったことを自由記述】

- ・「レジリエンス」という言葉を初めて聞いた。
(しなやかさ、竹のしなりにそのような生き方)
- ・他人を認め高めあうことのできる職場づくりをしていくこと
- ・良い仲間を作って私の職場を良い病棟にしていきたい

【看護連盟に関する意見】

- ・政治や法律をわかりやすく理解できる研修会を希望
- ・良い仲間と助け合い勇気づけあっていきたい
- ・土曜日の午後にあると参加しやすい