



よくある相談・悩みにわかりやすく回答!

主任としての安全な 人間関係の距離感の保ち方と ネガティブな感情との付き合い方

※講義時間:約3時間

苦しい時に役立つ ストレス対処法を具体的に!

山崎正徳氏 AIDERS 代表
公認心理師/精神保健福祉士

精神科クリニック、EAP(従業員援助プログラム)機関、カウンセリングルームなどで、ソーシャルワーカー、カウンセラー、コンサルタントとして経験を積み、2017年にAIDERS(エイダーズ)を独立開業。看護師や介護職などの対人援助の職場を中心に、離職や燃え尽き、人間関係のトラブルを防ぐための研修やコンサルティング、カウンセリングなどの支援を行っている。

録画配信

[視聴期間]

オンライン

約2週間 22年11/22(火)から
視聴可能になります。

※申込締切:23年1/17(火)

参加料 一般 13,000円 会員 10,000円

税込

※講義時間約3時間の録画配信セミナーです。
※PC/タブレット/スマートフォンなどインターネット環境が必要です。

プログラム

1. ストレスとの上手な付き合い方
 - ストレスとは何か ● 嬉しいこともストレスになる
 - ストレスを受けた時に生じる心・体・行動の反応 ほか
2. 主任になるとなぜ人間関係のストレスが増えるのか
 - **事例1** 正義感が強すぎて、主任になって半年でパワハラで訴えられたTさん
 - **事例2** 「みんなに好かれる主任でいたい」という思いが強すぎて燃え尽きたSさん ほか
3. 主任としての安全な人間関係の距離感の保ち方
 - 1) パワハラを防ぐ安全な人間関係の距離感を保つコツ
 - パワハラリスクが強くなる人間関係の距離感
 - 部下への八つ当たりを防ぐための習慣作り
 - 「伝える」と「コントロール」の違いを理解する ほか
 - 2) 役割を背負いすぎない人間関係の距離感を保つコツ
 - 部下の役割や責任を背負いやすい人間関係の距離感
 - 共依存のパターン「世話焼き依存」「役割依存」
 - 「納得させること」と「伝えること」の違いを理解する ほか
4. ネガティブな感情との付き合い方
 - 思考と感情の違いがわからないとストレスが増える
 - 抑圧された感情が健康や人間関係に及ぼす影響とは
 - 突然パニックになって消えなくなるほどの苦痛に襲われる理由とは
 - ネガティブな感情と上手につき合うコツ
 - 「一次的感情」と「二次的感情」 ほか

このセミナーはホームページからのみの受け付けとなります ▶ 日総研 174190 

関連雑誌

B5変型判 96頁 オール2色+全記事電子閲覧
年6回(奇数月の20日)発行
入会金 3,000円 年間購読料 16,980円(共に税込)

役割を明確に! 板挟みはスマートに!

主任看護師Style

管理・リーダーシップとスタッフ育成

新・実践情報誌

[隔月刊]

(定期刊行物)
会員制

今後の特集

- いまどきの退院支援と多職種連携
渦中にある主任の役割とは?[9-10月号]
- 「メンタル不安のある人」「当たり前が通じない人」の対応策
日々の業務・指導・支援のストレスを減らそう[9-10月号]
- ボスマネジメントを学ぶ! 主任が師長を管理する??[11-12月号]
- 忙しい現場で“デリケートな話”をどう行う?
ACPの進め方・意思決定支援[11-12月号]

あなたのキャリアを
アップさせる看護の
最新情報を

 Twitter #日総研



日総研 **接遇大賞** 優れたサービス
取り組みを表彰

応募は9月30日まで。発表は11月。

取り組み事例の紹介記事はこちら

接遇大賞



お問合せ TEL: 0120-054977 URL: www.nissoken.com

日総研



主催  日総研出版 〒451-0051 名古屋市西区則武新町3-7-15 日総研ビル