

7月30日開催 メンタルヘルスケア研修会 パート1 アンケート結果(回収率100%)

	職種	研修会を受講して良かったこと、参考になったこと	質問や気付いたこと、感想、今後の希望など
1	ケアマネ	自分の価値観、性格を知ること、相手への接し方や考え方を直せました。ついつい、自分の価値観を相手に求めちゃうところがあるので気を付けようと思っています。今日は有難うございました。次回も楽しみにしています。	
2	リハ職	自分の性格の傾向が解って良かった。同じグループの人の話が聞けて、安心したことがあった。みんな色々あるのだなと思った。自分が習慣を変えよう意識することで変えることができる聞いたのでチャレンジしていきたい。	
3	福祉用具専門相談員	最近、自分の職場でもメンタルヘルスケアの重要性を痛感することがあり、ストレスのメカニズムやセルフケアの基礎を学ぶことができた。さらに研鑽を積んでいきたい。	
4	グループホーム職員	自分について、改めて見直す機会になりました。	パワーポイントの資料を頂けたらと思いました。
5	通所系サービス看護職	自分の性格が良く理解できました。心の持ち方を改めて学ぶことが出来ました。今日の研修会で学んだことを日々努力していきたい。	
6	老人保健施設職員	ストレス、怒り、要因、解消の方法、考え方が少し理解できました。性格測定でも自分の足りない部分をあげていくようにしていきたいと思います。	
7	ケアマネ	すごく、良かった。	
8	相談員	物事は、一方向でなく、他方向からみていかなければならないと再確認しました。そうすると、いらいらんなくなるのではと思いました。	
9	グループホーム職員	仕事でのストレスは日々感じているので、怒りのコントロール方法など、教えていただいて勉強になりました。	教えていただいたことを頭に入れて怒りをコントロールしていければと思います。
10	訪問サービスリハ職	自分の性格、傾向が改めて良く分かりました。これからどうやって行けば自分の良いところを活かしつつ、足りない部分を少しでも伸ばしていけるのかが、何となく分かった気がします。	【禁止令】を良く出す親に育てられた子供は【ドライバー】を持ちやすいのでしょうか?(自分がそのような気がするので..) ストレスによる健康被害(特にうつ病)について、もう少し深く学びたいです。自分がなった場合の対処、家族や職場で罹患した人がいる場合に、こちらがしてあげられることを知りたいです。
11	その他	大変勉強になりました。自分の知らない自分を知ることができました。	
12	訪問サービスリハ職	いろんな見方があったことが分かりました。	
13	その他	怒りに関する話は少し難しかったが、皆様のストレス解消法が聞けたし、一人酒はあまり良くないと学んだ。エコグラムでは、ACでは、すごく自分そのままびっくりしました。(きれいなN型)	

14	未記入	<p>ストレスについての奥深いこと等を分かりやすく学びました。発散の仕方やストレスのタイプなどいろいろとあることに驚きです。</p>	
15	病院 介護職	<p>自分を客観的に見つめ直せた。セルフケアのディスカッションしてたら楽しい気分になった。エコグラムはとても良く正確を分析できていたので面白かったです。</p>	<p>先生のPCのレジメも配布して欲しかったです。(筆記を一生懸命せず、聴くことに集中できたから。)</p>