

院内研修の実施

日 時：令和6年6月18日

テーマ：「怒りの感情と上手に付き合うアンガーマネジメント」

参加者：滝山病院職員 43名

講 師：日本アンガーマネジメント協会

アンガーマネジメントファシリテーター 玉城久江様

令和6年6月18日

院内研修「怒りの感情と上手に付き合うアンガーマネジメント」を行いました

本研修は「怒りを生みやすい価値観の違いを明確化し、尊重しあい、相互理解ができるチームを目指す」を目的として、「アンガーマネジメントの視点で、どのように対応すればよいかを実践しながら慣れ、体得し、明日からの臨床・生活に生かすこと」をゴールとして開催しました。

最近イラったことなどを振り返り、人間にとって自然な感情の一つの怒りについて理解し、その特徴を学びました。事前に行ったテストの結果を「アンガーマネジメント診断書」として受け取り、自分自身の怒りの感情のタイプを知り、怒りの感情をコントロールするためにどのような方法があるのかを学びました。次回の「アンガーマネジメント」の研修は9月となっており、それまでの宿題も頂きました。

引き続き、研修を進めてまいります。

