

平成30年度 秋田大学公開講座

援助職のためのセルフケア支援講座

他者のケアやサポートを生業とする仕事には、疾病や障がいなどの理解に加えて相手とのよりよいコミュニケーションが求められます。しかし、様々な理由でそうした事柄がうまくいかない場合に、ケアを提供する側の感情が傷ついたり、心身の不調につながったり、特に高齢者や障がいの者のケアにおいては、不幸にも相手への暴力や虐待に繋がってしまう場合があります。そこでこうしたことを予防するために、①：感情を理解する、②：感情とのつきあい方を学ぶ、③：ストレス対処方法を学ぶ、④：①～③を通してセルフケア能力を高めることを目的とする講座を開講します。この講座では、参加者が自分の体験や感情を表現しあうグループワークを含み、職場以外のインフォーマルなネットワークを広げることにも貢献できると考えています。このように「支援者の支援」がこの講座の大きな目的となっています。

第1回 11月2日（金） 『心の燃え尽きを予防する』

第2回 11月9日（金） 『ストレス対処法を学ぶ』

講師

医学系研究科 保健学専攻

地域生活支援看護学講座 精神保健看護学分野

教授 米山 奈奈子

助教 猪股 祥子

医学系研究科 保健学専攻

地域生活支援看護学講座 老年看護学分野

教授 鈴木 圭子

講師 永田 美奈加

会場

秋田大学本道キャンパス 医学系研究棟
3階 D-308 講義室

時間

18:00～19:30

対象

医療・保健・介護・福祉職など、
特に高齢者のケアやサポートを仕事としている方や、
このテーマに興味関心のある方

定員

30名（要申込）

受講料

1,000円（全2回参加）

※受講料は事前振込となります。

※欠席による返金・割引等はありません。

申込締切日：10月24日（水）



秋田大学

お申込み・お問い合わせ

地方創生・研究推進課 TEL：018-889-2270

秋田大学 HP：http://www.akita-u.ac.jp

