

# 感情労働ストレスとモチベーションアップ

～あなたのがんばりを支える1日セミナー～

みなさんの仕事は「心が疲れる」仕事です。それはケアワークそのものが「感情労働」だから。現場で求められる「明るく笑顔、やさしい接遇」がいつの間にかあなたの心をストレスでがんじがらめに…。実はストレスって個人差がいっぱい。だからこのセミナーではストレスケアを、自分自身を知るところからはじめます。そして大切なのは、前向きにがんばれるモチベーションアップの方法を身につけること。きっと、このセミナーで「あたらしい自分」に出会えるでしょう。

**2018年**  
**期日：3月23日(金)**  
**会場：横浜情報文化センター**  
 (神奈川県横浜市中区大通 11) (大会議室)  
 ☆JR「関内」駅南口より徒歩 10 分、  
 みなとみらい線「日本大通り」駅3番出口直結



**2018年**  
**期日：4月22日(日)**  
**会場：総合ケアセンター駒場苑**  
 (東京都目黒区大橋 2-19-1) (2階)  
 ☆京王井の頭線「駒場東大前」駅西口より徒歩 5 分



**時間：10:30~12:30 (昼食・休憩) 13:30~16:30** **【受講料：6,000 円】**

\*受講料は当日会場で承ります。

## 【講師】



**高室成幸**

ケアタウン総合研究所・代表 日本福祉大学社会福祉学部卒  
 全国のケアマネジャーや地域包括支援センター、施設管理職などを対象に研修講師、執筆、コンサルテーションで活躍する。「わかりやすく元気がでる講師」として年間100回、受講者はのべ20万人にのぼる。  
 著書に『「選ばれる福祉職場」になるための採用面接～複数面接&実技観察～』(メディア・ケアプラス)  
 『ケアマネジャーの質問力』『ケアマネジャーの会議力』(中央法規)他多数。  
 ※施設さまへの出前講座も承っております。お気軽にご相談ください。  
 ※ケアタウン総合研究所の詳細はこちら→ <http://caretown.com>

**プログラム**

**I部：介護現場と感情労働ストレス**  
 ①対人援助職(介護職、福祉職、医療職)と感情労働 ②「微笑みのルール」とストレス(感情マヒ、心的感覚マヒ) ③ストレスフルと虐待的ケアの親和性 ④感情労働とケアストレス(身体編/精神編)  
 ⑤ストレスの個人的傾向を知る＝性格/思考パターン/価値観/生育歴/家族歴(家族関係)/職業歴/体力、体調/生活環境

**II部：感情労働とモチベーションの関係**  
 ①仕事環境とモチベーションダウン ②モチベーションのレベルチェック  
 ③感情労働に効果的なアクターズケア手法

**III部：モチベーションアップ・テクニック ～9つの手法～**  
 ①モチベーションアップのポイント  
 ②9つの手法を学ぶ＝1.自己実現型 2.ご褒美型 3.課題達成型 4.タイムトライアル型  
 5.役割期待型 6.成功体験&達成感型 7.価値観活用型 8.怒り(アンガー)活用型 9.憧れ型

**主催** **なるほどケア塾** お問い合わせ **☎042-306-3771**  
 〒189-0011 東京都東村山市恩多町 3-39-13-101 榎円窓社内

\*受講票はお送りしません。  
 満員でお断りする場合のみ一週間以内にご連絡さし上げます。

**お申し込みはこちらへ Fax**

**Fax：042-306-3772**

<参加人数>

<参加者名> *施設の場合は施設名もご記入ください。	3/23(金) ( )名	4/22(日) ( )名
<住所>〒 (自宅・職場)		
<TEL>	<FAX>	