

# 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：4月24日(火)

名古屋会場

会場：桜華会館 (2階「梅の間」)  
(愛知県名古屋市中区三の丸1-7-2)  
☆地下鉄名城線「市役所駅」5番出口から徒歩8分、  
地下鉄鶴舞線「丸の内駅」1番出口から徒歩10分

2018年  
期日：5月10日(木)

静岡会場

会場：グランシップ (908号室)  
(静岡県静岡市駿河区池田79-4)  
☆JR「東静岡」駅南口より徒歩3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

〒189-0011

東京都東村山市恩多町 3-39-13-101 榎戸窓社内

お問い合わせ

☎042-306-3771

\*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。

Fax: 042-306-3772

お申し込みはこちらへ Fax

<参加人数>

|                               |                 |                 |
|-------------------------------|-----------------|-----------------|
| <参加者名><br>*施設の場合は施設名もご記入ください。 | 4/24(火)<br>( )名 | 5/10(木)<br>( )名 |
| <住所>〒<br>(自宅・職場)              |                 |                 |
| <TEL>                         | <FAX>           |                 |