

【医療介護従事者向け】

腕時計型デバイスを用いた利用者・家族対応のための ストレスマネジメント

提供：株式会社けんこう総研

はじめに

本研修プログラムでは、医療介護従事者としての貴重な役割を担う皆様が直面するストレスに焦点を当て、その理解と管理のための実践的なスキルを提供いたします。

私たちの目指すは、快適で健康的な職場環境の実現と、利用者及びその家族との関係を深めることです。

本プログラムを通じて、皆様が個々に持つポテンシャルを最大限に発揮し、専門的な知識と技術を身につけることで、医療現場でのチャレンジを乗り越え、より充実した職業生活を送れるよう目指しています。

皆様が成長していく過程において、けんこう総研はともに伴走していきます。

解決できる課題 & 提供価値

この研修では、医療従事者や介護士が日々の業務で直面する課題に対し、より効果的かつ効率的に対処できるようにします。

課題

1. コミュニケーションの困難

利用者や家族との効果的なコミュニケーションが難しく特に、病状の説明や治療計画の共有、感情的なサポートの提供が挑戦的になることがあります。

2. 期待と現実のギャップ

利用者や家族が持つ期待と、医療や介護の現実との間にギャップが生じることがあります。このギャップを埋めることは、時にストレスや誤解を引き起こす原因となります。

3. 感情的な負担

利用者や家族の感情的な問題、特に悲しみや不安、怒りなどを適切に対応することは、医療従事者や介護士にとって重大な精神的負担となることがあります。

4. 末期ケアや死別の対応

末期状態の利用者のケアや、死別後の家族へのサポートは、医療従事者や介護士にとって特に感情的に困難な局面です。

5. 利用者の複雑なニーズへの対応

特に慢性疾患や多様な健康問題を抱える利用者への対応は複雑であり、そのケアには綿密な計画と柔軟性が求められます。

提供価値

1. 効果的なコミュニケーションスキルの向上

患者や家族との明確で同情的なコミュニケーションを促進し、理解と信頼を構築します。

2. 期待管理と現実調整の能力強化

現実的な期待を設定し、現場の制約と患者の希望のバランスを取る方法を学びます。

3. 感情的なレジリエンスとストレス耐性の向上

個人の感情管理を強化し、職場のストレスや感情的な挑戦に対応する耐性を育みます。

4. 感情的なケアとサポートの深化

末期患者や遺族への感情的な支援を提供し、共感と理解を深めるスキルを習得します。

5. 複雑なケースへの対応力の向上

多様なニーズを持つ患者への個別化されたケアを提供し、総合的な問題解決能力を強化させます。

研修の目的

以下の3つの目的は、
医療介護従事者と利用者・家族の両方の福祉を中心に据え、職場環境全体を改善することを目指しています。

1. 医療介護従事者のストレス理解と管理能力の向上

医療現場の厳しい状況下でも、従事者が自己のストレスを認識し、適切に管理する技術を身に付けます。

2. 対人関係スキルの強化

医療従事者が、利用者及びその家族との良好な関係を築き、コミュニケーションを円滑にするための対人関係スキルを学びます。

3. ケアの品質の向上

実践的なスキルを通じて、医療従事者が提供するケアの質を高め、利用者及び家族にとってより良いケア環境を創出します。

このカリキュラムは、参加者がストレスを理解し、それを管理する方法を学び、職場や利用者、家族との関係を向上させることを目的としています。

- | | |
|--|---|
| 第1回 ストレス理解の基盤固め
ストレスの生理学的、心理学的影響の理解を深めます | 第7回 緊急時のストレス対処法
高圧状況下での迅速かつ効果的なストレス対処方法を学びます |
| 第2回 実践的ストレスマネジメントのための理論
ストレス対策の基礎理論と、その実践的応用法を学びます | 第8回 持続可能なストレスマネジメントの構築
長期的視点に立ったストレスマネジメント戦略の構築 |
| 第3回 職場におけるコミュニケーション強化
効果的な職場コミュニケーションの手法と関係性の構築 | 第9回 ストレス対策のための環境整備
職場環境とライフスタイルの整理整頓によるストレス軽減 |
| 第4回 個々のストレス因子の特定と対応
自己認識を通じて、個人のストレス源を特定し対応策を学びます | 第10回 利用者・家族との関係性向上
利用者や家族との建設的な関係構築を目指すための戦略 |
| 第5回 効果的なリラクゼーションテクニック
ストレス緩和のためのリラクゼーション技術を実践します | 第11回 ストレスマネジメントのためのコミュニケーション
より効果的な対話を通じて、利用者や家族への適切なサポート運営 |
| 第6回 チームでのストレス管理
チーム単位でのストレスマネジメントの重要性とその実践 | 第12回 ケーススタディによる復習と応用
実際の事例を通じて学んだ技術を振り返り、適切な応用方法を学びます |

研修の形式・期間・価格

◆**対象者** 医療機関に従事する看護師・介護福祉士等の専門職

時間 合計12時間（60分間／回）×12回

形式 ・集合型の対面形式

期間 ・1回60分間×12回

価格 1名様につき30万円（税別）

※ 1名様からお申し込み可能です。

【肩書】 株式会社けんこう総研代表取締役社長

【経歴】 東京大学大学院 学際情報学府情報学環研究生
早稲田大学大学院 スポーツ科学健康スポーツマネジメント修了

【国家資格】 厚生労働大臣認定 管理栄養士

【著書】 「職場のメンタルヘルスケアと実践」講談社

【メディア出演】 NHKクローズアップ現代, 日経ラジオ・日経ウーマン等

【実績】

<行政機関>

厚生労働省・東京商工会議所・山梨県教育庁・沖縄県恩納村商工会議所・諏訪商工会議所・公益財団法人日本消防協会・公益財団法人日本体育施設協会・神奈川県大和市役所・千葉県市原市役所・東京都東村山市役所

<民間機関>

第四銀行健康保険組合・全日通労働組合東京支部・キリンビール株式会社・鹿島道路株式会社・大和ハウス工業株式会社・株式会社クボタ工建・株式会社テクノ菱和・神稲建設株式会社・株式会社ヨコレイ・石川建設株式会社・日本曹達株式会社・世紀東急工業株式会社・三菱日立パワーシステムズ株式会社・マニユライフ生命保険株式会社・株式会社本間組・株式会社アメニティプランニング・三愛石油株式会社・株式会社ビジネスコンサルタント・三晃証券株式会社・日本生命保険相互会社 他多数

(順不同 敬称略)



研修会社概要

社名	株式会社 けんこう総研
代表者	代表取締役社長 タニカワ久美子
所在地	〒 240-0032 神奈川県横浜市保土ヶ谷区法泉 2-17-16-401
TEL	045-352-1164
創業	2008年12月
法人設立	2012年1月
資本金	900万円
事業内容	健康管理に関する研修/セミナー・講演 健康経営・健康管理体制に関するコンサルティング 健康教育
認定登録	感情労働ストレスマネジメント『エモーション ストレス®』商標登録 健康経営アドバイザー（東京商工会議所認定） 特定保健（メタボ診断者の減量支援）指導登録機関：コードNo.1421000025 健康ストレッチ『パレエピクス®』商標登録
取引銀行	三菱東京UFJ銀行

お申し込み方法

夜間・土日祝も無料相談に対応しております。
まずはお気軽にお問い合わせください。

◆メールによるお問い合わせ：info@kenkou-souken.co.jp