

No. 039 アンガーマネジメントのコツを知ってストレス対策

日 時 令和7年7月2日(水) 9:30 ~ 16:15

Web 配信研修(ライブ)

ね ら い アンガーマネジメントの考え方を理解し、セルフマネジメントに活用できる

参加対象 保健師・助産師・看護師・准看護師

受 付 9:15~

時間	内 容	講義	講 師
9:15	入室、入室確認		千葉県看護協会 担当者
9:30	オリエンテーション		
9:35	1. ストレスマネジメントとは 2. 看護職が抱えるストレスとその影響 3. レジリエンスとは	講義	原田 恵理子 東京情報大学 総合情報学部 総合情報 学科 教職課程
12:30	(昼休憩)		
13:15	4. なぜ看護職にアンガーマネジメントが 求められるのか 5. 感情の理解とコントロール		
16:15	退室、退室確認 終了		千葉県看護協会 担当者

※Web の準備状況および講義の進行状況により時間は変更となる場合があります。