

一般社団法人山口県社会福祉士会  
柳井市・周防大島町・田布施町・平生町・上関町ブロック

## エッセンシャルワーカーのための セルフケア研修

### 7つの質問から学ぶ自分の守り方

誰かのために働き続ける日々。思うようにいかない事、内心辛くてたまらないと思いながらの訪問、苦い失敗・・・私たちの心も知らず知らずのうちに傷ついていることがあります。これからも心身ともに健やかに働き続けるため、「自分を守る」ということをテーマに、研修を行います。講師の先生に事前にいくつか質問をお渡しして、それにお答えいただきつつ、様々なお話を聞いていただく予定です。誰かのために働く人なら社会福祉士以外の方もどなたでも参加できます。

日 時 12月 12日 (金) 19:00～21:00

場 所 柳井市文化福祉会館

講 師 大達 亮 准教授  
周南公立大学 人間健康科学部 看護学科

参加費 本会会員：無料、非会員：500円

#### 予定している質問例

- ・大きな失敗をしたときや辛い事例に関わり、自分が精神的に辛くなった時、心の癒し方はありますか？
- ・支援対象者が高圧的、威圧的で恐怖を感じて訪問や面談のたびに震える思いです。準備できる心構えや引きずらないアフターケアの方法はありますか？
- ・ケアを嫌がるご本人がいます。やむなく無理やり介護することが続き、自己嫌悪やジレンマを感じて辛くなります。どんな心持でケアにあたればよいですか？

申込みはこちら

<https://ws.formzu.net/fgen/S94213612/>  
〆切：12月10日（水）12時まで

