

心理師

による

こころが軽く

不調に気づく

人間関係が円滑に

保育士のためのメンタルヘルス研修

- ☆保育の現場で“こころの余白”をつくる
- ☆子どもと向き合うために、自分を整える

日々忙しく、自分のメンタル不調に気がつきにくい保育士さんが、メンタルヘルスの正しい知識と、ストレス軽減のための対処法を身につけて、環境変化や仕事のストレスに対して、意識的に、上手に対処できるようになることを目指します。



会場

ウィズブック保育園 中落合

日時

令和8年6月18日(木) 午後6時10分～午後7時10分(予定)

申し込み先

TEL:03-6914-4960 E-mail:wb-ochiai@isc-ac.jp

内容:職場環境(人間関係)改善のためのコミュニケーション術

- *目的:コミュニケーションを理解し、「聴く力」「伝える力」を身につけましょう
- *ゴール:学んだスキルを実践することで、職場環境の改善につなげましょう

研修内容(予定)

- ・コミュニケーションとは
- ・聴く力
- ・伝える力

簡単なワークも実施します

☆研修後に期待できること☆

- ・信頼関係を築く「聴く力」を身につける
- ・自己表現しつつ、相手を尊重する「伝える力」を身につける

講師

木立 静津子 (臨床心理士 公認心理師)

パーソルビジネスプロセスデザイン株式会社 ヘルスケア部門 所属

アメリカの国立大学にて心理学の学士号を取得。心理療法の書籍翻訳にも携わる。大手メーカー健康管理センターで勤務後、同企業立総合病院に異動、がん対策の一つである相談支援事業に携わる。14年間、国や自治体が主催する領域で相談業務を経験。

現在は、「カウンセリングサービス KATARuruこころの相談室」の相談員兼心理師への教育を担当。メンタルヘルス研修の企画や講師の実績も多数。