

福祉従事者に必要な「怒り」への理解と処方箋

～心と身体の状態管理・感情管理～

【講義・演習】

▽日時／2026 年4月13日(月)10:00～16:00
(受付 9:30～)

▽会場／千葉市社会福祉研修センター研修室
(千葉市ハーモニープラザ B 棟2階)

▽募集人数／24名【先着順 定員に達し次第締切】

▽対象 / 市内福祉施設・事業所に従事する方

▽受講料／無料

▽申し込み方法／別紙『研修受講申込書』に必要事項を記入し、FAX・メールまたは HP から
お申し込みください。

▽持参していただくもの／筆記用具

研修の方向性

感情、そして特に強い感情である「怒り」に、人の意思決定や行動は大きく左右されます。「怒り」に正しく対処できなければ、組織内で不要な軋轢、衝突を引き起こし、大きく生産性を下げ、無意識のうちにリスクを高めてしまう可能性が生じます。

では、職場で発生する「怒り」、とりわけ福祉・介護従事者に生じる怒りは何に起因するのでしょうか？

そもそも、怒りは「現実と理想(イメージ)とのギャップ」であったり、「理不尽と感じる自身の感情」などから影響を受けると言われています。

福祉・介護の現場では、対上司・対同僚・対利用者・対利用者家族 等の対人関係の歪みによって「怒り」が惹き起こされることも多いため、その感情に向き合うこと自体に苦痛が伴うことも多くあります。本研修では、「違い」の理解を土台として、自身の範疇(コントロールできる範囲)で対処できるようになるための手法を知り、行動・思考の選択肢を増やすことを目的とします。

研修内容(予定)

- 「怒り」とはなにか
- 「怒り」に対処するために必要な知識
- 組織内部で発生する職員間の不満や違和感を起点とする「怒り」
- 関係性を築くのが難しい相手とどのようにするとコミュニケーションが取りやすくなるのか？
- 内的対話の有用性

主催 社会福祉法人千葉市社会福祉協議会

千葉市社会福祉研修センターHP <https://chiba-shakyo.jp/learning/seminar/>

TEL 043(209)8841 FAX 043(312)2943 担当 山村

メール yamamura-t@chiba-shakyo.jp