



看護職のための子育て・自分育て

日時：2025年9月13日（土）13：30～16：45

会場：横浜市医師会聖灯看護専門学校

講師：長谷 静香 氏
コミュニケーションサロン『勇気のしずく』代表
(心理カウンセラー・看護師・保育士)

1. リレーションづくり
2. アドラー心理学について
3. 心の器づくりについて
4. 子育て葛藤エピソード
5. 乳幼児ママの悩み
6. 勇気づけをする
7. ネガティブ・ケイパビリティについて
8. さまざまな見方・考え方
9. 感情の取り扱い方
10. 感情と心の器の関係
11. 境界線を引き心地よく丁寧に過ごす
12. ネガティブ・ケイパビリティを発揮するうえで必要なこと



参加者数：12名
(会員5名、非会員7名)

参加者から

昨年も、長谷先生の講座をこちらで受講しました。アドラー心理学は私自身も学んでいるので、とても興味深い内容でした。日頃母子支援をしている自分、また母親としての自分の関わりを振り返る機会になりました。日頃から「あう。ただ」で、人との関係性を良好にしていきたいです。そして、私の心の器をしっかりと持って、雫を溜めて絶やさないようにしていきます。ありがとうございました。

継続して看護への力をOUT PUTするためには、自身をケアする、自分の器を満たす必要があると思っていたので、とても同感できました。

「心に蓋をする」とよく言うが、よくない事のような印象があった。しかし心の器には蓋が必要であり、中のものが小さくなってから取り出していいのだと知れたことはとても良かった。

私の中のまだ取り出されていない感情を肯定してもらった気がする。

また、今回参加者との交流もよかったです。帰りに連絡先交換しました。ありがとうございました。

主催者から

参加者が集まらず、開催2週間前まで講師と担当者で講義内容の再調整などを行ったの開催となった。最終的に少数での開催となったが、参加者の満足度が高い研修となった。