

「介護職のためのメンタルヘルス」アンケート集計

①どの事業所に属していますか

- ・介護老人福祉施設・・・7名
- ・介護老人保健施設・・・2名
- ・訪問介護事業所・・・2名
- ・デイサービス・デイケア・・・2名
- ・グループホーム・・・2名
- ・介護療養型医療施設・・・2名
- ・障害者支援施設等・・・2名
- ・病院・・・3名
- ・小規模多機能型居宅介護・・・0名
- ・有料老人ホーム・・・0名
- ・福祉系学校・・・0名
- ・その他・・・0名

合計 22名

②職種

- ・介護職員・・・18名
- ・介護支援専門員・・・2名
- ・生活相談員・・・0名
- ・ホームヘルパー・・・1名
- ・看護師・・・0名
- ・福祉系学校の学生・・・0名
- ・その他（看護補助者）・・・1名

合計 22名

③本日の研修はいかがでしたか

- ・大変良かった・・・16名
- ・良かった・・・6名
- ・期待したほどではなかった・・・0名

(感想)

・自分と未来は変えられるという言葉が印象に残りました。相手を変えることはできないけれど、自分を変えることはできるので、今日学んだ事を明日から1つずつ実践していきたいです。研修を受けて心が軽くなりました。

・コーチングの内容は何となく知っていたが、詳しく教えて頂き有難かった。利用者、職員、家族間においても、コミュニケーションは大切であるので、基盤をしっかりとっていないと対人支援力というのは、養えないのだなと思いました。とても勉強になりました。

・自分を見直す、いいきっかけになった。また今後のやりたいことへのヒントをもらえて、これからは繋げていこうと強く思いました。まずは自分というブランドをしっかりと持ちたいと思います。

・色々な方とコミュニケーションしながら、グループワークもありとても楽しかったです。心が軽くなりました。

・メンタルヘルス研修を何回か受けていますが、今回も勉強になりました。

・話も面白く、とても勉強になりました。今後は今日習った事を生かし、利用者や職員と接していきたいです。

・過去と他人は変えられないが、未来と自分は変えられるという言葉が印象に残りました。自分を変える行動を起こしていきたいと思います。

・利用者さんの言動の奥にある本当の思いなどを知るという事を大切に仕事をしていますが、自分の癖、捉え方等あんまり知ってない事に気付きました。

まずは、自分を見つめ直そうと思います。

・過去と他人は変えられない、自身と未来は変えることができるは、納得しました。自身の癖や思考行動等を知った上で、他者理解をする事が大切だと思います。今回参加者との交流を通じて、コミュニケーションを図る上で、多くの事を学びました。知らず知らずのうちに、他者を変えられないかを考えて、ストレスを感じていた事に気付いた。明日よりまず相手を承認することから始めます。

- ・相互の話しが、参加者と一緒に出て楽しかったです。
- ・変えられるのは自分と未来だけ、というキーワードが胸に残りました。福島の先生と山口の私がこうして出会った事で未来が変わると思いました。そんなすてきな研修でワークを身につけるといふ部分が特に良かったです。
- ・発表する事に少し自信ができました。ちょっとずつ今後も自信をつけていきたいです。
- ・新人教育に頭を悩ませていましたが、傾聴の大切さ、言葉遣いに注意して患者さんに心地よい生活が送れるよう精進したい。学んだ事をチームで共有していきたい。
- ・全ての事は、自分から出ているという言葉が刺さりました。人が人がではなく、自分が変わる、それがゆくゆくは、メンタルヘルスに繋がるんだと思いました。
- ・気持ちが落ち込んだ状態での参加でしたが、明日から頑張っていこうという気持ちになりました。まず小さな1歩で自分から変われるようにしていきたいです。
- ・自分をみつめ直すきっかけになりました。職場に帰って自分の出来る範囲で良い対応をしていきたいと思います。
- ・今回の研修で、今まで他人を変えようとしていたことに気づき、まずは自分の事を知り、他人と関わっていく事の大切さを学びました。今日学んだ事を少しずつ職場で生かしていけたらと思います。
- ・全体的に楽しい研修で笑いが絶えませんでした。緊張感とかも無く、色々な人とグループワークをして、情報共有する事が出来ました。
- ・老若男女、同じ職場で働くメンバーにお会いする事が出来て楽しかったです。明日からの仕事に学んだ事を活用したいと思いました。聴く耳と自分を知る事、変わる事うい考えながら行動したいです。
- ・研修は苦手なのですが、楽しく学ぶ事が出来ました。内藤先生の研修が他にもあれば、是非参加させていたきたいと思いました。

④今後受けてみたい研修内容、研修講師などありましたら、ご記入下さい

- ・看取り、リーダー研修、口腔ケア
- ・防災 BCP について先日オンラインで学びましたが、介護福祉士会でも沢山やってほしいと思います。
- ・コミュニケーションやメンタル系の研修がいいですね。皆さんとコロナ禍でも話し合いが出来て良かったです。
- ・コーチングについて
- ・介護職の為の医療知識
- ・利用者、職員共に安楽な介助方法（腰痛対策等）
- ・コーチング（ファウンデーション）の研修もやってみたいです。
- ・コーチングをもう少し深く学びたいと思いました。（内藤先生講師で）