メンタルヘルス 研修

インターナショナル保育所まぁむ月島駅前園

職場のストレスを少しでも軽減させる！

仕事というのは大なり小なりストレスが溜まる場所であることは間違いありません。
そもそもストレス自体は有ったほうが良いという話もあるくらいです。
ただし、その量は自分の力で支え切れる量でないといけません。自分のキャパシティをオーバーしてしまう前に同僚先生や先輩先生や園長先生に相談ができたり、一緒に解決に向かっていけたり、さらには個人で解決できるようになるための研修を行います。

日程・実施内容

第1回 『助け合う職場にするために』 令和　8年　8月　5日（水） １３時３０分　～　１４時１０分	職場のストレスの原因として一番多い回答が「職場での人間関係」です。その人間関係に対して重要な「職場での声がけ」について学んでいただきます。
第2回 『共感を生むコミュニケーション』 令和　8年１０月　7日（水） １３時３０分　～　１４時１０分	他者のストレス原因に触れるためには、他者への共感が必要不可欠です。同感とは違う「共感するためのポイント」について学んでいただきます。
第3回 『アドバイスをする際のポイント』 令和　8年１２月　3日（木） １３時５０分　～　１４時１０分	メンタルが不調気味の人に寄り添うときは、接するスタンスも大切ですが、かける「言葉」も同じくらい大切です。言葉のレパートリーやチョイスの仕方について学んでいただきます。
第4回 『メンタルを安定に保つ方法』 令和　9年　2月　3日（水） １３時３０分　～　１４時１０分	メンタルを安定に保つためには「心の安定」を作らなければなりません。イライラや落ち込んだ際にコスパよくどうするべきか？について学んでいただきます。

※各研修時間は40分を想定しております。
※本研修について、ご参加を表明された方は当日の欠席等はおやめください。

不適切保育防止研修

インターナショナル保育所まぁむ月島駅前園

保育は深くて面白くて楽しいということを再認識する！

近年、不適切保育のガイドラインの変更が度々変更になり、「何が正しくて何が間違っているのか」がわかりづらい現状があると思います。保育には正解という正解が無く、正論を言っていれば良いというものでもありません。世の中にある本やWebサイトだけでも一つの事柄に対して答えはいくつもあります。だからこそ保育というのは深く、その深さを自分ごととして捉えつつ面白くて楽しい、ということを再認識し、不適切保育防止の観点や考え方・スタンスを身につけていただきます。

日程・実施内容

第1回 『不適切保育に関する実態理解』 令和　8年　8月　5日（水） １４時２０分　～　１４時５０分	令和7年に不適切保育や虐待についてのガイドラインが変わりましたが、曖昧な状態な方も多いと思います。正しく理解をしておかなければならない内容や不適切保育を防ぐための対応策の要点を理解していただきます。
第2回 『子どもに人として接する必要性』 令和　8年１０月　7日（水） １４時２０分　～　１４時５０分	保育の現場では「誰にでも人として接する」ことが求められます。子どもの人権や尊厳を守り対等な関係を作ることの重要性・必要性を理解していただきます。
第3回 『園の決まりのブラッシュアップ』 令和　8年１２月　3日（木） １４時２０分　～　１４時５０分	保育園によっても様々な取り決め、暗黙の了解がありますが、それらを良い方向に作用させるために他園の良い決まりなどを提示しながら研修内でブラッシュアップのきっかけを作ります。
第4回 『自身の仕事を振り返る』 令和　9年　2月　3日（水） １４時２０分　～　１４時５０分	保育者としてもそうですが、仕事をする上で「振り返り」をすることは重要です。振り返りをすることで不適切保育を防止したり注意することができたり、保育の質の向上も期待できますので、そのきっかけを作ります。

※各研修時間は30分を想定しております。
※本研修について、ご参加を表明された方は当日の欠席等はおやめください。