

2022年度 第2回研修会について
～岐阜県ソーシャルワーカー協会会員・関係者の皆様へ～

2022年（令和4年）5月9日

岐阜県ソーシャルワーカー協会 会長 武山 修

2022年度第2回研修会を、別紙「一般社団法人岐阜県ソーシャルワーカー協会 2022年度 総会・第2回研修会」のとおり開催しますのでご参加願います。

岐阜県ソーシャルワーカー協会は多種多様な職種で構成されています。

総会と同日に行う研修会には多くの会員に参加いただけるものにしたと考え、今回は「アンガーマネジメント」について学ぶこととしました。

私たち会員の多くはクライアントを対象として活動しています。そして私たちはクライアントに対し様々な感情を抱きます。「怒り」の感情を抱くこともあります。

私も相談者（患者）の言葉や行動に「怒り」、そしてそうした自分を情けなく思うことも多々あります。また日常生活でも「怒り」の感情が湧き上がることもあります。

私が30年以上前に勤務していた教護院（現在は「児童自立支援施設」）での出来事です。教護院は非行行為等をしてしまった児童等を入所させ、社会的自立に向けた支援をする入所施設ですが、ある日、私はA君を叩いてしまいました。

それまでも児童を叩いたことはありましたが、それは少なくとも私の中では、児童のことを心から思い、私自身も辛くて泣きながら行った行為でした。（それでも「今」では許されない行為です。）

しかし、A君の場合は、単に私の指導に従わないA君に私が怒り、ただ私の指導に従わせる為だけに叩きました。

A君を叩いた後、私は自分の怒りを抑えきれず、指導とはほど遠い感情のままに行動した自分に嫌悪感を抱き悩みました。今でもその時の嫌悪感を思い出します。

「怒り」の感情をコントロールできなかった30年前の私の出来事です。

皆さん、ここ1週間を振り返ってみて、「軽くイラッとしたこと」「まあまあ腹がたったこと」「すごく頭にきたこと」を紙に書いてみませんか？

それが「アンガーマネジメント」を学ぶ第一歩です。

「アンガーマネジメント」はそうした「怒り」の感情をコントロールするための心理トレーニングです。

「アンガー」は「怒り」で、「マネージメント」は「後悔しないこと」です。

怒る必要のあることは上手に怒り、怒る必要のないことは怒らないようになることです。

ですので、医療機関や施設等に勤務している方々だけでなく、日常生活を送るすべての人々に有効な研修だと思えます。

講師の団体である「アンガーマネジメント協会」に伺ったところ、「WEBでも研修は可能だが対面の方がより有効」とのことでしたので、ぜひ会場参加をお願いします。

医療機関や施設等に勤務する会員の皆さんにとって、会場参加は感染のリスクが高まりますので、感染防止対策をしっかりとります。

会場参加の方は、ワクチン3回接種済みか、6月16日（木）以降の日の抗原検査等陰性の方に限らせていただきます。

抗原検査は、岐阜県に住所がある方は無料でできます。私も近所の「くすりのアオキ」で検査しましたが、受付等5分、抗原検査キットを受け取り自分の車中で検体を採取して測定結果が出るまで20分、陰性の証明書を受け取るまで5分、の計30分でした。

なお、新型コロナウイルス感染症拡大により、会場参加を中止する場合がありますのでご留意ください。

どうぞよろしく願いいたします。