

公開ワークショップ



「健康自己管理ワークブックを活用しよう！」

講師：花園大学社会福祉学部 臨床心理学科教授

三品 桂子 先生



健康自己管理（ウェルネス・セルフ・マネジメント：WSM）は、アメリカ・ニューヨーク州の訪問チームが作った、メンタルヘルスについて1人で、みんなで考えていくためのプログラムです。メンタルヘルスに悩んでいると自分の病気（illness：イルネス）ばかりを考えてしまいがちです。

本来自分の持っている健康・良い状態（wellness：ウェルネス）を自分でうまくマネジメントしていくために生まれたのがこのプログラムです。このプログラムは、人生の重要な場面で、もっと自分の本来の力を発揮したい、もっと満足いく結果を得たいと思っている人の手助けとなるでしょう。
（『健康自己管理ワークブック』より）

「患者さんのリカバリーを支援しよう！」

近年よく耳にする言葉です。しかし、実際にそのような支援を心がけていても、迷ったり、つい管理的になってしまったりすることも多いのではないのでしょうか？そのような精神科医療従事者の悩みに対し、ヒントが得られるワークショップになると考えています。是非ご参加ください！

日時：2021年12月16日
13:00～

場所：むつみホスピタル 2F
大会議室 Frankl

参加者：30人程度

看護師・PSW・OT・医師などの資格を持つ精神科医療従事者

プログラム（予定）

12:30-12:50	受付
13:00-14:30	講義
14:45-15:10	ロールプレイ1
15:10-15:20	振り返り
15:20-16:00	ロールプレイ2
16:00-16:10	振り返り
16:10-16:30	質疑応答

申込み方法（締め切り12月11日）

お電話もしくはメールにて担当・宮田までご連絡ください

088-631-0181

kensyu@mutsumi-h.jp

希望



選択



参加



リカバリー

