

## R6. 10. 11 研修参加者記入アンケートのまとめ

A：本日の教育・保育内容研修はいかがでしたか？

### 1. 自己理解と感情の表現

- ・自分の悩みの解決方法が分かった。
- ・忙しい中での感情表現の重要性を学び、自分を大切にしようと思えた。
- ・心の持ち方の大切さを改めて感じた。

### 2. グループワークと意見交換

- ・グループワークを通じて意見交換ができた。
- ・あまり話したことのない先生方の思いや立場を知ることができ、良い時間を過ごせた。

### 3. 新しい発見と学び

- ・新しい発見や気づきが多かった。
- ・不適切保育について違う視点で学ぶことができた。

### 4. ストレス管理と保育者支援

- ・ストレスとうまく付き合う方法を学んだ。
- ・保育者自身にも支援が必要であることを再認識した。

### 5. 研修内容とその進行

- ・資料に基づいた具体的な講義が分かりやすかった。
- ・研修内容が多く、もっと詳しく聞きたかったため、複数回に分けて行うと良いと感じた。

A：本日の研修の感想や学んだこと、気付いたこと等記入ください。

### 1. メンタルヘルスケアの重要性

- ・メンタルヘルスケア対策が不適切保育の防止につながる。
- ・保育者自身の心の健康が保育の質に影響するため、職員のケアが重要。

### 2. ABC理論の理解

- ・受け止め方や解釈の違いで結果が変わることを学び、プラス思考の重要性を認識。
- ・感情のコントロールやアンガーマネジメントの必要性を感じた。

### 3. 褒めることの効果

- ・褒めることが心の栄養となり、保育者や子どもたちのモチベーション向上につながる。
- ・職員間での「いいところ探し」や褒め合いが良好なコミュニケーションを促進。

### 4. 支援者支援の必要性

- ・保育者を支えることが不適切保育の防止に寄与する。
- ・保育者同士のコミュニケーションやサポート体制の整備が重要。

### 5. 保護者支援と信頼関係の構築

- ・保護者との信頼関係が子どもの支援につながる。
- ・保護者支援のためには、保育者自身の心の健康と適切なストレス管理が必要。