

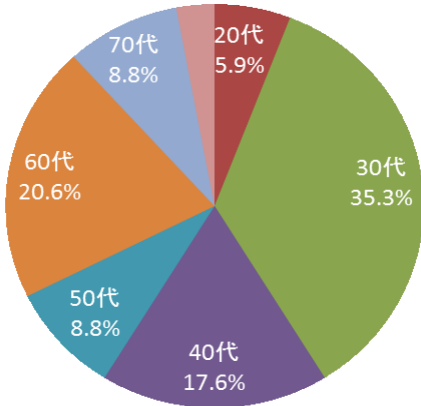
アンガーマネジメント研修 アンケート結果

【事業概要】

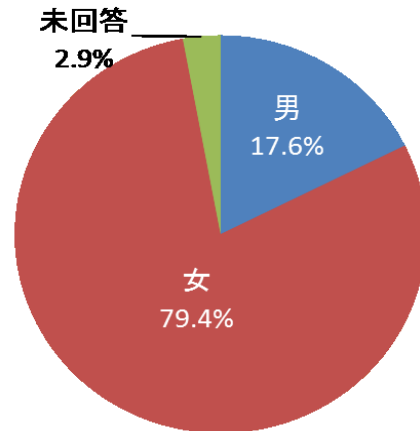
開催日	平成30年8月25日(土)		
場所	ふれあいの里石岡ひまわりの館 介護研究室	参加者数	34名
講師	戸部 浩美氏 (東京大学大学院医学系研究科附属グローバル・ナースリサーチセンター特任研究員)		

参加者属性

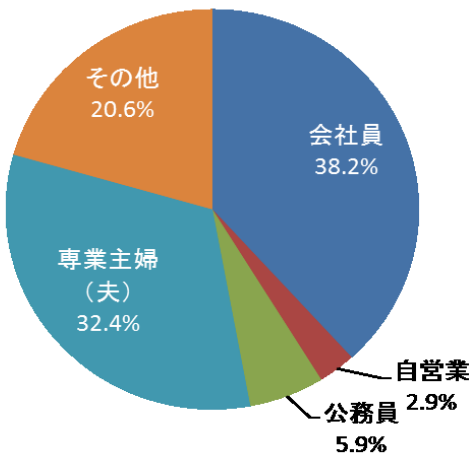
1) 年代



2) 性別



2) 職業



【参加者属性】

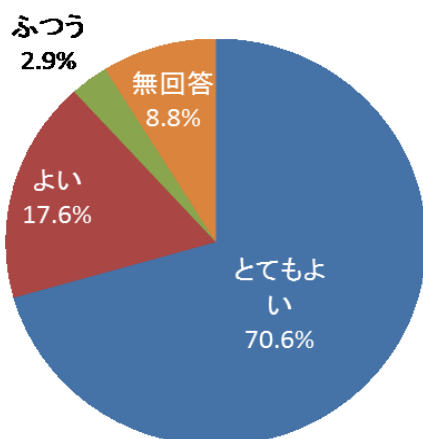
30代が35.3%と最も多く、次いで60代(20.6%)、40代(17.6%)という状況でした。20代の参加者は全体の5.9%でした。

性別で見ると、女性が79.4%でした。

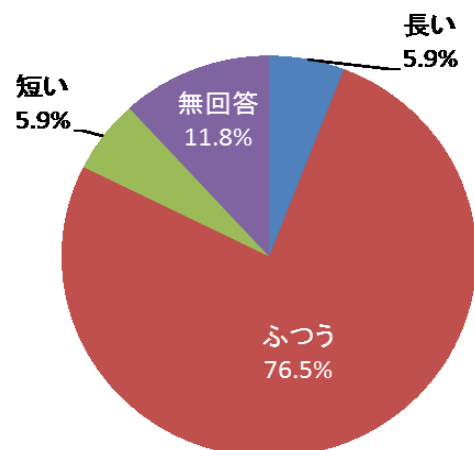
職業別で見ると、会社員(38.2%)、専業主婦(32.4%)の順に多かったです。

講演の内容について

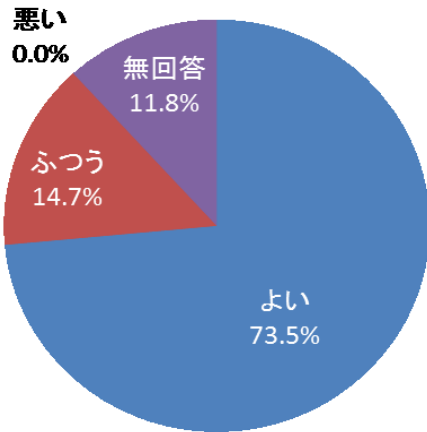
1) 講演の内容



2) 講演の長さ



2. 感想

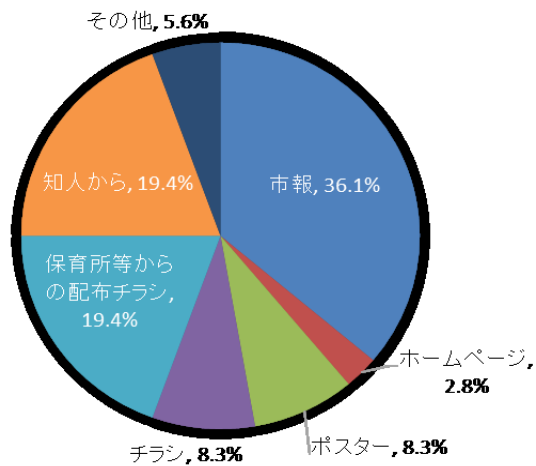


【講演の内容】

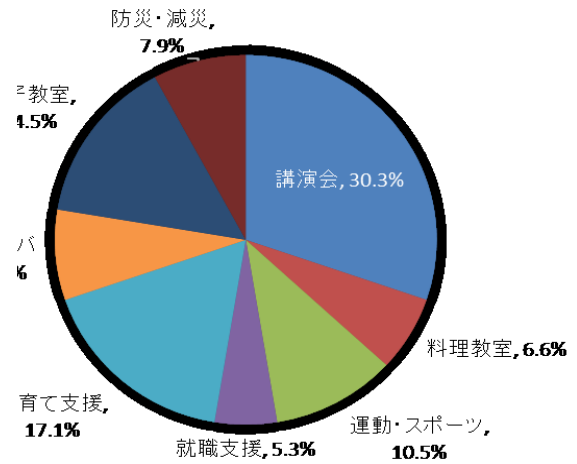
内容については、70.6%の方が「とてもよい」と回答しています。

講演の長さ（時間）については、76.5%の方が「ふつう」と回答しています。

□

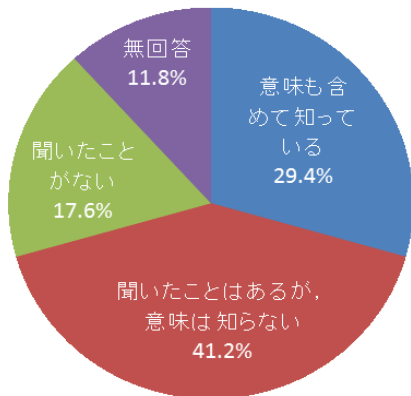


□ 今後期待するセミナー



□

甲 / 共同参画という言葉の認知度について



セミナー参加者の36.1%の方が市報で今後きこ知ったという結果でした。

今後のセミナーへの希望については、講演会（30.3%）子育て支援（17.1%），親子教室（14.5%）という順でした。

男女共同参画という言葉の認知度について、全く聞いたことがないという回答が17.6%でした。

□

- ・ とても素晴らしかったです。気持ちが明るくなり、また頑張りたいと思います。

- ・ とても勉強になりました。怒りの内容を書きだしたりして、できることから始めてみようと思います。

- ・ とても身になりました。今までモヤモヤと頭の中で考えていたことが整理され、やるべきことが明確になりました。子育てに追われて暗い気分になっていたのが救われた気分です。ありがとうございました。

- ・ 分かりやすくてよかった。自分の知識の枠が増えることが出来た。

- ・ わかりやすくてとてもためになりました。客観的に自分を見つめようと思うきっかけになりました。前向きに日々の生活に取り入れて取り組んでいきたいです。

- ・ 少しむずかしかった。
- ・ とても楽しく勉強になりました。
- ・ 分かりやすくて良かったです。ありがとうございました。
- ・ あっという間に時間が過ぎました。これからの子育てにとっても役立つと思います。
- ・ テーマ、講師を継続して開催していただけるとよいです。
- ・ 日々忙しい中、改めて気付かされたことが沢山ありました。まず自分が変わることの大切さ。簡単ではないけれど1つ1つ実行していこうと思いました。ありがとうございました。
- ・ アンガーマネジメントとは何かを知るきっかけになったと思います。怒っているときに“フツ”と一息つくことをまずは始めてみたいと思います。
- ・ ありがとう、嬉しいわの一言を言えるよう心掛けたい。認め、感謝の気持ち大切にしたい。
- ・ 身にしみる思いで聞きました。仕事の対人関係でも役に立つと思い実践してみたい。
- ・ アンガーマネジメントについて詳しく聞くことができてよかったです。2時間でしたが、楽しく笑いありであっという間に時間が過ぎました。ありがとうございました。
- ・ 今まで自分のしてきた事がすごく反省させられる事が大きくありました。今日からもっと心に広い人間になりたいです。本当にものすごくためになる時間でありました。
- ・ 大変参考になりました。
- ・ ワークを通して内容を深められた。具体的なご自身の例を挙げながら説明してくださって分かりやすかった。子、夫、仕事相手に対して今回のことに取り組んでいきたいと思いました。
- ・ とても勉強になりよいお話を聞けて良かったです。ありがとうございました。
- ・ とても分かりやすく、まとめていただき感謝しています。
- ・ 親しみのある先生でとても良かったです。また2回目お願いしたいです。
- ・ 講演会最後の一言、「自分が変わらなければ大参事」という言葉がズドンとききました。自分の見方を変えてHAPPYな気分を毎日過ごしてみたいです。ありがとうございました。
- ・ 自分の知らない、性格のくせが分かる機会で、大変ありがたかったです。元々、深く知りたと思っていたことだったので、学習でき嬉しいです。ありがとうございました。
- ・ 参加しやすい場所や日時で無料でこうした役立つ講座があればとてもいいと思います。
- ・ とても充実したお話を聞けて良かった。子育てはもう終わりですが、もっと早く聞けていたら悔いも残らなかったかなと思います。遅いですがこれから実行したいと思います。

□ その他ご意見・ご要望

- ・ 保育あり、土曜開催、無料ということで参加しやすかったです。ありがとうございました。
- ・ 今回のように託児付のセミナー、本当に助かります！また機会があれば参加したいです。
- ・ 無料で保育があつて、講演も聞けて本当にありがたかったです。少しでも子と離れてよい話を聞けてよかった。
- ・ 子どもを預かっていただけたので、講座に夫婦揃って参加でき、とても感謝しています。