

「実習、はじめの一步☆」展示図書リスト

ストレスコントロール

書名	請求記号
やさしいフォーカシング：自分でできるこころの処方	146.8/C88
マンガで学ぶフォーカシング入門：からだをとおして自分の気持ちに気づく方法	146.8/F77
ひとりのできるヒプノセラピー	146.8/Ko83
クラズナー博士のあなたにもできるヒプノセラピー：人生を「成功」に導くための「暗示」の作り方	146.8/Kr1
不安な心の癒し方：あなたの悩みを解消する7つの認知療法	146.8/L47
学校、職場、地域におけるストレスマネジメント実践マニュアル	493.49/Sh36
包括的ストレスマネジメント	493.79/G82
ストレス時代の操体法：あなたのライフスタイルを強めるために	498.3/H48
ストレス対処能力SOC	498.39/Y48
OWN・メンタルヘルス：医療スタッフのためのストレスマネジメント	498.8/Ts15
看護師専用お悩み外来	N049/Mi76
ナースが悩むQ&A：疾患の疑問から現場のトラブルまで	N210/To55
ストレス分析で導く「困った患者さん」の対処法：つまづかないための問題事例の理解と対応Q&A	N214/F79
実践ストレスマネジメント：「辞めたい」ナースと「疲れた」師長のために	N232/Ku14
ナースのためのストレスコントロール術：“幸せ笑顔”になるヒント	N232/Sh55
悩むナースたちへ：元気回復のための処方箋	N232/Ts32
看護師・セラピスト・コメディカルのための自己モニタリングと呼吸法：職場や家庭で行うリラクゼーションと問題解決の方法	N232/Ts83
看護現場のストレスケア：ナースだって癒されたい！！	N232/Y91
よくわかる新人ナースの仕事のしくみ：誰もがぶつかる仕事の悩みにお答え 先輩ナースが教える本音のアドバイス	N238/Ta18