

## 6 引用・参考文献

### 3 休職者の怒りの特徴と対応

- 1) 原田誠一, 怒りが見られる場合の面接の進め方ー上手な怒り方の学習の機会に, 精神科, 14(2), 2009
- 2) アスペハート vol.29 自閉症スペクトラム障害の人たちが怒りや不安との付き合い方を覚えるために, アスペ・エルデの会監修, 2011
- 3) ペーター・シュヴェンクメッツガー・ゲオルグス・シュテッフゲン, 市村操一訳, 怒りのコントロール 認知行動療法理論に基づく怒りと葛藤の克服訓練, ブレーン出版, 2004
- 4) 吉田富二雄編, 心理尺度測定集Ⅱ, 堀洋道監修, サイエンス社, 2001

### 4 アンガーコントロール支援の概要

- 1) ペーター・シュヴェンクメッツガー・ゲオルグス・シュテッフゲン, 市村操一訳, 怒りのコントロール 認知行動療法理論に基づく怒りと葛藤の克服訓練, ブレーン出版, 2004
- 2) 安藤俊介, イライラしがちなあなたを変える本, 中経出版, 2010

### 5 アンガーコントロール講習の内容と進め方

- 1) 平木典子, 改訂版アサーショントレーニング, 金子書房, 2009
- 2) 森田汐生, 気持ち伝わる話し方, 主婦の友社, 2010
- 3) シェーンリー・R. S. グレイアム, 自己表現トレーニングーありのままの自分を生きるためにー, 岩崎学術出版社, 1996
- 4) 佐藤紀子, 職場でへこまない実践テクニック, 島悟・佐藤恵美監修, エクスナレッジ, 2010
- 5) 安藤俊介, イライラしがちなあなたを変える本, 中経出版, 2010
- 6) アメリカ連邦政府 Evidence-Based Practices 実践・普及ツールキットシリーズ第5巻Ⅱ IMR・疾病管理とリカバリーワークブック編, 日本精神障害者リハビリテーション学会監修, 地域精神保健福祉機構, 2012
- 7) 田中ウルヴェ京・奈良雅弘, ストレスに負けない技術, 日本実業出版社, 2005
- 8) 水島広子, 怒りがスーッと消える本, 大和出版, 2011
- 9) 障害者職業総合センター職業センター, 障害者職業総合センター職業センター支援マニュアルNo. 9精神障害者職場再適応支援プログラム気分障害等の精神疾患で休職中のためのストレス対処講習, 2013
- 10) 森田汐生, 働く人のコミュニケーションサポートブック アサーティブな話し方・伝え方, 現代けんこう出版, 2012
- 11) 森田汐生, 「怒り」の上手な伝え方, すばる舎, 2013
- 12) 土沼雅子, 自分らしい感情表現, 日本・精神技術研究所, 2012