

メンタルヘルスマネジメント オンデマンド配信&オンライン研修 実施要綱

1. 主催 一般社団法人 北海道民間社会福祉事業職員共済会
2. 対象者 本会会員、010 ソウェル会員 及び 北海道民
3. 定員 ①オンデマンド配信 定員なし ②オンライン研修 30名
4. 配信・実施日程
 - ①オンデマンド配信 (Youtube チャンネル)
配信期間：2022年8月1日(月)～8月31日(水)
 - ②オンライン (Zoom)
実施日：2022年9月9日(金) 14時～16時
5. 費用 無料。ただし、視聴にかかるデータ通信料、機器の費用は自己負担となります。
6. 講習内容 プログラムをご参照ください。
7. 予定講師
中 亜由美 (なか あゆみ) 氏
保有資格：キャリアバンク株式会社リードインストラクター
メンタルヘルス・マネジメント®検定試験Ⅱ種
略 歴：民間コンタクトセンター2社で、一般スタッフ・管理者育成業務、採用業務、センター運営業務(人員調達、スタッフのシフト管理、パフォーマンス管理等)、応対品質管理業務、クレーム分析業務等に従事。現在は、キャリアバンク株式会社のインストラクターとして、ビジネスマナー、コミュニケーション、ハラスメント対策、OJT 指導担当者向けの研修を実施している。
8. 申込について
オンデマンド配信については、本会ホームページ【セミナー案内】にて、各コンテンツの URL を掲載します。オンライン研修の申込は、以下日程で同ページにフォームを掲載します。

2022年8月8日(月) 10時 ～ 8月19日(金) 16時
9. 参加決定 オンライン研修参加の可否は、受付締切り後1週間以内に [mail](mailto:seminar@kyousaikai-shiawase.jp)にてご案内します。
10. 注意事項
配信されたコンテンツ(動画、教材その他)に関する著作権は、キャリアバンク株式会社に帰属します。通常セミナーと同様、オンラインセミナーにおける教材、講師から配布する資料、動画および音声等にかかる権利は著作権法によって保護されており、配信する研修内容をコピーして他人に渡したり、インターネット等にアップロードしたり、その他目的以外に利用したりすることは、著作権法上禁止されています。

(お問い合わせ先)

福利課 TEL：011-251-3828 FAX：011-251-3848

Mail：seminar@kyousaikai-shiawase.jp

メンタルヘルスマネジメント研修 プログラム

《オンデマンド》

1. メンタルヘルスマネジメントにおける管理者の役割

心の健康管理は、一次予防・二次予防・三次予防 がポイント
部下の心の健康管理について
管理者が果たすべき役割
メンタルヘルス不調に対するよくある誤解
心の健康問題を正しく理解するために必要なこと

2. ストレスの原因になるもの

職場における代表的なストレス要因
管理者が注意すべき部下のストレス要因

3. ストレスへの対処・軽減の方法

予防の基本～休養・運動・食事
リラクゼーションの手法
ストレス要因を取り除く
物事の受け取り方を変える

4. 部下の異変に早く気づくために

ストレスの反応は、身体・心・行動に出る
本人・周囲 が異変に気付く要素

5. 部下の不調に気づいたら

4つの側面からの支援～情緒的・情動的・物理的・評価的支援
傾聴し理解する
相談を受けるうえでの留意点
専門家への相談を促すポイント
事業場内外資源について理解する

6. 休業していた職員の職場復帰支援

休業していた職員の職場復帰の流れ
職場復帰する労働者への心理的支援

《オンライン》

オンデマンドで知識を獲得した後、オンライン形式でケーススタディなどのグループワークを行い、「気付き」の習得を目指します。

- ① メンタル不調を抱える部下とのコミュニケーションについて
- ② ケーススタディ：いつもと様子の違う部下に声をかける
- ③ 社内外資源との連携や復職者支援についての体制・取り組み等について
- ④ 管理者である自分自身のケアについて