

従業員のための健康セミナー

「健康経営」をマネジメント視点で考えるシリーズ
メンタルヘルス研修
急増するメンタルヘルス不調者、管理者がラインケアで押えるべきこと

※「健康経営」はNPO法人健康経営研究会の登録商標です。



株式会社 星和ビジネスリンク

メンタルヘルス研修はなぜ必要？

近年職場のメンタルヘルス対策のあり方は大きく変化しています。ストレスチェック制度の法制化などもそのひとつですが、職場における効果的なメンタルヘルス対策には、継続的な従業員教育が必須となります。

メンタルヘルス対策を推進する関係者だけでなく、管理職を含む全ての従業員が自らメンタルヘルスに関する正しい知識を持つことが重要なのです。



現場を熟知した専門家が、わかりやすく解説します。

初期段階ではなかなか気づきにくい精神疾患。

それだけに健康な状態から「自分ごと」として捉え、学ぶことが出来るメンタルヘルス教育が必要となります。

臨床心理士・精神保健福祉士・社会保険労務士等、高い専門知識を持った講師が予防・早期発見から復職支援までをわかりやすく解説します。

ラインケア研修 カリキュラム(例) 150～180分間想定

- 数字から見たメンタルヘルス
- 組織が取り組む理由を考える
- 職業性ストレスモデルを理解する
- 事例検討(部下の変化への気づき)
- 気をつけよう部下の変化4つのポイント
- 傾聴スキルをチェックしてみよう
- 従来型うつと、いわゆる新型うつの特徴
- 事例検討(職場復帰)
- メンタル不調者を抱えた管理職への支援
- 復職後の対応ポイント
- 気をつけたい間違ったストレスへの対処
- 手軽に出来るストレッチ

青字の下線項目は今回の公開セミナーでお伝えする予定です。

講師紹介

高橋 尚子 (たかはし なおこ)

- ・株式会社ジャパンEAPシステムズ
執行役員／東北支社長
- ・精神保健福祉士
- ・早稲田大学理工学術院 非常勤講師

□明星大学人文学研究科教育学専攻博士前期課程修了。

精神科の病院、外来クリニック勤務を経て、ジャパンEAPシステムズへ転籍。

□ 2007年1月に開設した中部支社に着任し、EAP相談室室長、支社長として勤務。

□ 2011年4月、東京本社へ転勤し、執行役員、EAP統括本部長として着任する。

□ 2013年7月からは、執行役員、東北支社長兼務。同年より早稲田大学理工学術院非常勤講師を兼任。

主な共著書：

「サインを見逃さない 管理職のための職場復帰支援」(中部経済新聞社)

「EAPで会社が変わる」(税務研究会出版局)

「アルコール依存症の治療と回復」(東峰書房) など