

イキイキ職場づくり キーパーソン向けワークショップ

開催日 8/2～11/29 全8回

対象者 管理監督者
職場のメンタルヘルスに関心のある方

開催時間 17:00-18:30

条件 全8回参加できる方

パナソニックAVCテクノロジー内会議室

定員 各グループ20名

講師 大阪彩都心理センター 竹田伸子

開催日	内容
1 8/2	<ul style="list-style-type: none"> ■開講式 ■基礎知識と用語の共有(講義) ■「リーダーシップ行動論」(グループワーク) ■全体ミーティング
2 8/30	<ul style="list-style-type: none"> ■ラインケアの必要性と意義(参加者リレー講義*) ■職場ニーズを探る/職場環境を評価する(グループワーク) ■全体ミーティング
3 9/13	<ul style="list-style-type: none"> ■ストレスとストレス対処法(参加者リレー講義) ■「二者関係性の成り立ち」コミュニケーション成立の基本 ■全体ミーティング
4 9/27	<ul style="list-style-type: none"> ■うつ病と一次予防(発生予防)(参加者リレー講義) ■傾聴スキル(傾聴する際のポイントと留意点を押さえる) ■全体ミーティング
5 10/11	<ul style="list-style-type: none"> ■うつ病と二次予防(早期発見)の実践(参加者リレー講義) ■「メンタル不調者への関わり方」相談を受ける際のコツ(グループワーク) ■全体ミーティング
6 10/25	<ul style="list-style-type: none"> ■うつ病と三次予防(再発予防)の実践(参加者リレー講義) ■「認知行動療法」多様な価値観をどう認め、どう抱えるか?(グループワーク) ■全体ミーティング
7 11/15	<ul style="list-style-type: none"> ■退職者への対応(参加者リレー講義) ■「集団精神療法」多様な価値観をどう認め、どう抱えるか?(グループワーク) ■全体ミーティング
8 11/29	<ul style="list-style-type: none"> ■全体のまとめ(講義) ■「職場環境改善施策の立案」(グループワーク) ■全体ミーティング(参加者ニーズの精査/次のステージへの方法検討)

<各回の流れ>

基礎知識・・・講義30分
↓
スキル・ツールの取得
・・・グループワーク30分
↓
職場への持ち帰りのために
働きかけの方法を検討
・・・全体ミーティング30分

* 参加者リレー講義

あらかじめ割り当てられた項目について、参加者による6分間のミニレクチャーを全員でリレーする

◆ラインケアについて学びます◆

ラインケアとは、メンタルヘルス対策の中で、管理職が取り組む職場支援を指します。

到達目標となるスキルは以下の2つです。

- 1) 部下が不調に陥らないよう、個々の職場の具体的ストレス要因を把握し、その改善策を講じるスキル
- 2) 部下に不調が見受けられた場合、安全配慮義務に則った対応を行うスキル