

職層研修「管理職研修（メンタルヘルス）」

【第1回】	【実施日】	5月24日（火）9：00～17：00
	【受講決定者数】	25名
	【受講生の声】	<ul style="list-style-type: none"> ・研修を受けて、これまでわかっているつもりでも、わかっていたいなかったことに気づきました。 ・事例を交えた資料・説明で大変わかりやすかったです。自分自身のメンタルヘルスも非常に重要であることを再確認することができました。 ・ご自身の経験に基づいた具体的な事例を紹介しながらの説明はイメージしやすく、よく理解できました。 ・お話が具体的で、明瞭でした。うつ病と適応障害の違いなどもわかりやすかったです。
【第2回】	【実施日】	11月11日（金）9：00～17：00
	【受講決定者数】	31名
	【受講生の声】	<ul style="list-style-type: none"> ・管理職として、管理する職員のメンタルケアだけでなく、管理職自身がメンタル不調になった際の対応策等も研修を通して知ることができました。 ・うつ病や適応障害等の症状や対処方法等、違いが分かりにくかった点について、明らかにしていただきました。 ・短期の病気休暇の対応が良くわかりました。 ・節目で質問を受け付け、回答してくれたので、より理解が深まりました。
【第3回】	【実施日】	12月6日（火）9：00～17：00
	【受講決定者数】	23名
	【受講生の声】	<ul style="list-style-type: none"> ・個人への意識的な声かけを習慣化し、心のエネルギーが枯渇しないようコミュニケーションをとっていきたいです。 ・適宜、質疑応答の機会を設け、他の受講生の気づきや疑問点を共有していただいた点が、理解を深めることに寄与したと思います。 ・テキストも充実しており、事例もわかりやすかったです。 ・実際にメンタルで悩んでいる職員を目の前に抱えており対応に悩んでいましたが、すぐに実践できそうなことややるべきことを示していただきました。