

ステップアップ研修「メンタルヘルスマネジメント」(第4回)

【日時】	令和3年12月3日(金) 9:00~17:00
【会場】	特別区職員研修所
【受講者数】	21名
【講師】	株式会社ヒューマンエナジー 相場 聖 氏
【研修内容】	<p><目的></p> <p>現場のリーダーである係長が職場のメンタルヘルス対策の意義を認識し、「部下のメンタルヘルス不調の未然防止」、「不調が見受けられた場合の対応方法」等のマネジメント手法について学ぶことにより、職員が健康で活力ある職場の構築を目指す。</p> <p><内容></p> <p>①メンタルヘルスの基礎知識や精神疾患の種類と症状について学ぶ。 ②メンタルヘルス対策の意義と係長職に求められる役割を学ぶ。 ③組織的な取組として、部下のメンタルヘルス不調の予防や不調の早期発見、早期対応方法、メンタルヘルス不調による病気休業中の部下に対する職場復帰支援の方法について学ぶ。</p>
【受講生の声】	<ul style="list-style-type: none"> ・漠然とわかっているつもりだったメンタルヘルスですが、疾患の種類から丁寧に導入され、かなり身近なものとしてその後の研修に入り込むことができたと思います。具体的な方法やポイントについても、身近なことからひとつひとつ実践できそうなことが沢山あり、そうやってスキルを上げながら職場環境を整える役割を果たしていけるといいと思いました。 ・メンタルヘルスマネジメントの事が分かり、うつ病の症状やセルフケアの事、三次、二次、一次、0次予防の事が詳しく分かりました。価値基準の違いを理解するためにコミュニケーションを取る事が大切だと知り、職員とコミュニケーションを取ろうと思いました。