



メンタルヘルス・ハラスメント研修のご案内

代々木病院 EAP ケアシステムズ (YES) では、セルフケアやラインケアなどの基礎的な内容から、現場で役立つ実践的なスキルアップ研修まで、公認心理師・臨床心理士による研修プログラムを提供しています

YES の研修の特徴

こころの専門家による講義

講師は、働く人のカウンセリングを専門とし、幅広い相談に応じてきた経験豊かな公認心理師・臨床心理士が担当しています

体験的ワーク

楽しく学べる

グループディスカッション、ロールプレイ(実践練習)、心理テストなども積極的に取り入れたコンテンツが充実しています。体験を通して、楽しく学びを深めることができます

実践的なスキル

実効性

明日から使える実践的なスキルや知識を身につけることができます。コンプライアンスの観点から必要な知識や、科学的に効果が明らかとなっているスキルや技法を学べます

研修テーマ

セルフケア

ストレスについての基礎的な知識を学び、ストレスと上手につきあうための基本的な対処法を身につけます。特に、ストレスへの対処スキル(コーピングスキル)に焦点をあてた対応法を学びます

時間めやす: 120~180 分

ラインケア

職場に求められるメンタルヘルス対策の基本的なあり方だけではなく、実際に管理者が職場で使える取り組みを学びます。コミュニケーション訓練を通して、部下のサポートを体験します

時間めやす: 120~180 分

パワーハラスメント

パワーハラスメントの概念・類型など基礎的な知識を学び、ハラスメントがもたらすリスクだけではなく、未然に防ぐ方法を学びます

時間めやす: 180 分

重要!

2020年(令和2年)

事業場のハラスメント対策が義務化!

職場のハラスメント対策において正しい知識を学ぶことは大切です。安心・安全な職場づくり、コンプライアンスの観点からも欠かせない知識となります



その他

コミュニケーション

アンガーマネジメント

ご要望に応じて、時間等調整できます。職場の状況やニーズを丁寧にお伺いし、オーダーメイドでコンテンツを設計します
ご検討の際は、お気軽にお問い合わせください

お問合せ

医療法人財団 東京勤労者医療会 代々木病院 EAP ケアシステムズ
TEL : 03-3404-7678 (月~土 9:00-17:00 日・祝日/休)
E-mail : yes_info@tokyo-kinikai.com

