

# 管理者がすすめるメンタルヘルスケアコース

●受講期間 3ヵ月 ●受講料 17,600円

マルチデバイス対応

■テキスト2冊 (Webテキストも閲覧可) ■添削レポート3回 (Web提出可)

いま企業の責任が問われているメンタルヘルスケアを体系的に学べる

マネジメントの専門家である管理者として、  
メンタルヘルスにどう向き合い、取り組むべきかを具体化

メンバーのモラルと生産性を最大化する積極的なメンタルヘルス対策が推進できる

※ テキストはインターネットで閲覧できます。Web提出には「Microsoft Word」が必要です。



## ●第1単元

### 正しく理解しておきたい メンタルヘルスの基礎知識

- ・問われる企業と管理監督者の責任
- ・メンタルヘルス推進の柱 —— 4つのケア
- ・「ラインによるケア」を担う管理監督者の役割
- ・ケア体制の構築とメンタルヘルス対策の意義
- ・心の健康を脅かす「ストレス」とは何か
- ・身近な心の病気「うつ病」を正しく理解する
- ・自殺の危機への対応
- ・ケーススタディ —— 職場で見られるメンタルヘルス事例 ...他

## ●総仕上げのための総合評価テスト問題

「総合評価テスト」でコース全体の内容理解度をチェックし、実務への活用・展開につなげます。

## ●第2単元

### メンタルヘルスケアの中核を担う 管理者の役割と行動

- ・早期発見・早期対応のための実践行動
- ・職場で気づくメンタルヘルス不調のサイン
- ・健康の問題か、労務管理の問題かを明確に
- ・「声かけ」からはじめる4つの対応ステップ
- ・相談場面での効果的な話し方・聴き方
- ・産業保健スタッフや専門医への橋渡しの仕方
- ・管理監督者を悩ませるこんなケースでは
- ・職場復帰支援の適切なすすめ方 ...他

オンラインでもオフラインでも学習できる! (すべての学習方法に対応)

一般社団法人日本監督士協会

