

# 管理者がすすめるメンタルヘルスケア

●受講期間 2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2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

## ●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
- ・話し合いステップ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)

※カリキュラム・講座内容などは改訂や変更になる場合があります。