

メンタルヘルス研修 1日間

予 定 日 時	2020年12月16日（水） 9:00～17:00（7時間／日）
受 講 料	30,000円（税別）／人
会 場	ARMS研修センター 愛知県刈谷市一里山町上流5番地3 0566-70-7506
目 的	近年、メンタル不調を置くし、精神障害による労災認定が増加の傾向にあります。ストレスチェックの義務化への対応、生産性を落とさないためのメンタル不調者を出さない職場環境作りを学習する。

	科 目	内 容
1	オリエンテーション	研修内容について 本日の目標設定
2	ストレスに対する知識	ストレスとは？ ストレスチェック ストレスの根本原因 ストレスによる疾患 ストレスの耐性
3	ストレスマネジメント	管理監督者の役割 メンタル不調のサイン メンタル不調の早期発見と早期対応 聴く力と聞く力度チェック パワハラ度チェック メンタル不調者を出さない職場作り
4	振り返り	何に気づき、何を学んだか 実行宣言

実施主体：職業訓練法人 H&A 愛知県知立市西町妻向14-1

ARMS研修センター

愛知県刈谷市一里山町上流5番地3

0566-70-7506