

職場のメンタルヘルス講習会

～メンタルヘルスの悪化が職場に問題を引き起こす～

社団法人
東京建設業協会

平成10年以来、年間の自殺者が3万人台を記録し続け、平成17年には32,552人を記録しました。これは、成果主義人事制度、リストラ、仕事量の増加、価値観の多様化などによる上司・同僚との対話や助け合いの不足、また経済のグローバル化や生活の24時間化などによって生活のリズムが保てなくなったことなどが要因となっています。

本講座では、メンタルヘルスに関する基本理解から、メンタルトラブルの発見の仕方、発見された時の職場や管理者の対応の仕方について、事例研究等を交えながら実践的な内容でお伝えいたします。

この機会に、関係各位のご参加をいただけますようご案内申し上げます。

開催日時

平成18年12月8日(金) 午後2時～午後4時30分 (午後1時30分より受付)

内容と講師

1. メンタルヘルス(心の健康とは)
●心と体は一緒 ●心も風邪をひき、病気になる 他
 2. ストレスとストレスナー
●ストレスとは何か ●ストレスナーのさまざま 他
 3. 心の健康とストレス
●「心の健康」像 ●ストレスに対する反応の仕方 他
 4. ストレスによって引き起こされるメンタルトラブル
●心身症 ●うつ病と神経症 ●統合失調症
 5. メンタルトラブルの発見と対応
●部下の兆候を見る
●メンタルトラブルが見つかった時の職場の対応 他
 6. 部下のストレスに対する管理者の対応
●部下のストレス状態に気づく
●部下への対応のポイントと日常の対処法 他
- 講師：社団法人日本経営協会 専任講師
池上経営研究所 代表 池上岩男氏
- ※事例研究、チェックシート等の演習を交えながら進行いたします。

受講料

無料

申込方法

- ・ 定員50名
- ・ 申込書によりFAX (03-3555-2170) にてお申込みください。
- ・ 受付られますと、受付番号を記入のうえ返送させていただきます。
- ・ 定員等の都合により受け付けられない場合は、その旨ご連絡いたします。
- ・ 当日は受付済みの申込書をご持参ください。

会場

渋谷フォーラム8 4階 404会議室 渋谷区道玄坂2-10-7 (TEL03-3780-0008)



JR山手線・地下鉄半蔵門線・銀座線
渋谷駅八子公口徒歩7分

問合せ先

社団法人東京建設業協会 講習会係 (TEL 03-3552-5656 FAX 03-3555-2170)
〒104-0032 中央区八丁堀 2-5-1 東京建設会館 5階
各種研修会等のご案内については、東建ホームページ (<http://www.token.or.jp>) に掲載しております。