

経営者、人事、総務部門、・産業保健担当者のための

パワハラ傾向

発達障害傾向

## グレイゾーンから考えるメンタルヘルス研修

うつ病にさせやすい人の状況について学ぶ  
うつ病になりやすい人の状況について学ぶ

ご存じですか？

うつ病は脳の機能障害です。

### ねらい

近年、企業におけるパワハラ問題が注目されています。被害を受ける社員は自分自身の被害に気づいていても、加害者がその行動の問題性を認識していないことが多いです。また、最近では発達障害にも注目が集まっており、遅刻やミスを繰り返す社員の中には発達障害が原因かもしれない人もいます。ただし、本人自身が問題として認識していない限り、改善するのは困難で、周囲のストレスになりかねません。したがって、パワハラや発達障害といった問題が勤務に影響を及ぼす前に、適切な対策を取る必要があります。具体的には、メンタル不調を予防することが非常に重要です。

このセミナーでは、うつ病にさせやすい人やうつ病になりやすい人を理解し、職場で実践可能な予防方法を学ぶことができます。パワハラや発達障害に悩む社員をサポートし、生産性向上に繋げましょう。

### 参加対象

- パワハラや発達障害傾向の社員の対応に苦慮する経営者
- メンタル不調者に対する対応力を高めたい人事、総務部門
- 具体的な方法を検討中の産業保健部門責任者
- メンタルヘルス研修、ラインケア研修ご検討の方

### プログラム 13:30～16:30

- 1 うつ病にさせやすい人の状況
  - ・パワハラグレイゾーンについて
- 2 うつ病になりやすい人の状況
  - ・発達障害グレイゾーン
  - ・その他のうつ病になりやすい状況
- 3 うつ病の理解
  - ・うつ病は脳の機能障害
  - ・うつ病は本人が自覚できない病気
- 4 症状が出る前の支援
  - ・ライフイベント法によるストレス量の可視化
  - ・心拍変動ストレス測定の実用方法
- 5 予防方法
- 6 相互理解から心理的安全性が高める方法

※プログラム内容は、変更される場合があります。あらかじめご了承ください。

開催日時・場所

2023年11月28日(火)

[時間] 13:30～16:30

ウインクあいち1007会議室  
名古屋市中村区名駅4丁目4-38

講師

時任 春江

25年の看護師の経験を活かし、2016年一般社団法人日本疲労メンテナンス協会を設立。一般企業、行政、医師会や看護協会等でメンタルヘルス対策やうつ病予防に関する講演、研修等行う。2019年より、うつ病予防支援者の「うつ病にさせないためのアドバイザー」を650人以上育成。休職・離職予防、自殺予防にもつながっている。

参加者の声

「過去の社員との関わりで腑に落ちなかったことがやっと理解できた！」  
「今、健全な社員に対策をすれば、予防ができることが分かった！」  
「心理的安全性を高めるためのツールや活用方法などが具体的にわかり、即、実践できる！」

参加費・定員・申込方法

15,000円/1名(税込)

30名(5名に満たない場合は中止または延期する場合があります)

申込方法

申込フォームより  
お申込ください。



HP : <https://r.goope.jp/utsuyobo/>

検索 :