

\*\*\*\*\*

## 職場のメンタルヘルス問題にどう関わるか

\*\*\*\*\*

( 講師 : 中村 亨 先生 )

### 【研修のねらい】

メンタルヘルス不調の未然防止や自殺予防の取り組みを推し進め、メンタルヘルス不調者や自殺者を減らすことは、メンタルヘルスの問題に関わる者の願いです。しかし、現実にはメンタルヘルス不調者や自殺者をゼロにできるとは考えにくいです。メンタルヘルスの問題に関わるのであれば、予防に取り組む一方で、メンタルヘルス不調や自殺が生じた時に対応できるように備える必要があります。また本人だけでなく上司や同僚、家族、会社・組織を支援できることも必要です。

そこで本研修では、メンタルヘルス不調や自殺の問題に遭遇した場合に、「自分には何が出来るか」を参加者の皆さんと考えていきたいと思います。

### 【研修の内容】

メンタルヘルス不調者・休職者への対応

1. 職場でいつもと違う感じがする人とどう接するか
  - ・何がどう、いつもと違うのか
  - ・いつもと違うと感じることをどう伝えるか
2. 休職の入り方から、復帰後のフォローまで、何をしたらよいか
  - ・休職が必要な状態、復職できる状態
  - ・業務能力と安全管理の問題
3. 職場で“死”に遭遇した人をどう支援するか
  - ・職場内で死をどう扱うか
  - ・組織としての家族への対応

◆研修日時：令和2年8月8日（土） 13：30～16：30 （3時間）

※申込締切日：7月25日（土）

◆研修会場：かでの2・7 1060会議室（札幌市中央区北2条西7丁目）

◆受講料：会員3,000円 非会員4,500円

◆定員：30名（先着順、定員になり次第締め切ります）＜最少催行人数10名＞

◆資格登録更新研修該当

※本研修は、新型コロナウイルスの影響により開催中止となった研修です。

会場およびスタッフ等の感染症対策を徹底し、皆さまのお申込みをお待ちしております。

【中村 亨（なかむらとおる）先生 医療法人社団五稜会病院公認心理師・臨床心理士】プロフィール  
医療法人社団五稜会病院札幌CBT&EAPセンター所属。

2001年北海道医療大学大学院修士課程修了後、医療法人社団五稜会病院に勤務。

気分障害、不安障害、ストレス関連疾患などの心理社会的治療、症状回復後の社会復帰支援、復職後の職場定着支援に従事するとともに、企業などから依頼があるメンタルヘルス関連の研修講師を担当。

現在は企業でのカウンセリング、ストレスチェック、上司・人事労務・産業保健スタッフへのコンサルテーション、メンタルヘルス研修の講師等、職場のメンタルヘルス対策支援事業を担当している。

公認心理師、臨床心理士、産業カウンセラー、認定行動療法士。