

第1回 社員を守る・身近な人を守る

メンタルヘルスケア
実践セミナーオンライン
開催〈使用アプリ〉
ZOOM「Zoom」の使い方についてのお問合せは、
裏面までご連絡ください。

複雑に多様化する現代社会において働く人が様々なストレスを抱える今、メンタルヘルス不調者への対応や心の健康づくりのための対策が不可欠です。社員の心の健康を守り、ケアしていくことが、最終的に会社を守り育てていくことにつながります。本セミナーを通して、1人でも多くの方に、ゲートキーパーとしての意識を持っていただき、それぞれの立場でできることから行動を起こしていくことで、健やかで優しい職場づくりに役立てていきましょう。

2023年11月15日(水) 13:30~15:00

申込締切
11月13日(月)

第1部 13:30~14:30

・ゲートキーパー養成研修

「ゲートキーパーに期待される役割」

～身近な人が悩んでいたら・・・あなたはどうしますか？～

職場の同僚など、あなたの周囲に悩みを抱えて困っている方はいませんか？「ゲートキーパー」とは、悩みを抱えている人が発するところのサインに気づき、声をかけ、話を聴いて必要な支援につなげ、見守る人のことです。特別な資格は必要なく、県民誰もがなることができますので、その役割について学んでいきましょう。

第2部 14:30~15:00

・実践のワークショップ

「実践！ゲートキーパースキル習得」

第1部で学んだゲートキーパーの役割について個人ワーク・グループワークでの事例検討を通して体験的に・楽しく習得していきます。ワーク後は、講師の解説により、さらに理解を深めることで、日常生活での実践につなげていきます。

※当日はA4サイズの白紙と筆記用具をご用意ください。

本セミナーは、後日オンデマンド配信を予定しております。

※ワークショップの参加や、講師による質疑応答等については、当日参加者のみとなります。

講師紹介

久保田 智之（くぼた ともゆき）氏 臨床心理士・T'sメンタルヘルス オフィス 代表

国際協力NGOの海外被災地・紛争地での心のケア事業のフィールドマネージャーとして、アジアや中東など計5か国で駐在。帰国後は臨床心理士を取得し、カウンセラーとして心療内科や心の電話相談等を担当。現在は、大学と企業EAPなどでカウンセリングを行う傍ら、研修講師として、主にメンタルヘルスおよびインプロ（即興劇）を用いたコミュニケーション研修を行う。

