

心理カウンセラーから学ぶ メンタルヘルス不調者が安心して相談できる関係作り

平成26年6月、厚生労働省により労働安全衛生法の一部改正が行われました。それにより従業員50人以上の企業に**ストレスチェック実施が義務化される**など、メンタルヘルス対策の需要が急激に高まっています。導入の期日が平成27年12月1日と迫る中「**メンタルヘルス対策の仕方が分からない**」「**メンタルヘルス不調の社員の辞職が後を絶たない**」など企業様から多くのお声を伺っています。そんな声に応えるべく、企業内でメンタル不調者が出た場合に、まずは指導者としてどのような「かわり」をしていけば良いのか、その具体的な方法を心理カウンセラーがレクチャーします。実際に学んだことをその場で即実践できる実習時間も設けています。ぜひご参加ください。

①メンタルヘルス不調者が安心して相談できる関係づくり (来談者中心療法)

～メンタルヘルス不調者に対して最初に行う対処、目に見えない信頼関係の作り方を学ぶ～

②信頼関係を結ぶための基本的な傾聴

～相手と信頼関係を築くための話の聴き方「傾聴」の仕方を学ぶ～

③基本的な傾聴の実践

～「傾聴」を実践することで、技術を身につける～



～講師紹介～

心理カウンセラー 小川菊乃
NPO法人日本カウンセリング普及協会
認定心理カウンセラー
認定コミュニケーションインストラクター
認定交流分析療法士
日本ゲシュタルト療法学会会員



日時 8/22(土) 10:00～17:00

費用 18,000円(税抜)

場所 (株)日本総合カウンセリング滋賀支店
滋賀県草津市大路1-1-1 Lty932 4F

参加者氏名	ご住所
フリガナ	(〒 -)
TEL :	MAIL : @
【お申し込み】FAX : 06-6532-5040	
【お申込方法】上記に必要事項を明記の上、FAXでお申込み後、下記にお振込みください。開催日一週間前までにはお手続き頂けると助かります。申込一週間前を切る場合は、お手数お掛け致しますが申込FAXと共に下記までお問い合わせください。その他につきましては(株)日本総合カウンセリング附属日本心理カウンセラー養成学院規約に準じます。	
【お振込先】 三菱東京UFJ銀行 心斎橋支店 普通0144345 株式会社日本総合カウンセリング	

①メンタルヘルス不調者の現状を客観的に理解し問題解決の準備を図る

②メンタルヘルス不調者の悪循環に陥るネガティブな考え方の癖にアプローチする（認知行動療法の手法を取り入れた認知再構成法シートの作成）

③認知再構成法のシートを用いた面接の実践

～講師紹介～

日時 9/12(土) 10:00~17:00

心理カウンセラー 小川菊乃
NPO法人日本カウンセリング普及協会
認定心理カウンセラー
認定コミュニケーションインストラクター
認定交流分析療法士
日本ゲシュタルト療法学会会員



費用 18,000円(税抜)

場所 (株)日本総合カンパニービル 滋賀支店
滋賀県草津市大路1-1-1 Lty932 4F

株式会社 日本総合コンサルティング
【詳細などお問い合わせ】フリーダイヤル：0120-646-556
E-mail: 556support@jtc-web.jp

メンタルヘルス不調者の問題解決をサポートする 面談の実施方法を学ぶ

平成26年6月、厚生労働省により労働安全衛生法の一部改正が行われました。それにより従業員50人以上の企業に**ストレスチェック実施が義務化される**など、メンタルヘルス対策の需要が急激に高まっています。導入の期日が平成27年12月1日と迫る中「**メンタルヘルス対策の仕方が分からない**」「**メンタルヘルス不調の社員の辞職が後を絶たない**」など企業様から多くのお声を伺っています。メンタルヘルス不調の従業員の方に共通して見られる特徴は「マイナス思考」という考え方の癖です。どうすればその悪循環のから抜け出すことができるのか、またどのような行動を起こすことで状況を変化させていけるのか、共に新しい行動を計画する方法を学べます。ぜひご参加ください。

①メンタルヘルス不調者の現状を客観的に理解し問題解決の準備を図る (認知行動療法の手法を取り入れたアセスメントシート作成)

～メンタルヘルス不調になる具体的場面で内面で何がおきているか、わかりやすいシートにし、客観的に自己を理解する～

②メンタルヘルス不調者の悩みに対する具体的解決、行動を計画する (認知行動療法の手法を取り入れた問題解決法シートの作成)

～実際にどんな行動をとっていけば問題解決に向かうのか、問題解決法シートを作成する～

③問題解決法のシートを用いた面接の実践

～仕事や人間関係に自信が持てず不安の強い従業員が、自身の壁を乗り越えるには、どんな行動を起こせばよいのか？具体的な行動を共に計画する面接実施方法を学ぶ～

～講師紹介～

心理カウンセラー 小川菊乃
NPO法人日本カウンセリング普及協会
認定心理カウンセラー
認定コミュニケーションインストラクター
認定交流分析療法士
日本ゲシュタルト療法学会会員



日時 9/26(土) 10:00～17:00

費用 18,000円(税抜)

場所 (株)日本総合カウンセリング滋賀支店
滋賀県草津市大路1-1-1 Lty932 4F

参加者氏名	ご住所
フリガナ	(〒 -)
TEL :	MAIL : @
【お申し込み】FAX : 06-6532-5040	
【お申込方法】上記に必要事項を明記の上、FAXでお申込み後、下記にお振込みください。開催日一週間前までにはお手続き頂けると助かります。申込一週間前を切る場合は、お手数お掛け致しますが申込FAXと共に下記までお問い合わせください。その他につきましては(株)日本総合カウンセリング附属日本心理カウンセラー養成学院規約に準じます。	
【お振込先】 三菱東京UFJ銀行 心斎橋支店 普通0144345 株式会社日本総合カウンセリング	

メンタルヘルス不調者の 生活の質・仕事へのモチベーションを 向上させる指導方法を学ぶ

平成26年6月、厚生労働省により労働安全衛生法の一部改正が行われました。それにより従業員50人以上の企業に**ストレスチェック実施が義務化される**など、メンタルヘルス対策の需要が急激に高まっています。導入の期日が平成27年12月1日と迫る中「**メンタルヘルス対策の仕方が分からない**」「**メンタルヘルス不調の社員の辞職が後を絶たない**」など企業様より多くのお声を伺っています。職場及び私生活でも不健康な行動を取ってしまい、モチベーションが上がらない従業員へ、行動改善を促す“提案の仕方”や“指導方法”について臨床経験豊富な心理カウンセラー達が解説します。

①メンタルヘルス不調者の現状を客観的に理解し問題解決の準備を図る

(認知行動療法の手法を取り入れたアセスメントシート作成)

～メンタルヘルス不調になる具体的場面で内面で何がおきているか、わかりやすいシートにし、客観的に自己を理解する～

②メンタルヘルス不調者のQOL（クオリティオブライフ）を上げる

～行動アクティベーションの手法を取り入れた健康行動の指導について学ぶ～

③行動アクティベーションの手法を取り入れた健康行動指導実践

～職場に限らず、生活全般で不健康行動が多いことが原因で気分が優れない・モチベーションが上がらない従業員への具体的な行動の提案と面接方法を学ぶ～

～講師紹介～

心理カウンセラー 中雄丈斗
カリフォルニア州立大学修士課程修了
(専攻：家族療法)
フロリダ大学修士課程修了
(専攻：学校心理学)
アメリカで11年間にわたり学校・特別支援学級・病院・少年院等で発達障害や問題行動のある子ども500人以上に心理カウンセリングを行った経験を持つ。



日時 10/10(土) 10:00～17:00

費用 18,000円(税抜)

場所 (株)日本総合カウンセリング滋賀支店
滋賀県草津市大路1-1-1 Lty932 4F

参加者氏名	ご住所
フリガナ	(〒 -)
TEL :	MAIL : @
【お申し込み】FAX : 06-6532-5040	
【お申込方法】上記に必要事項を明記の上、FAXでお申込み後、下記にお振込みください。開催日一週間前までにはお手続き頂けると助かります。申込一週間前を切る場合は、お手数お掛け致しますが申込FAXと共に下記までお問い合わせください。 その他につきましては(株)日本総合カウンセリング附属日本心理カウンセラー養成学院規約に準じます。 【お振込先】 三菱東京UFJ銀行 心斎橋支店 普通0144345 株式会社日本総合カウンセリング	

メンタルヘルス不調者が 職場復帰するために必要なプログラムを学ぶ

平成26年6月、厚生労働省により労働安全衛生法の一部改正が行われました。それにより従業員50人以上の企業に**ストレスチェック実施が義務化される**など、メンタルヘルス対策の需要が急激に高まっています。導入の期日が平成27年12月1日と迫る中「**メンタルヘルス対策の仕方が分からない**」「**メンタルヘルス不調の社員の辞職が後を絶たない**」など企業様から多くのお声を伺っています。メンタルヘルス不調者が職場に復帰する際の“適切な手順”や“注意事項”を学ぶとともに、風通しの良い職場環境目指すにあたって、メンタルヘルス指導者が取り組むべきことは何かをお伝えします。

①メンタルヘルス不調者の職場復帰プログラムと メンタルヘルス指導員に求められる資質と基本姿勢

～メンタルヘルス不調者の職場復帰の手順や注意事項。組織全体の心理的健康を促進するための心がまえや注意を学ぶ～

②個人の成長が企業の成長に繋がる、風通しのよい職場環境を目指して

～ここまでの学びを具体的に職場の業務の中でどう活かしたらよいかを学ぶ。WHO（世界保健機構）の健康に関する考え方を取り入れ、風通しのよい組織づくりを学ぶ～

③メンタルヘルス指導員としてのこれからを考える（エンカウンター）

～互いの人間成長のために必要な自己開示とフィードバックの大切さを知り、ここでの学びを自分は具体的にどう活かしていくかの分かち合いを行う～

～講師紹介～

心理カウンセラー 小川菊乃
NPO法人日本カウンセリング普及協会
認定心理カウンセラー
認定コミュニケーションインストラクター
認定交流分析療法士
日本ゲシュタルト療法学会会員



日時 10/24(土) 10:00～17:00

費用 18,000円(税抜)

場所 (株)日本総合カウンセリング滋賀支店
滋賀県草津市大路1-1-1 Lty932 4F

参加者氏名	ご住所
フリガナ	(〒 -)
TEL :	MAIL : @
【お申し込み】FAX : 06-6532-5040	
【お申込方法】上記に必要事項を明記の上、FAXでお申込み後、下記にお振込みください。開催日一週間前までにはお手続き頂けると助かります。申込一週間前を切る場合は、お手数お掛け致しますが申込FAXと共に下記までお問い合わせください。その他につきましては(株)日本総合カウンセリング附属日本心理カウンセラー養成学院規約に準じます。	
【お振込先】 三菱東京UFJ銀行 心斎橋支店 普通0144345 株式会社日本総合カウンセリング	

職場のメンタルヘルス対策セミナー 日程表

1	①メンタルヘルスケアとは何か。 企業のメンタルヘルスにおける社会的責任・法令順守とリスクマネジメント【社労士担当】 ～従業員のストレスの現状や自殺者増加などの社会問題と、企業として知っておくべきリスクの可能性やその対処を学ぶ～	7/18(土)
	②企業における心の健康問題の現状と労災認定について【社労士担当】 ～従業員の働き方における、労災認定で問題となる事例を学ぶ～	10～17時
	③メンタルヘルス対策の一般的な指針とメンタルヘルス指導員の社会における役割について ～国のメンタルヘルス対策の指針と企業の整えるべきメンタルヘルス体制、心身の健康管理を指導する健康教育の重要性を学ぶ～	
2	①メンタルヘルス対策の一般的な指針とメンタルヘルス指導員の社会における役割について ～国のメンタルヘルス対策の指針と企業の整えるべきメンタルヘルス体制、心身の健康管理を指導する健康教育の重要性を学ぶ～	8/1(土)
	②ストレス関連疾患とメンタルヘルス不調による精神疾患について【保健師担当】 ～ストレスによりかかりやすい疾患とその兆候。最近の若者の傾向を含め、メンタルヘルス不調による精神疾患を学ぶ～	10～17時
	③健全な状態とは。メンタルヘルス不調者への速やかな気づきとその対処【保健師担当】 ～メンタルヘルス不調のわかりやすいサインとその後の速やかな具体的対処法を学ぶ～	
3	①メンタルヘルス不調者が安心して相談できる関係づくり(来談者中心療法)	8/22(土)
	②信頼関係を結ぶための基本的な傾聴	10～17時
	③基本的な傾聴の実践 ～メンタルヘルス不調者に対して最初に行う対処。目に見えない信頼関係の作り方を学ぶ～	
4	①メンタルヘルス不調者の現状を客観的に理解し問題解決の準備を図る (認知行動療法の手法を取り入れたアセスメントシート作成) ～メンタルヘルス不調になる具体的場面で内面で何がおきているか、わかりやすいシートにし、客観的に自己理解をする～	9/12(土)
	②メンタルヘルス不調者の悪循環に陥るネガティブな考え方の癖にアプローチする (認知行動療法の手法を取り入れた認知再構成法シートの作成)	10～17時
	③認知再構成法のシートを用いた面接の実践 ～「上司にきつと嫌われている」「会社を辞めさせられる」など、事実ではない思い込みが強く働き、歪めて物事を捉えてしまう従業員への具体的質問と面接方法を学ぶ～	
5	①メンタルヘルス不調者の現状を客観的に理解し問題解決の準備を図る (認知行動療法の手法を取り入れたアセスメントシート作成) ～メンタルヘルス不調になる具体的場面で内面で何がおきているか、わかりやすいシートにし、客観的に自己理解をする～	9/26(土)
	②メンタルヘルス不調者の悩みに対する具体的解決、行動を計画する (認知行動療法の手法を取り入れた問題解決法シートの作成)	10～17時
	③問題解決法のシートを用いた面接の実践 ～仕事や人間関係での具体的な対処や具体的な言葉がけなどがわからず、自信のもてない、不安の強い従業員と具体的な行動を最初の言葉がけから行動計画をしていくための面接方法を学ぶ～	
6	①メンタルヘルス不調者の現状を客観的に理解し問題解決の準備を図る (認知行動療法の手法を取り入れたアセスメントシート作成)	10/10(土)
	②メンタルヘルス不調者のQOL(クオリティーオブライフ)をあげる (行動アクティベーションの手法を取り入れた健康行動の指導について)	10～17時
	③行動アクティベーションの手法を取り入れた健康行動指導実践 ～職場に限らず、生活全般で不健康行動が多いことから、気分が優れずモチベーションが上がらない従業員への具体的提案と面接方法を学ぶ～	
7	①メンタルヘルス不調者の職場復帰プログラムとメンタルヘルス指導員に求められる資質と基本姿勢 ～メンタルヘルス不調者の職場復帰の手順や注意事項。組織全体の心理的健康を促進するための心がまえや注意を学ぶ～	10/24(土)
	②個人の成長が企業の成長に繋がる～風通しのよい職場環境を目指して ～ここまでの学びを具体的に職場の業務の中でどう活かしたらよいかを学ぶ。 WHO(世界保健機構)の健康に関する考え方を取り入れ、風通しのよい組織づくりを学ぶ～	10～17時
	③メンタルヘルス指導員としてのこれからを考える(エンカウンター) ～互いの人間成長のために必要な自己開示とフィードバックの大切さを知り、ここまでの学びを自分は具体的にどう活かしていくかの分かち合いを行う～	

※1日6時間で18,000円(税別)となります。

※日程によってはカリキュラム内容が重複する場合がございますが、その際は1日4時間12,000円(税別)となります。詳しくはお電話にてお問い合わせください。カリキュラム及びお申込み方法についてのお問い合わせ【全国お問い合わせデスク】TEL:0120-646-556(月～土 10～19)