



健康を心理学的にサポートできる心の専門家に。

働く人の心の健康・時代のニーズに応える講座！

メンタルヘルス指導員養成講座



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おこなわれ平成27年12月より従業員50人以上の企業にストレスチェック実施が義務化となるなど、メンタルヘルス対策の需要が急激に高まってきました。

「メンタルヘルス対策の仕方が分からない…」「メンタル不調の部下の辞職が後を絶たない…」など企業や法人は悩みを抱えています。そんな声に応えるべく、自身のストレスに気づいたり（セルフケア）、メンタル不調の方へのかかわり方（ラインケア）を適切に行うことができる**“メンタルヘルス指導員”**を養成する講座が出来ました！

▶▶対象者

企業や法人の中で心理カウンセリングを仕事にしていきたい方・人材マネジメントに興味のある方
経営者及び従業員のメンタルヘルス担当者、働く方への心理的援助を学びたい方

▷▷本講座の特徴

- ・企業が今求めているメンタルヘルスの知識を習得！
- ・メンタルヘルス指導員の資格取得で心身の健康を心理学的にサポート出来る！
- ・よくあるメンタル不調者への傾聴のポイントや認知行動療法等具体的な実践を学ぶことが出来る！
- ・仕事をしていく上でありがちなストレスや悩みに学びを直結させることが出来る！

回数 全18回（1回2時間）

日時 大阪校：水曜日19～21時 or 土曜日10～17時 東京校：土曜日10～17時

※日程の詳細は裏面ににて ※大阪校 水・土開講で 両クラス振替可能

金額 116,640円（税込） [申し込み〆切：5月24日（金）まで]

場所 大阪校（大阪市西区南堀江1-2-6 サムティ南堀江ビル3F）
東京校（東京都千代田区内神田1-9-2TYD内神田ビル 3階）

【認定資格】
取得講座
です！



参加者氏名	ご住所
フリガナ	(〒 -)
TEL :	E-MAIL :
ご希望の拠点： 大阪校 { ☐ 水19～21時 ☐ 土10～17時 ☐ どちらでもよい } or ☐ 東京校 ※どちらかに✓ください。	
【お申込み】FAX：06-6532-5040 ※FAXをお持ちでない方は、お近くのコンビニエンスストアをご利用ください	
【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。（WEBサイトフォームからでも可能です） 令和元年5月24日(金)までにお手続きをお願いします。	
【お振込先】 三菱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	
※お申込みと入金当方が確認できた時点で申込が完了します。セミナーはやむを得ない事情により開催を延期する場合がございます。その場合は、ご連絡後、全額返金させていただきます。また開講決定前であれば事務手数料（※1万円(税別)）以下のセミナーに関しては2,160円、それ以外のセミナーに関しては5,400円）を差し引いて返金可能です。2019/5/24以降は返金いたしかねます。その他の条件は当学院の規約に準じます。	



▶▶▶カリキュラムの詳細については裏面をご覧ください▶▶▶

◆◇ご不明点などお気軽にご相談下さい◆◇

日本心理カウンセラー養成学院

TEL：06-6532-5030

（月～金曜 午前10～午後7時） 全国お問い合わせデスク

メンタルヘルス指導員養成講座 カリキュラム 全18回		日 時		
	カリキュラム内容	大阪校		東京校
		水	土	土
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 ～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～	6/12 (19時-21時)	6/22 (10時-12時)	6/8 (10時-12時)
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～	6/19 (19時-21時)	6/22 (13時-15時)	6/8 (13時-15時)
3	・メンタルヘルス対策の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～	6/26 (19時-21時)	6/22 (15時-17時)	6/8 (15時-17時)
4	・ストレス関連疾患とメンタル不調による精神疾患について ～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、メンタル不調による精神疾患を学ぶ～	7/10 (19時-21時)	7/27 (10時-12時)	7/13 (10時-12時)
5	・健常な状態とは。メンタル不調者への速やかな気づきとその対処 ～メンタル不調のわかりやすいサインとその後の速やかな具体的な対処法を学ぶ。また、マインドフルネスの概要を学び、実際に体験する。～	7/17 (19時-21時)	7/27 (13時-15時)	7/13 (13時-15時)
6	・メンタル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）	7/24 (19時-21時)	7/27 (15時-17時)	7/13 (15時-17時)
7	・信頼関係を結ぶための基本的な傾聴	8/7 (19時-21時)	8/24 (10時-12時)	8/10 (10時-12時)
8	・傾聴の実践1 ～メンタル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～	8/21 (19時-21時)	8/24 (13時-15時)	8/10 (13時-15時)
9	・傾聴の実践2 ～メンタル不調者を想定した傾聴と情報提供の実践～	8/28 (19時-21時)	8/24 (15時-17時)	8/10 (15時-17時)
10	・メンタル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) ～メンタル不調になる具体的な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～	9/11 (19時-21時)	9/28 (10時-12時)	9/7 (10時-12時)
11	・メンタル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)	9/18 (19時-21時)	9/28 (13時-15時)	9/7 (13時-15時)
12	・メンタル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)	9/25 (19時-21時)	9/28 (15時-17時)	9/7 (15時-17時)
13	・メンタル不調者の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)	10/9 (19時-21時)	10/26 (10時-12時)	10/12 (10時-12時)
14	・メンタル不調者の職場復帰プログラム ～メンタル不調者の職場復帰の手順や注意事項、EAPの基本アプローチを学ぶ～	10/16 (19時-21時)	10/26 (13時-15時)	10/12 (13時-15時)
15	・傾聴の実践3 ～メンタル不調者を想定した傾聴と統合的カウンセリングの実践～	10/23 (19時-21時)	10/26 (15時-17時)	10/12 (15時-17時)
16	・傾聴の実践4 ～メンタル不調者を想定した傾聴と統合的カウンセリングの実践～	11/13 (19時-21時)	11/30 (10時-12時)	11/9 (10時-12時)
17	・個人の成長が企業の成長に繋がる～メンタルヘルス指導員に求められる資質と基本姿勢 ～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～	11/20 (19時-21時)	11/30 (13時-15時)	11/9 (13時-15時)
18	・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） ～個人の強みを発見し活かしていくことで、人間関係の成長やストレス耐性の強化をねらう手法を体験学習し、全18回のふり振り返りと今後のメンタルヘルス指導員としての可能性を探索し分かち合いを行う～	11/27 (19時-21時)	11/30 (15時-17時)	11/9 (15時-17時)

日本心理カウンセラー養成学院 <全国お問い合わせデスク> 住所：大阪府大阪市西区南堀江1-2-6サムティ南堀江ビル3F
TEL.06-6532-5030 (月～金[土日祝除く] 10:00～19:00) FAX.06-6532-5040 E-mail. ask@jtc-web.jp



日本心理カウンセラー



公式アカウントオープンしました！

いいね！を押して学院の最新情報を受け取ろう♪

登録者だけのお得なキャンペーンあります☆★