

令和6年度 研修講座案内

講座名	教職員メンタルヘルス研修（一般教職員対象）※動画配信 豊かな人間関係を育むためのコミュニケーショントレーニング【総括教諭（主に中堅職員）対象】		
日時	令和6年7月中旬～9月中旬		
対象	<input type="checkbox"/> 幼稚園 <input type="checkbox"/> 小学校 <input type="checkbox"/> 中学校 <input checked="" type="checkbox"/> 高等学校 <input checked="" type="checkbox"/> 中等教育学校 <input checked="" type="checkbox"/> 特別支援学校 <input type="checkbox"/> 他 教科の指定 <input checked="" type="checkbox"/> なし <input type="checkbox"/> あり []		
目的	メンタルヘルス不調の未然防止に必要な知識や対処方法の習得を目的とします。 本講座は、職場内でのコミュニケーションの重要性を踏まえ、相互連携が取れる職場づくりによって、不調予防に寄与することを狙いとします。		
内容	職場の人間関係はサポート資源にもストレス要因にもなるため、互いに配慮したコミュニケーションを意識することで、気持ちよく仕事をする・相互に連携のとれるような職場づくりに繋げることを目指します。 （動画は1回30分程度×概ね5本構成） ①セルフケアの基礎知識 ②コミュニケーションを振り返る ③自分のコミュニケーションパターンを振り返る ④エゴグラムから見るコミュニケーション ⑤職場でできるリラクゼーション ※内容は予告なく一部変更となる場合があります。	定員	なし
申込方法	申込不要	申込締切	申込不要
備考	※追って、動画 URL をお知らせします。	問合せ先	行政部 厚生課 健康福利グループ (045)210-8173