

# 職場のハラスメント防止とメンタルヘルス研修

職場のパワハラ・セクハラは昨今メディアで頻繁に取り上げられており、企業においてはハラスメント防止策への対応が求められています。また仕事や生活に不安、悩みなどのストレスを抱える人は増加しており、それに伴って、休職、離職する人も少なくありません。仕事をする上で、自己の能力を十二分に発揮し、職場などで活躍するためには、雇用する企業側が、人材活性化、適切な労働環境を整備、維持向上させ、生産性を高めるためにも、従業員へのハラスメント防止策とメンタルヘルスケアについて、組織的に取り組まねばなりません。本講座は、「ハラスメント防止」と「メンタルヘルス」について2部構成のカリキュラムで「快適な職場づくり」について一緒に考え、学ぶ場とします。是非受講してください！

■開催日時 令和2年 2月 13日(木) 13時～17時

■場 所 尼崎商工会議所 4階 401会議室

■内 容 (講義・個人ワーク・グループディスカッション)

## 1. ハラスメントの定義

- ①ハラスメントとは
- ②パワーハラスメントとは
- ③セクシュアルハラスメントとは

## 2. ハラスメントの防止策

- ①パワハラと正当な指導の違い
- ②ハラスメントをしないさせないしかけ
- ③ハラスメント防止の取組例

## 3. メンタルヘルスの現状

- ①ストレスの原因と反応
- ②ストレスと上手につき合う
- ③自己成長につながるセルフケア

## 4. 快適な職場づくり

- ①不調者の早期発見・対応、話すことの効果
- ②相談の受け方、聴き方のポイント
- ③人間関係を悪くさせない意見の伝え方



キャリアカウンセラー 安発 早代子 氏

### 講師プロフィール

人間関係づくりトレーナー。金融機関営業部、大手上場企業秘書を経て独立。人材育成に携わり10年、研修と個別キャリアコンサルティングを提供している。実践心理学に基づき、個人・組織を対象に、トレーニングやワークを行い、「個人が人生を変える飛躍の機会を得ること」、「組織が本質的な改善を行う手助けをする」ことに心を注いでおり、研修講師・コンサルタントとして全国で活躍中。

■参加費 会員 10,500円 一般 12,600円 (テキスト・資料代・消費税含む)

■定 員 20名

■申込方法 下記の申込書の項目にご記入の上、FAX：06-6413-1156までお申し込みいただくか、本会議所 HP の所定申込フォーム (<http://www.amacci.or.jp>) よりお申込み下さい。受講料は受付終了後7日以内に FAX 又はメールでお振込先等をご案内致しますので、指定する期日までにお振込願います。

■お問合せ 尼崎商工会議所 産業部 経営支援グループ 砂金(すなご)

TEL：06-6411-2254 FAX：06-6413-1156 <http://www.amacci.or.jp>

## 2月13日開催 職場のハラスメント防止とメンタルヘルス 申込書(FAX送信先:06-6413-1156)

事業所名			
住 所	〒		
申込担当者名			
T E L		F A X	
参加者名①		参加者②	

※本申込書にご記入いただいた個人情報につきましては、セミナー運営に係る連絡の他、尼崎商工会議所事業に係る運営の目的のみに使用いたします。