

「管理職に求められるメンタルヘルス対策」

～社員のメンタルヘルス対策は管理職の再生から～

今、中間管理職（ミドルマネジメント）をとりまく環境は厳しいものがあります。業績の向上、部下の育成、経営方針・理念の伝達と浸透、業務の改善、ルールや決まりの徹底など、果たさなければならない役割は増える一方です。このような状況では、いつメンタル不全（うつ病など）になってもおかしくはありません。しかし、待って下さい。メンタルヘルスの対策で重要なのは、事後的な対処ではなく事前の予防です。組織の活性化を通じて個人の活性化をはかることです。このことができるのは管理職の皆様方です。

本セミナーでは、人事施策として何をしていくことが必要なのか、特に、管理職の位置づけを見直すことを提案いたします。また、後半では具体的なワーク（演習）を体験頂きながら、管理職が行うことが出来るメンタルヘルス対策について解説していきます。現在の組織の課題、特に管理職の問題にご関心のある方は是非ご参加下さい。

日 時	平成20年6月30日（月） 13:30～17:00（13:00受付開始）
会 場	JJK会館（全国情報サービス産業厚生年金基金会館 中央区築地4-1-14 東銀座駅6番出口より徒歩3分）
対 象	人事労務担当部長、人事労務担当者、安全衛生担当者、事業場の管理監督者
受講料	お1人様 5,250円（消費税込み）
講 師	株式会社 日本総合研究所 人事戦略クラスター長 小林 英夫 主任研究員 久保田 智之 株式会社 メンタルグロウ 代表取締役社長 相場 聖

セミナープログラム（主な内容）

1. ミドルマネジメントの何が問題なのか

- (1) 増える仕事と増える非正規社員がマネジメントのあり方を変えた
- (2) 成果主義人事制度がミドルの働き方を変えた
- (3) PC、E-MAILが、部下とのコミュニケーション、育成のありかたを変えた
- (4) 結果としてのプレイングマネージャーが常態することでメンタルヘルス問題に拍車をかけている
- (5) 全員がプレイヤーであるため、教える経験の不足を生み、人材育成のやり方が変わった

2. 管理職からはじめる組織と個人の活性化

- (1) ハードとソフトの両面でメンタルヘルスの問題を捉える必要がある
- (2) 生き生きとした組織を作ることが最大のメンタルヘルスの対策である
- (3) これからの中間管理職の役割を見直す
 - ① 現状調査の方法
 - ② 管理職の制度を見直す
 - ③ 仕事と人員配分を見直す
 - ④ 人材育成のあり方
- (4) 生き生きとした組織作りのために・・・

3. 管理職に求められるメンタルヘルス

- (1) 職場ストレスとは？（人の心と風船の関係）
- (2) 管理職のメンタルヘルスその2大ポイント
 - ① 部下に対してのメンタルヘルスケア
 - ② 管理職自身のメンタルヘルスケア（セルフケア）

4. 管理職自身のメンタルヘルス対策

- (1) 自分を知ることがセルフケアの第一歩
- (2) ストレスコーピング（ストレス対処行動）
 - ① ストレスコーピングの3つの考え方
 - ② リラクゼーション法【実習】
 - ③ ストレス分析【実習】

5. 部下に対するメンタルヘルスマネジメント

- (1) ラインケアにおける3大重要ポイント
- (2) ショートケース【実習/グループディスカッション】

6. 質問・ご相談