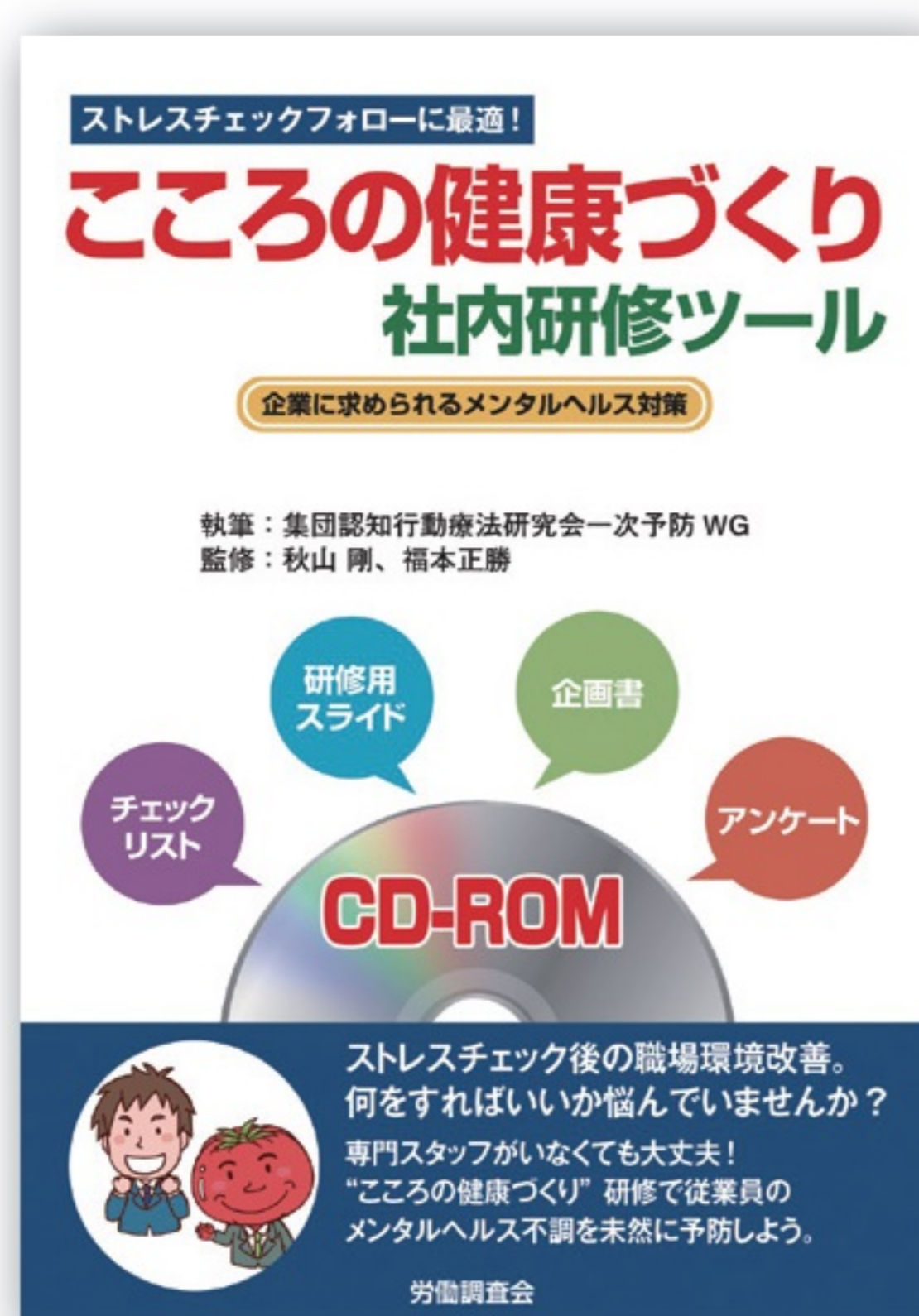


好評発売中!!

ストレスチェックフォローに最適!

こころの健康づくり 社内研修ツール



ストレスチェックの後の職場環境改善。何をすればいいか悩んでいませんか？ ストレスチェックの義務化に伴い、企業には従業員のメンタルヘルス対策が求められています。本書は、従業員のストレスを軽減しイキイキ働くための研修用スライドがセットとなった、専門家不要の研修ツール。社内研修を実施するための企画書やチェックリスト、アンケートなど各種書類テンプレートも収録。

B5判/本文96頁/本体 1500円+税

秋山 剛 (NTT 東日本関東病院 精神神経科・心療内科部長) : 監修
福本正勝 (介護老人保健施設 新橋ばらの園 施設長)

集団認知行動療法研究会一次予防ワーキンググループ : 執筆

目次

I 企業のためのメンタルヘルス・こころの健康づくり

- 1 はじめに
- 2 イキイキ職場づくりの大切さ
- 3 企業の存続と発展
- 4 ストレスチェックの要点
- 5 位置づけ

II 集団認知行動療法

- 1 認知行動療法について
- 2 認知行動療法の歴史
- 3 認知行動療法の予防、心の健康づくりへの応用
- 4 集団認知行動療法研究会

III こころの健康づくり研修会

- 1 本書の特徴
- 2 研修会の適用

- 3 こころの健康づくり研修会「あなたにもできるイキイキ職場作りピンチをチャンスに」の使い方/研修用スライド解説

IV セミナー開催のためのマニュアル

- 1 初めて企画する人でも安心して事業主に提案できる「企画の立て方」
- 2 ポイントが簡潔に伝わる「稟議書の書き方」
- 3 効率が良くモレのない「開催までの段取り」
- 4 上司が部下に参加させたい「セミナーの開催案内」
- 5 スムーズな運営が図れる「当日の進行」
- 6 セミナーの実施効果を左右する「開催後のフォロー」
- 7 今後の活動につながる「実施報告書の発行」

■付属 CD-ROM (パワーポイント・ワード・エクセル使用)

- ・こころの健康づくり研修会「あなたにもできるイキイキ職場づくりピンチをチャンスに」
- ・各種テンプレート
- ①企画書テンプレート ②稟議書テンプレート ③事前準備チェックリスト ④事前アンケート
- ⑤開催案内テンプレート ⑥リマインドメール作成例 ⑦当日チェックリスト ⑧事後アンケート
- ⑨フォローアンケート ⑩実施後チェックリスト

★お近くの書店、または下記フリーFAX、労働調査会ホームページよりお申し込みください

<http://www.chosakai.co.jp/>

申込専用フリーFAX



0120-351-610