

「こころの資本」「脱学習（アンラーン）」に学ぶ！ 若手従業員のメンタルヘルスの支え方（基礎編）

日時 2023年 **3月10日(金)** 14:00～15:00
ウェビナー

若手従業員のメンタルヘルス不調予防対策にこれから取り組みたい企業様へ！

ウィズコロナ時代、若手従業員へのメンタルヘルス不調予防対策を強化することは、生産性の向上や早期離職の予防として重要です。

本セミナーでは、若手職員に関する傾向について各団体が実施したアンケートの結果をご紹介、また経済産業省が健康経営推進に推奨している心理指標※から、「こころの資本」に触れながら、若手従業員のメンタルヘルスを支えるヒントをお伝えします。

※（健康投資管理会計ガイドライン2020経済産業省商務サービスグループヘルスケア産業課）

◆ 予定プログラム（約45分） ※本セミナーの内容は演者の知識と経験に基づいており、必ずしも科学的な根拠に立脚したものでない場合があることをご了承ください。

1.若手従業員の傾向は？

各団体が実施した新入職員や若手従業員の調査の結果をご紹介

- ・新入社員の不安や悩みは？（新入社員の仕事・職業生活をするうえでの不安）
- ・困った若手従業員のタイプと接し方

2.若手従業員のメンタルヘルスをどう支えるか

若手従業員のメンタルヘルスを支えるヒント「こころの資本」について

- ・ホープ（希望） ポジティブな視点
- ・自己効力感（セルフエフィカシー）の話（自信を持つ）
- ・レジリエンス（しなやかにストレスを跳ね返す力）
- ・オプティズム（楽観）

3.マネジメントの在り方を考える

脱学習（アンラーン）という考え方

お申込みはこちら！



<https://forms.gle/BhCcQtRCdDWoDmFp6>

講師：鷲野 直恵

株式会社セーフティネット カウンセラー

企業での就業経験から働くひとのストレスに注目し、産業現場のカウンセラーとして、メンタルヘルス活動を推進
2004年～ セーフティネット勤務



【開催】 Zoom（ウェビナー形式）
【定員】 先着100名
【料金】 **無料**

safetyNET 株式会社セーフティネット

TEL：03-6832-3150

e-mail：info@safetynet.co.jp

URL： <https://www.safetynet.co.jp/>

資格：公認心理師 臨床心理士 産業カウンセラー
所属学会：日本産業精神保健学会、日本心理臨床学会

