

# 管理監督者向けラインケア

## (ステップアップコース 120分～180分)

中央労働災害防止協会 (中災防)  
健康快適推進部 研修支援課

### I. ねらいと特徴

ベーシックコースでの研修内容を踏まえ、より実践的なラインケア能力の向上をめざして具体的な事例の検討や、職場環境改善のグループワーク等を行います。

### II. プログラムの概要

#### (1)【講義】働く人のストレスとメンタルヘルス対策の最近の動向

働く人のストレスの現状、うつ病と自殺防止対策、職場におけるメンタルヘルス対策の取組状況等、メンタルヘルス対策の最近の動向について理解します。

#### (2)【講義】管理監督者の役割(復習と確認)

- ・職場環境等の問題点の把握と改善
- ・「いつもと違う」部下の把握と対応
  - ・部下からの相談への対応
- ・不調の部下の職場復帰への支援

#### (3)【演習】「事例検討」または「職場環境改善の具体的な方法」

・「職場で起こりがちな部下の不調と管理監督者の対応」、「メンタルヘルス不調者を出さない職場にするための具体的な方法」等について、その問題点や改善策をグループで検討します。

\* 事業場の実情と要望により、【演習】部分を「積極的傾聴法」や「人間関係への気づき(交流分析)」など、各種プログラムに変更できます。また、3回目以降の継続研修についてもご相談に応じますので、お気軽にお問い合わせください。