

研修ご担当者向けの

無料ダイジェスト研修(1時間)で、
まずはお試しください！

労働安全衛生法に
基づく

メンタルヘルス企業研修の ご案内

ラインケアコース (管理職向け)

～部下のメンタルヘルス管理能力強化を図る～

メンタルヘルス対策はなぜ必要か？

最近の傾向

部下のメンタルヘルス問題でどこまで介入するか

不調者への対応 (事例検討) etc



セルフケアコース

～自らのストレス状態を把握し対処する～

セルフケアとは？

ストレスの基礎知識

日常のストレスチェック

ストレスへの対処法 (事例検討) etc



Sp エスポートの研修の特色

- ⊗ 社会保険労務士、産業カウンセラーなどの各専門家が講師をつとめます。
- ⊗ 会社に合ったオーダーメイド研修で、パッケージ研修では見られない高い効果が期待できます。
- ⊗ ストレスチェックの分析結果をもとに、より効果的なプログラムを作成して行うことも可能です。
- ⊗ 座学だけでなく事例検討などのワークも導入した参加型研修が中心。退屈せずに参加者自らの高い気づき効果を得られる研修プログラムです。
- ⊗ 同一内容の研修を事業所単位で複数回に分けて行うことも可能です。