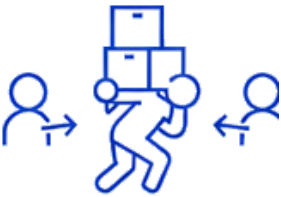


メンタルヘルス・マネジメント研修

元海上自衛官（1等海佐）が登壇

管理職としての実務経験 × 心理支援の専門性 × 組織運営の実績

このような課題はありませんか？ ——



周囲に負担が集中している



職場の人間関係が悪化している



緊張感が張りつめ、安心して働けない



聴くだけで終わらない 実践型プログラム

1



ミニ講義

心の健康と職場のリスクを学ぶ

2



ケース対話

不調のサインと対応を考える

3



個人ワーク

自分と職場の予防行動をつくる



数十名でも、一人ひとりの気づきに焦点

セルフチェック／個人ワークシート／少人数対話／講師の巡回・助言

全員が自分と職場のサインを捉え、具体的な予防行動を持ち帰ります。



対象：数十名程度の管理職



講義＋ケース対話＋個人ワーク（半日／1日）



階層・課題・研修目的に合わせて、事例とワークを設計

CFLだから伝えられる理由



最大550名規模の部隊を率い、隊員の心身に向き合った管理経験



心理支援・メンタルヘルスの専門資格

産業カウンセラー／メンタルヘルス・マネジメント検定Ⅰ種・Ⅱ種



管理職・個人・組織の3層から考える実践知

