

業種・事業内容	研修名
製造・販売業（本社：福岡県中間市 従業員数：199名）	メンタルヘルス研修

研修内容について
<ul style="list-style-type: none"> <li>・職場のメンタルヘルス、ストレスチェック等を初めて研修できてよかった</li> <li>・ストレスとメンタルヘルスの影響とケアが、参考になった</li> <li>・ストレスチェックの集団分析が理解できて良かった。最後の方で話に出たような、お互いに椅子に座って話す（目線を合わせる）ことや、注意した後に、「君に成長してもらいたいから」と一言添えるなどの、メンタルヘルス不調防止の具体的な行動手法をより伺えるとありがたいです。</li> <li>・メンタルヘルスは苦手なところがあり参考になった。また、足りないところを再考する機会にもなる</li> <li>・今回は職場のメンタルヘルスについて学習した。ストレス、メンタルヘルスに関する知識、自己のストレスの認識、正しいストレスケア、「パワハラをしない・させない・許さない」、4つのケアの理解、職場内環境改善の気づき、実行を学んだ</li> <li>・グループワークでは、実際に自職場のストレスチェックの集計結果をもとに、今後の課題を討議することができ良かったです</li> <li>・メンタルヘルス、ストレスチェック、ハラスメントについてわかりやすい内容でした</li> </ul>

講師について
<ul style="list-style-type: none"> <li>・分かりやすくよかった</li> <li>・明るい雰囲気が良い。テクニカルな部分や事例を交えて参考になった</li> <li>・身だしなみや服装も整っており、清潔感を感じられ、非常に良いと感じました</li> <li>・言葉がはっきりして、声も大きくわかりやすかった。また、不明瞭なところは、説明をしてくれるので良かった</li> <li>・丁寧に説明していただきわかりやすかったです</li> <li>・聞き取りやすかった</li> <li>・質問に対しすぐに回答できるのに感心した</li> </ul>