

事前学習のガイド

動画を視聴の上、オンライン講習までの事前学習として、下記①～③にお取り組みください。

① 【4. こころの病気について理解を深めよう】

《こころの情報サイトで発達障害他について学ぶワーク演習25分》

国立研究開発法人国立精神・神経医療研究センター「こころの情報サイト」

<https://kokoro.ncnp.go.jp/disease.php?@uid=MbkmLbVbTEhSpxyE>

を参照しながら発達障害についての知識を得て理解を深めてください。（提出不要）

② 【5. 事例（新入社員に生じたメンタル不調）】

《事例において自身の対応を検討するワーク演習25分》

事例を読み、ご自身ならAさんにどのように対応するか検討してください。

（オンライン当日持参）

③ 【6. ストレスチェック制度】

《ストレスセルフチェックを実施ワーク演習20分》

<https://kokoro.mhlw.go.jp/check/>

上記サイトにてストレスセルフチェックを実施してください。（オンライン当日持参）