習得度評価レポート　　年　　月　　日

**技能講習【働く人のメンタルヘルスとキャリアコンサルティング】**

ふりがな

氏名

住所　〒

問１　「心理的な負担の程度を把握するための検査」(以下、ストレスチェック)に関する

次の記述のうち、最も適切なものはどれか。

１．ストレスチェックに使われる調査票には、仕事のストレス要因、心身のストレス反応

　　の2つの領域に関するものが含まれている必要がある。

２．ストレスチェック制度の目的は、メンタルヘルス不調の未然防止（一次予防）が目的

　　である。

３．ストレスチェックの結果は、ストレスチェックを受けた労働者に対して、ストレス

　　チェックを実施した医師等から事業主に渡し情報を共有してから、本人に通知させる。

４．常時 101人以上の労働者を使用する事業場に実施義務がある。

問２ 　キャリアコンサルティングにおけるリファーに関する次の記述のうち、最も適切なものはどれか。

１．リファー先は、精神科医等のキャリアコンサルタント以外の専門家に限定されない。

２．自分が担当するケースについて、より熟達した指導者から助言、指導を受けることを

　　リファーという。

３．複数の専門家がお互いを援助しあい、利用者（援助される側の人間）への新たなサー

　　ビスを構成・提供することをリファーという。

４．リファーには、支援のために自分の専門外の知識が必要な時に、キャリアコンサルタ

　　ント自身がその専門家に相談することも含まれる。

問３メンタルヘルスに関する以下の文章について、講習の内容を踏まえて空欄に入る文言を記述してください。

１．メンタルヘルスの4つのケアは

（　　　）ケア、（　　　　）によるケア、事業場内産業保健スタッフ等によるケア、

事業場外資源によるケア　である。

２．働く人のメンタルヘルス不調の予兆把握のポイントの3つは

　　（　　　）、仕事、行動に関することである。

問４

働く人のメンタルヘルスについて知り、キャリアコンサルティングをすることは、どのようなことに役に立つか。講習の内容を踏まえて記述してください。（160字程度）

|  |
| --- |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |

問５

①メンタルヘルス ②ストレス ③リファー ④職場づくり ⑤キャリアコンサルティング（または、キャリアコンサルタント）上記①～⑤の語句すべてを用いたうえで、今回の講習で学んだことを今後の自身の業務にどのように取り入れ、どのように活かしていくか。ご自身の具体的な支援場面についての内容を含めて記述してください（語句を用いる順番は問いません）。※現在面談業務を行っていない場合は、もしご自身がキャリアコンサルティングによる相談者支援を行うとしたらどのようにするかの仮定として作成してください。（600字程度）

|  |
| --- |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |

修了証メール送付先※ご登録アドレス以外の場合