

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を実施義務がある。

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

1. リファーマーは、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マーという。
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マーという。
4. リファーマーには、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。

