

2026年6月



健康を心理学的にサポートできる心の専門家に。

働く人の心の健康・時代のニーズに応える講座！

メンタルヘルス指導員養成講座



開講講座ご案内



平成26年6月、厚生労働省により労働安全衛生法の一部改正がおこなわれ平成27年12月より従業員50人以上の企業にストレスチェック実施が義務化となるなど、メンタルヘルス対策の需要が急激に高まってきています。

「メンタルヘルス対策の仕方が分からない…」 **「メンタル不調の部下の辞職が後を絶たない…」** など企業や法人は悩みを抱えています。そんな声に応えるべく、自身のストレスに気づいたり（セルフケア）、メンタル不調の方へのかかわり方（ラインケア）を適切に行うことができる**“メンタルヘルス指導員”**を養成する講座が毎年大好評開催中です！

▶▶対象者

企業や法人の中で心理カウンセリングを仕事にしていきたい方・人材マネジメントに興味のある方
経営者及び従業員のメンタルヘルス担当者、働く方への心理的援助を学びたい方

▷▷本講座の特徴

- ・企業が今求めているメンタルヘルスの知識を習得！
- ・メンタルヘルス指導員の資格取得で心身の健康を心理学的にサポート出来る！
- ・よくあるメンタル不調者への傾聴のポイントや認知行動療法等具体的な実践を学ぶことが出来る！
- ・仕事をしていく上でありがちなストレスや悩みに学びを直結させることが出来る！

回数

全18回 [2コマずつ 計9日程 (4時間×9)]

日時

オンライン [Zoom] : 金曜日 13~17時

金額

119,230円 (税・送料込(430円)) 申し込み〆切 : 5月25日

場所

オンライン授業



【認定資格】
取得講座
です！

参加者氏名	ご住所
フリガナ	(〒 -)
TEL :	E-MAIL :
オンライン授業のみ	
【お申込み】FAX : 06-6532-5040 ※FAXをお持ちでない方は、お近くのコンビニエンスストアをご利用ください	
【お申込方法】 上記に必要事項を明記の上、FAXでお申込み後、下記にお振込みください。(WEBサイトフォームからでも可能です) 令和8年5月25日(月)までにお手続きをお願いします。	
【お振込先】 三菱UFJ銀行 心斎橋支店 普通0144345 株式会社日本総合カウンセリング	
※お申込みと入金当方が確認できた時点で申込が完了します。セミナーはやむを得ない事情により開催を延期する場合がございます。その場合は、ご連絡後、全額返金させていただきます。また開講決定前であれば事務手数料(※1万円(税別)以下のセミナーに関しては2,200円、それ以外のセミナーに関しては5,500円)を差し引いて返金可能です。開講決定後は返金いたしかねます。その他の条件は当学院の規約に準じます。	



▶▶▶カリキュラムの詳細については裏面をご覧ください▶▶▶

◆◇ご不明点などお気軽にご相談下さい◆◇


日本心理カウンセラー養成学院


TEL : 06-6532-5030 (月~金曜 午前10~午後18時) 全国お問い合わせデスク

メンタルヘルス指導員養成講座 カリキュラム 全18回		日時
	カリキュラム内容	
1	・メンタルヘルスクエアとは何か ・企業のメンタルヘルスにおける社会的責任・法令順守とリスクマネジメント 従業員のストレスの現状や自殺者増加などの社会問題と、企業として知っておくべきリスクの可能性やその対処を学ぶ	6/5 ① (13時-15時)
2	・企業における心の健康問題の現状と労災認定について【社労士担当】 従業員の働き方における、労災認定で問題となる事例を学ぶ	② (15時-17時)
3	・メンタルヘルス対策の指針とメンタルヘルス指導員の社会における役割について 国のメンタルヘルス対策の指針と企業の整えるべきメンタルヘルス体制、心身の健康管理を指導する健康教育の重要性を学ぶ	6/26 ③ (13時-15時)
4	・ストレス関連疾患とメンタル不調による精神疾患について ストレスによりかかりやすい疾患とその兆候。最近の若者の傾向を含め、メンタル不調による精神疾患を学ぶ	④ (15時-17時)
5	・健常な状態とは。メンタル不調者への速やかな気づきとその対処 メンタル不調のわかりやすいサインとその後の速やかな具体的対処法を学ぶ。また、マインドフルネスの概要を学び、実際に体験する	7/3 ⑤ (13時-15時)
6	・メンタル不調者が安心して相談できる関係づくり（来談者中心療法）	⑥ (15時-17時)
7	・信頼関係を結ぶための基本的な傾聴	7/24 ⑦ (13時-15時)
8	・傾聴の実践1 メンタル不調者に対して最初に行う対処。目に見えない信頼関係の作り方を学ぶ	⑧ (15時-17時)
9	・傾聴の実践2 メンタル不調者を想定した傾聴と情報提供の実践	9/4 ⑨ (13時-15時)
10	・メンタル不調者の現状を客観的に理解し問題解決の準備を図る (認知行動療法の手法を取り入れたアセスメントシート作成) メンタル不調になる具体的な場面で内面では何が起きているか、わかりやすいシートにし、客観的に自己理解をする	⑩ (15時-17時)
11	・メンタル不調者の悪循環に陥るネガティブな考え方の癖にアプローチする (認知行動療法の手法を取り入れた認知再構成法シートの作成)	9/25 ⑪ (13時-15時)
12	・メンタル不調者の悩みに対する具体的解決、行動を計画する (認知行動療法の手法を取り入れた問題解決法シートの作成)	⑫ (15時-17時)
13	・メンタル不調者のQOL（クオリティーオブライフ）をあげる (行動アクティベーションの手法を取り入れた健康行動の指導について)	10/2 ⑬ (13時-15時)
14	・メンタル不調者の職場復帰プログラム メンタル不調者の職場復帰の手順や注意事項、EAPの基本アプローチを学ぶ	⑭ (15時-17時)
15	・個人の成長が企業の成長に繋がる～メンタルヘルス指導員に求められる資質と基本姿勢 ここまでの学びを具体的に職場の業務の中でどう活かしたらよいかを学ぶ WHO（世界保健機構）の健康に関する考え方を取り入れ、風通しのよい組織づくりを学ぶ	10/23 ⑮ (13時-15時)
16	・傾聴の実践3 メンタル不調者を想定した傾聴と統合的カウンセリングの実践	⑯ (15時-17時)
17	・傾聴の実践4 メンタル不調者を想定した傾聴と統合的カウンセリングの実践	11/6 ⑰ (13時-15時)
18	・メンタルヘルス指導員としてのこれからの考える（エンカウンター） 個人の強みを発見し活かしていくことで、人間的側面の成長やストレス耐性の強化をねらう手法を体験学習し 全18回のふり振り返りと今後のメンタルヘルス指導員としての可能性を探求し分かち合いを行う	⑱ (15時-17時)

日本心理カウンセラー養成学院 <全国お問い合わせデスク>

TEL.06-6532-5030 (月～金[祝除<]) 10:00～18:00) FAX.06-6532-5040 E-mail. ask@jtc-web.jp

SNSにて情報発信中!!  facebook

ぜひご登録ください 



 YouTube



 Instagram

