

ワークを通して体感できる! ストレスを軽減する1日5分の簡単なセルフケア



# パワハラ・逆パワハラの芽を摘む効果的な実践スキル

法的手段に出る、親を呼ぶ、録音してると言われても自信を持って言える・指導できる

## このセミナーで学べること

- パワハラにならない指導の仕方・言い方がわかる
- 逆パワハラへの対応に自信が持てる
- 自分自身のメンタルケアの仕方わかる
- 部下・学生への日々の関わり方が見直せる
- 上司とのよい関係づくりの仕方わかる

藤山宣公氏 メディカルクロック 代表

米カリフォルニア州にて、フィギュアスケート米代表のオリンピック銅メダリストのメンタルコーチングに従事。帰国後、大手医療コンサルタント会社を経てメディカルクロックを設立。現在、医療従事者、教職員、企業などへのクロックコーチングや全国各地でメンタルコントロールとストレスケアのコーチングの研修を行っている。

福岡	18年12月9日(日)	日総研 研修室(第7岡部ビル)
東京	19年2月10日(日)	日総研 研修室(廣瀬お茶の水ビル)
岡山	19年2月23日(土)	福武ジョリービル

[講義時間] いずれも10:00~16:00

参加料 税込 一般 19,000円 会員 16,000円  
 ※会員は日総研専門誌(定期刊行物)の年ぎめ購読者です。  
 ※昼食代は含まれません。昼食は各自でお持ちください。  
 ※ご参加いただくには事前のお申し込みが必要です。※最少催行人数15人。

## 日々の関わりから見直し、信頼関係の再構築で離職率を確実に下げる

### プログラム

1. パワハラ・逆パワハラ予防の基本
  - 1) 環境因子とパーソナリティ 2) ルールを決める
  - 3) 教育をする 4) 窓口を作る
2. パワハラ・逆パワハラでよくある例と対処法
  - 1) 暴言爆発あっさりタイプ 2) ネチネチとダメージを与えるタイプ
  - 3) 私的なことを干渉タイプ 4) 無視・仲間はずれをするいじめタイプ
  - 5) サイコパス的人格タイプ
3. パワハラ・逆パワハラに対応するセルフケア【ワーク】
  - 1) セルフトークの習慣化
  - 2) ストレスとマイナス思考を分け解決能力を高める
  - 3) クロック・コーチングでストレスを3分の1に軽減する
4. 【基本編】部下との関係を正常化するコーチング【ワーク】
  - 1) ネガティブな性格のクセを改善!
  - 2) 自己批判≠自己改善という認識を持つ
  - 3) 達成できる課題に重点を置く
5. 【実践編】部下との関係を正常化するコーチング【ワーク】
  - 1) 本人の意向と組織ベクトルのバランスを保つ
  - 2) 生産性の向上する状態を作り出す
  - 3) 人付き合いを含めた社会的スキルの高め方
6. 上司をどうやってコーチングするのか?
  - 1) 認知的不協和の解消 2) 単純接触効果を増やす 3) 分担意識の活用

日総研 14717

検索

ホームページ 毎週更新 現場から生まれた専門性を磨く研修と教材

日総研

検索

院内研修・OJT・基礎教育の実践誌

## 看護人材育成

教育担当の業務と役割支援

会員制 隔月刊誌

A4判 136頁  
入会金 3,000円  
年間購読料 22,216円  
(共に税込)

6-7月号  
特集

- 看護補助者の教育・研修 最前線
- 卒後2~4年目の実践スキル・役割意識・モチベーションUP

看護人材育成

検索

▶詳細はホームページで [www.nissoken.com](http://www.nissoken.com)

●お申し込み受付後、通常1週間以内に参加証をお送りしています。参加証が届かない場合にはお問い合わせください。

<b>FAX申込書</b>		▼受取確認者氏名を必ずフルネームでお書きください		送付住所	TEL( )	—	施設宛 請求書 必要 ・ 不要
パワハラ・逆パワハラの芽を摘む効果的な実践スキル [14717]		ふりがな		〒	—		
↓参加地区に✓印を		氏名 (受取 確認者)		▼日総研の会員制・専門雑誌をご購読の方はお客様コードをご記入ください			送付先 自宅 ・ 勤務先
[1] <input type="checkbox"/> 福岡 12/9		生年月日	西暦 19 年 月 日	お客様コード	役職・部署	勤務先名	
[2] <input type="checkbox"/> 東京 19年2/10		ご連絡をお送りします。メールアドレス					
[3] <input type="checkbox"/> 岡山 19年2/23							

FAX ☎0120-052690 電話 ☎0120-054977

★会員とは日総研専門誌(定期刊行物)の年ぎめ購読者です。

日総研会員はセミナー3,000円引き!

主催 日総研 日総研出版 〒451-0051 名古屋市西区則武新町3-7-15 日総研ビル

※日総研ではご提供いただいた個人情報は目的に従い適切に利用しております。詳細は[www.nissoken.com/privacy](http://www.nissoken.com/privacy)