

岡山EAPカウンセリンググループ 10周年記念 メンタルヘルス講演会を開催しました

去る2月13日にメンタルヘルス講演会を開催いたしました。

遠方の方を含めて50名の参加をいただき、おかげさまで盛会のうちに終わることができました。

講師には鳥取大学大学院医学系研究科臨床心理学専攻 竹田伸也先生をお招きし、「行動分析を用いた部下のマネジメントのコツ」と題してご講演いただきました。



ご講演をいただいた竹田伸也先生



熱心に聴いておられる各企業の人事担当者や管理職の方々

いきいきと働くことが社会的なテーマとなっている中で、近年弊社にも管理職からの相談が増えているため、今回は管理職を対象に、「行動分析を用いた部下のマネジメントのコツ」と題して、部下をやる気にさせる上司の関わり方についてお話しいただきました。竹田先生は認知行動療法がご専門であり、弊社ホームページのユガミン（認知の歪みキャラ）の生みの親でもあります。ご講演の中で、部下に望ましい行動をとってもらうには、まずは「何をすべきか」が具体的に理解できるように伝えなければならない、というご指摘は、基本的でありながら意外と見落とされがちで、逆に現状は部下個人を責めていることが多いのではないかと、ということに気付かされました。また、「ほめ方」の例として、直接ほめるだけでなく「困難な状況をしのいできた、その人なりの対処法を質問する」というやり方（コーピング・クエスチョン）は、部下自身の力を引きだし、やる気を持たせるよいやり方であると思いました。

さまざまな業種の方（製造・医療・福祉・IT等）がご参加くださいましたが、具体例がわかりやすかったこともあり、講演後のアンケートでも「よく理解できた」とのお声をいただきました。ありがとうございました。今後も、企業のご要望に応じた研修会・講演会等を企画していきたいと考えております。今回はご参加いただけなかった方も、次回はぜひご参加ください。



あいさつをする林英樹理事長

竹田先生考案の認知の歪みキャラ
(ユガミン) たち



パンカー



ラペラー



ジープン