

オンデマンド配信

対象：学校・教育関係者様、企業人事ご担当者様

# メンタルヘルスケア サポートセミナー

無料でご視聴  
いただけます

メンタルぷらす協会では例年、子どもの理解やメンタルヘルスに関するセミナーを開催しており、2021年夏には、安心安全にセミナーにご参加いただけるようオンラインでの配信をいたしました。今回、その中から一部のテーマを【オンデマンド配信】として時間や場所を選ばずご視聴いただけます。ぜひお申込みください。

配信期間 2022年 **3月25日** (金) ~ **4月8日** (金)

申込締切：2022年3月23日 (水)

方法 Zoomによるオンライン視聴

テーマ

- リモートワークでのモチベーション維持
- マスク越しコミュニケーションの極意
- 表現力の乏しい相手とのコミュニケーションのコツ
- 自傷行為と向き合う

テーマの詳細は裏面をご覧ください

<後援>

東京都、埼玉県、さいたま市、神奈川県、愛知県、名古屋市、豊橋市、岐阜県、岐阜市、三重県、浜松市、大阪府、大阪市、広島県、広島市、沖縄県 (すべて教育委員会)

主催：NPO 法人メンタルぷらす協会 Reforest  
協賛：株式会社エスケイケイ

各30分 麗のジェットストリームアタック講演 こんな時代ならではのテーマを短い時間で分かりやすくお届けします

第一劇

## リモートワークでの モチベーション維持

スピーカー：麗 聡一郎

NPO 法人メンタルぷらす協会 Reforest 理事長  
株式会社エスケイケイ代表

リモートワークや授業で、通勤通学時間や無用な人付き合いが無くなり、ストレスが軽減した人が増えた一方で、「なんとなく」不安を感じ、ストレスが増してしまった人やうつ状態に陥ってしまった人もいます。その原因は、緊急事態宣言？運動不足？孤立感？などと取りざたされています。しかし、行動学的には、「テンション・バランスの崩れ」が原因となっているようです。テンション・バランスを保つことで、コロナ禍に限ることなく、モチベーションを高め、活き活きと生活する方法をお伝えします。

※リモートワークでのコミュニケーションもさることながら、直接交流も大切です。直接交流のマスク越しコミュニケーションは、第二劇で。

第二劇

## マスク越しコミュニケーション の極意

スピーカー：麗 聡一郎

NPO 法人メンタルぷらす協会 Reforest 理事長  
株式会社エスケイケイ代表

コロナ禍でのニュータイプ生活様式で、多くの変化がみられました。その一つが、マスクです。ワクチン接種で、マスク無しの生活に戻ることができるか否かは定かではありませんが、マスク越しの会話は、こちらの意図が伝わったのか？相手が反応しているのか？も定かではありません。そのカギは、「自己開示」にあります。受信力を磨き受容力を高めるために、FBIの行動分析に基づき、マスク越しのコミュニケーション力アップのノウハウをお伝えします。

※マスク越しのコミュニケーションもさることながら、マスクを外した時のコミュニケーションも大切です。考えや感情が読み取りにくい相手との交流は、第三劇で。

第三劇

## 表現力の乏しい相手との コミュニケーションのコツ

スピーカー：麗 聡一郎

NPO 法人メンタルぷらす協会 Reforest 理事長  
株式会社エスケイケイ代表

近年、「何を考えているかわからない」、「主張しない」、「表情に出ない」といった新入社員や子どもたちへの対応について困っているとの質問を多く受けるようになりました。何も考えていない訳ではないのですが、そういった傾向が強まってきているのは確かです。しかし、私たちは他者の考えや気持ちをしっかりと把握できているのでしょうか？「言っている事=考えている事」、「表情=感情」とは限りません。内向的な人の特徴を踏まえて、交流の仕方を考えます。

20分

## 自傷行為と向き合う

スピーカー：川口 美穂

株式会社エスケイケイ  
ヒューマンリソースアドバイザー

自傷行為には、手首を切るリストカット、体を壁にぶつける、髪の毛を抜く、皮膚をかきむしるなどの行動が含まれます。中でも、放っておくと命を落としかねないリストカットをピックアップします。何度も繰り返しやすいことから、周囲の関心を引きたいがための行為というイメージが先行しがちですが、誤解や偏見が生じないようにリストカットの概念に始まり、リスクセザるを得ない心理や周囲の対応の基本をお伝えします。

40分

SKK主催

## SERAPLUS<sup>※</sup>

スピーカー：杉野 純一

株式会社エスケイケイ  
ヒューマンリソースアドバイザー

最近ではコロナ対策でオンライン授業が普及し、登校できたとしてもほとんど一日中マスクをした状態でのコミュニケーションになりました。そんな中で、対人面で配慮を必要とする生徒を見極めることが難しくなっているかと思えます。SERAPLUS(せらぷらす)では3つの視点から生徒の内面を把握し、孤立や不登校、対人トラブル、いじめなどの早期発見・予防のサポートを実現します。結果表の内容をご紹介するとともに、事例を取り上げながら、SERAPLUSを活用した生徒へのアプローチ方法をお話します。

※SERAPLUS(せらぷらす)は協賛の株式会社エスケイケイが開発・提供している、生徒向けの適性検査です。

お申込み方法や視聴方法の詳細は内面をご覧ください

テーマごとのお申込みとなります。  
お申込みいただいたテーマは、期間中繰り返し視聴可能です。



NPO法人メンタルぷらす協会 Reforest の活動については公式HPで紹介しています  
<http://www.skk-jp.com/npo/>  
※左記QRコードより公式HPへアクセスできます

【お問合せ・返送先】  
NPO法人メンタルぷらす協会 Reforest 事務局  
〒460-0003 愛知県名古屋市中区錦 1-4-25 伏見 IT ビル 7F  
☎052-202-5062 (平日 9:00 ~ 17:00)

# お申込みの流れ

申込締切  
2022年3月23日(水)

# ご視聴の流れ



1 「メンタルぶらす協会」で検索、または <http://www.skj-jp.com/np/> にアクセスしてください。

2 「セミナー e t c .」 ボタンをクリックしてください。



3 視聴したいテーマの申込ボタンをクリックしてください。



4 必要事項を入力して、送信してください。  
◆申込み完了後は、すべてメールのご案内となります。  
迷惑メール防止の設定をしている場合は<@skj-jp.com>を受信できるようにドメイン指定解除を行ってください。メールが届かない場合は、迷惑メールのフォルダに受信されていないか確認をお願いします。  
◆お申込み時には「代表者」と「参加者」の両方に氏名を入力してください。参加者氏名を複数入力してしまうと、それぞれに【参加ID】が付与され、代表者のメールアドレスにまとめて送信されます。各参加者への転送が必要となりますのでご注意ください。

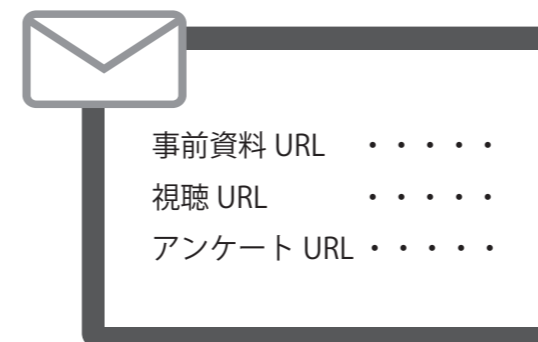
5 入力していただいたアドレスに【申込み内容確認】メールと【参加ID】メールを送信いたします。お申込み内容をご確認ください。

- ◆視聴用のID、パスワードは配信開始の約1週間前にメールで送付いたします。
- ◆【参加ID】メールには視聴の流れを記載しています。参加者の方は必ずご一読ください。



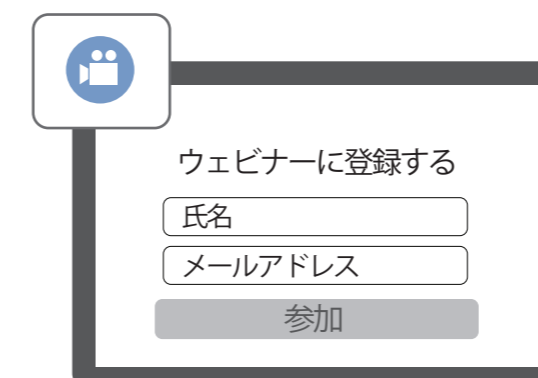
1 公式 HP より希望のテーマをお申込みください。詳しくは左記「お申込みの流れ」をご覧ください。

2 Zoom アプリを事前にダウンロードしていただくとスムーズに視聴できます。



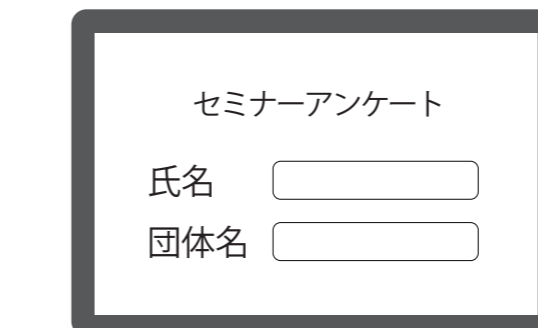
3 配信開始の約1週間前になりましたらお申込みのアドレスへ視聴のご案内メールをお送りします。

- ◆ご案内メールには「事前資料 URL」「視聴 URL」「アンケート URL」を記載しています。



4 配信期間中に「視聴 URL」をクリックすると各テーマの動画をご覧いただけます。

- ◆「視聴 URL」をクリックした際、登録が必要となります。画面の指示に従い、氏名やメールアドレス等の入力をお願いします。
- ◆無断での画面録画やスクリーンショット撮影はご遠慮ください。



5 視聴後は、ぜひアンケートにご協力ください。

- ◆「アンケート URL」をクリックして回答していただくとテーマに関する資料をダウンロードできます。



お申込みページは左のQRコードからもアクセスいただけます

- 視聴には事前のお申込みが必要です。
- 配信期間、テーマはやむを得ず、変更させていただく場合がございます。
- 視聴にともなう通信費は参加者負担となりますのでご了承ください。
- お申込み内容の変更やキャンセルをされる場合には、お手数ですが事務局までご連絡ください。
- 申込締切以降、追加で他テーマのお申込みをご希望される方は、事務局までご相談ください。