

# well-being実践講座～well-beingが社員と組織のパフォーマンスを左右する～【オンラインライブ】 (4120343)

★大好評ポジティブ・メンタルヘルス推進リーダー養成講座が オンライン1日版にリニューアル！

★ポジティブ・メンタルヘルス推進リーダー 第8期の募集です

ポジティブ・メンタルヘルスによりIT子会社の組織力が向上し2桁の休職者が0になった支援実績を持つ講師から、その事例を紐解きながら『自社・自チームですぐにでも展開できる』ノウハウをお伝えします。

開催日時	2020年10月13日(火) 10:00-17:00ライブ配信
カテゴリー	共通業務(契約管理、BCP、コンプライアンス、人的資産管理、人材育成、資産管理)・セキュリティ・システム監査 業務遂行スキル <b>ヒューマンスキル</b>
講師	木村玲美 氏 (浜松総務部有限会社 代表取締役 NPO法人しなやかワーク 代表/ABD協会認定ファシリテータ) リクルート等を経て現職に。ITコーディネータ、産業カウンセラー、メンタルヘルス・マネジメント1種。国土交通省MOTAS刷新可能性検討委員会、経済産業省IT経営教科書策定委員などを歴任する。IT企業の組織開発、人材育成を得意とする。また日経グループでITコーディネータ養成講師、中央災害防止協会東京安全衛生教育センター講師を務める。東京大学職場のメンタルヘルス専門家プログラム修了、日本産業衛生学会会員、ポジティブ・メンタルヘルスによりIT子会社の組織力が向上し2桁の休職者が0になった支援実績を持つ。  『JUASひとと組織のwell-beingプロジェクト』、『ABD読書会アクティブ・ブック・ダイアログ』、ABD協会認定ファシリテータ。
参加費	JUAS会員/ITC: 33,800円 一般: 43,000円 (1名様あたり 消費税込み、テキスト込み) 【受講権利枚数1枚】
会場	オンライン配信(指定会場はありません)
対象	経営層、人事総務部門、教育部門、情報システム部門、部門長、職場のリーダー、チームを活性化したい方、well-being、ポジティブメンタルヘルスに興味のある方 *メンタルヘルス、デザイン思考など事前に特別な知識は必要ありません。 *コンサルタント、講師業等外部支援者の方は今回対象外です。 <b>初級</b>
開催形式	オンライン ライブ配信
定員	15名
取得ポイント	※ITC実践力ポイント対象のセミナーです。(2時間1ポイント)
特記	お申込み後マイページより受講票をダウンロードして内容をご確認ください。
ITCA認定時間	6

## 主な内容

オンラインライブセミナーについて、本ページ下部にご案内いたします。お申込の前に、必ずご確認ください。

※本講座は、Zoomを使って、講師とともにワークショップ形式で進めます。

ストレスチェックがスタートし、これまで以上に企業や現場でメンタルヘルス対策が求められています。一方で近年、メンタル不調者を減らすアプローチではなく、組織開発や人材開発を活用した、ポジティブ・メンタルヘルスが注目されています。ポジティブ・メンタルヘルスは、『社員や組織のパフォーマンス向上』にも大きな成果をあげています。

ポジティブ・メンタルヘルスによりIT子会社の組織力が向上し2桁の休職者が0になった支援実績を持つ講師から、その事例を紐解きながら『自社・自チームですぐにでも展開できる』ノウハウをお伝えします。

ポジティブ・メンタルヘルスは、社員と組織のwell-beingを実現するものです。well-beingとは、あるべきいい状態、長期的な幸福を意味します。

#### <受講者の声>

- ・システム開発に携わる他社の話には共感するところが多かった。
- ・何となく感じていたことが整理出来たり、新しい知識をいただいた。
- ・ポジティブ・メンタルヘルスを組織開発と絡めて実施するということに共感を覚えた。

組織開発のために活用したい。

・職場改善部門の所属ではなく、一社員として参加したが、AIのワーク、幸福学のワークともに、ぜひ弊社で少人数から実施したいと思った。

- ・自分がポジティブになれるスモールスタートができるネタがいっぱいあった。
- ・問題解決型のアプローチややりがい重視の発想に限界を感じていたため、

今後チーム内へフィードバックしていきたい。

- ・理論等の座学に偏らない、実践された事例の照会を交えながら、

進めてくださり理解しやすかった。

- ・チェック、管理ではなく、仕事の仕方、チームビルディングからのアプローチが良かった。
- ・組織のパフォーマンスを高めるための考え方が参考になった。

難しい内容ではないので、すぐにできることから実践して生産性向上に努めたい！

#### <内容>

社員が幸福だと、生産性は30%、創造性は300%高くなるという研究結果があります。

組織のパフォーマンスも高まり、メンタル不調者は激減します。well-beingには幸福という意味もあります。

ポジティブ・メンタルヘルスは、組織開発手法、その他人材育成手法等を用い、社員と組織のwell-beingを実現するものです。本講座ではデザイン思考等のイノベーション手法、強みや価値に注目するAI（アプリシエイティブ・インクワイアリ）、幸福学、ゲーミフィケーション等の知見を現場で即使える形にして紹介します。

「考え方や事例を知る」

⇒「手法・ツールを体験する」

⇒「自社・自チームへの展開を考える」という3ステップで進めます。

\*使用した教材は各社、各現場で使っていただけるようデジタル配布します。

具体的な使い方の相談などのフォローアップも用意しています。

#### <ステップ1：考え方や事例を知る>

- ・well-beingが社員と組織のパフォーマンスを左右する
- ・well-beingを実現するポジティブ・メンタルヘルスの基本
- ・組織力が向上しかつ休職者が0になった取り組み事例（講師支援事例）
- ・事例でも活用した手法・ツールの紹介

#### <ステップ2：手法・ツールを体験する>

- ・HappyFutureTreeを活用したチーム理念構築
- ・デザイン思考を活用した職場デザイン
- ・コラボレーション・パターン・カードを活用したチームづくり
- ・Google社の教材を活用した心理的安全性演習
- ・ゲーミフィケーションを活用した目標達成、習慣づくり
- ・ネガティブ感情と上手に付き合う人間関係づくり など

#### <ステップ3：自社・自チームへの展開を考える>

- ・展開実践のヒント

本講座参加者が中心となって、JUASで「ひとと組織のwell-beingプロジェクト」を推進しています。  
この研究成果を2019年9月5日JUASスクエアクローズアップセッション  
「幸せがパフォーマンスの鍵を握る！組織でwell-beingを考えるってどういうこと？」にて協創型で発信しました。  
<http://juas-event.jp/square/sq2019/speaker/d2/>

プロジェクトの活動の様子は下記Facebookページで公開しています。  
<https://www.facebook.com/juas.wellbeing/>

#### <<JUASオンラインセミナーについて>>

- ・講師は自宅/会社環境からリモートにて配信しております。
- そのため、生活音、雑音が入る可能性があります。予めご了承ください。
- ・データテキスト配布については各案内をご確認ください。
- ・紙媒体のテキスト配布はございません。
- ・ご受講に必要なPC等のハードウェアや通信環境は、ご受講者様ご自身でご用意ください。
- ・動画や画像、音声の撮影、録画、録音は一切禁止とさせていただきます。
- ・キャンセル規定は「JUASセミナーキャンセル規定」と同様になります。

#### <<ライブセミナーご受講に際してのご注意>>

- ・ツールは、ZOOM (<https://zoom.us/>) を利用いたします。
- ・ZOOMミーティングID・PWは、ライブセミナー開催日前に受講票にてご案内いたします。
- ・ブラウザまたは、ZOOMをダウンロード（無料）したPCをご利用ください。

ZOOMの紹介>>><https://zoom.us/>

ZOOMダウンロード>>><https://zoom.us/signup>

- ・ユーザー名は、「お名前（漢字フルネーム）」に設定してください。
- ・セミナー当日は、15分前から受付開始いたします。待機室に入ってお待ちください。事務局にて、お名前を確認させていただきます。
- ・ご参加の方には自己紹介（顔出しを含む）をお願いしております。皆様が不安を感じない環境で開催をするための対応となりますのでご協力ください。
- ・服装はビジネスカジュアルをお願いいたします。
- ・飲食は自由ですが、雑音やマナーにご配慮ください。
- ・講座によって、ご発言していただく場合や各ツール機能を利用する場合がございます。講師の指示にあわせて操作や切り替えをお願いいたします。また、ご参加時の環境にご配慮ください。