

コード	講義名				
T 68	IT技術者のためのメンタルヘルス・マネジメント				
日時	2026 年 11/9 (月) ~ 2026 年 11/10 (火)				
会場	オン	時間	13 : 00	~	17 : 00
時間	8	昼休み			
区分	46	レベル	Lv2	価格（税込）	¥ 40,700
講義の目的・趣旨					
<ul style="list-style-type: none"> メンタルタフネスについて正しい理解をする メンバーの仕事の状況や気持ち、体調を把握することができ、指導・育成につなげることができる 不調者に対して適切な対応ができる 					
カリキュラム					
【1日目】					
◎研修の目的と目標【講義】					
<ul style="list-style-type: none"> メンタルヘルスとは・・・ メンタルヘルスの重要性 					
1. 心理学の基礎【演習】					
2. 心理学の応用【演習】					
3. メンタルヘルスマネジメント【演習】					
【2日目】					
6. 自分を知ろう【講義】【演習】					
7. 職場で起きやすいハラスメント対策【講義】					
8. 職場でのコミュニケーション方法【演習】					
9. 総合演習【演習】					
◎総まとめ【講義／演習】					

【会場】

宮崎：宮崎会場（MSC）

都城：都城会場（都城コアカレッジ）

宮・オンライン：宮崎会場・オンライン

サテライト：サテライト運営（富士通ラーニングメディア）