

メンタルヘルス ラインケア研修

株式会社パソナセーフティネット

<https://www.safetynet.co.jp/service/work/training/>

「実務経験豊富なカウンセラー講師×柔軟なカスタマイズ」による実践型ラインケア研修。多様な研修メニューをご用意！

提供可能エリア(可能エリアが青塗)				サービスの概要・特徴	
北海道	東北	関東	甲信越	当社のカウンセリング実務に従事している心理専門職が講師を務め、実践的な研修を行います。(ご要望に合わせて、研修内容の調整もご相談可能です) *年間約200件実施(2024年度実績) ■特徴 1. 多様な研修メニュー*：メンタルヘルス、ハラスメント、コミュニケーション、傾聴トレーニング、HSEマネジメントコンピテンシー等 2. 「若手社員の定着」や「職場のワーク・エンゲイジメント向上」に向けた心理的安全性をつくる視点での研修実施 3. 対面、オンライン実施(投票機能などを活用した参加型)、研修録画視聴も可 4. 豊富な相談事例を活用したケーススタディやグループディスカッション 5. 研修実施後アンケートをもとに次回研修の提案 6. 研修年間計画作成支援	
北陸	東海	近畿	中国		
四国	九州	沖縄	海外		
提供可能法人規模(◎：実績あり、○：提供可)				導入企業の評価 ■医療・福祉(1,000人以上10,000人未満/事務部人事課) ・管理職自身もメンタルヘルスについて自発的にセルフケアを行う必要性を、あらためて認識するきっかけとなった。 ・自部門でメンタル不調者が発生した際の心構えや対応方法について学ぶことで、人事部門との連携の重要性にも気づきを得た。 ■製造業(50人以上1,000人未満/総務部) ・ストレスチェックの結果を踏まえ、実施部門長に対してラインケア研修を開催。ストレスチェック集団分析の見方や管理監督者が各部署内でのメンタルヘルスに適切に対応できるように、知識やスキルを習得することが出来た。 ・メンタル不調のサインや、ストレスを受ける仕組み、予防策を学ぶことで、問題の早期発見や対応に役立てることが出来た。	
50人未満	1,000人未満	10,000人未満	10,000人以上		
◎	◎	◎	◎		
サービスの目的・期待される効果					
【凡例】◎：実証評価>●：理論的裏付け>○：ユーザー評価					
基盤整備	法制度対応		●		
	制度・施策体系の整理		●		
	人事・産業保健業務の効率化・負担減		●		
	組織状況の把握		—		
取組の普及・浸透	サーベイ受検率向上		—		
	相談窓口の利用率・認知率向上		●		
	プログラムへの参加率・利用率向上		—		
	不調の早期発見・対応		●		
	ヘルスリテラシー・意識向上		●		
	仕事のストレス要因低減		●		
	心理的安全性・上司のサポート力向上		●		
心の健康・業務パフォーマンス	周囲のサポート力向上		●		
	生活習慣の改善		●		
	健康状態・心理指標改善		●		
	アブゼンティーイズム改善		●		
	プレゼンティーイズム改善		●		
	ワーク・エンゲイジメント向上		●		
	従業員エンゲイジメント向上		●		
	労務指標改善(離職率、残業時間等)		●		

メンタルヘルス ラインケア研修

株式会社パソナセーフティネット

<https://www.safetynet.co.jp/service/work/training/>

理論的裏付け

採用している理論の概要

本ラインケア研修は、厚生労働省「労働者の心の健康保持増進のための指針」や「健康日本21」などの制度的基盤を背景とし、職場環境改善と部下支援を通じた不調予防を目的に構成されています。

理論的には、Karasekの職業性ストレスモデルやJohnson & Hallの社会的支援モデルを用いてストレス要因の低減や支援向上を理解し、Edmondsonの心理的安全性概念を踏まえて上司・部下間の信頼関係を強化します。

さらに、HSEマネジメントコンピテンシー（川上ほか）を根拠に、管理監督者が部下の不調を予防できる行動を学びます。ワーク・エンゲイジメントの理論（Schaufeli、BakkerらのJD-Rモデル）やジョブ・クラフティング研究（Wrzesniewski、島津ら）に基づき、働きがいや生産性向上を促進します。

また、認知行動療法（Beck）やリラクゼーション法（Jacobson、Benson）は感情コントロールとストレス低減に活用されます。これらを統合し、プレゼンティーズム改善、離職防止、長時間労働の予防など労務指標の改善にもつながる包括的な研修としています。

実証評価

学術介入の有無

学術研究機関等による科学的な効果検証

学術研究期間等が介在しない独自の効果検証

エビデンスの水準

ランダム化比較試験

非ランダム化比較試験

単純前後比較などの準
実験的研究

コホート研究

横断研究または症例対
照研究

実証評価の結果概要