

第1巻

心理的安全性の高め方

～リーダー向け～

【オフィス編】／【作業着編】 各33分

※一枚のディスクに2編が収録されています。



【オフィス編】



【作業着編】

心理的安全性を高めるために、リーダーはどのようにチームを運営していけば良いのか。リーダーの役割や必要な対策を、メンバー間の相互理解を軸に見ていく教材。(前半は、第2巻の事例・解説との重複があります。)

【主な内容】

心理的安全性とは／対人関係のリスクとなる4つの不安／心理的安全性の高め方(日常的な対応、会議 ほか)

(全2巻)

心理的安全性

イキイキ働くための
コミュニケーション・シリーズ



多様なアイデアや意見を取り入れたビジネスが求められる昨今、挑戦や学習を左右する要因として注目されている「心理的安全性」。日常のコミュニケーションに潜むリスクと対策を事例を用いて解説します。

第2巻

心理的安全な職場をめざして

～メンバー向け～

【オフィス編】／【作業着編】 各30分

※一枚のディスクに2編が収録されています。



【オフィス編】



【作業着編】

チームの心理的安全性を高めるために、チームのメンバーには何ができるか。メンバー間の相互理解の大切さと具体的な対策を紹介。(前半は、第1巻の事例・解説との重複があります。)

【主な内容】

心理的安全性とは／対人関係のリスクとなる4つの不安／心理的安全性を高める5つの方法(挨拶プラスワン、傾聴力 ほか)

【定価(税込・送料込)】 ●動画データ(MP4・WMV 等) 308,000円～

※データの価格の詳細はお問い合わせください。

●DVD 各巻 66,000円／2巻セット 132,000円

字幕選択式／【監修】関屋裕希 [東京大学大学院医学系研究科 心理学博士 臨床心理士 公認心理師]／【企画協力】千國久美子／佐伯 香

メンタルヘルス研修用動画

配信用データのご提供が可能
可能です。別途お見積り
いたします。

【定価(税込・送料込)】●動画データ(MP4・WMV等):308,000円~/●DVD:下記参照

【監修】山本晴義 [医学博士 横浜労災病院 勤務者メンタルヘルスセンター長]

メンタルヘルスケアの一次予防(未然防止)に注目!「リモートワークでの対処法」を各巻に収録

職場のメンタルヘルス対策シリーズ (全3巻)

各巻 55,000円/3巻セット 165,000円

■第1巻【全員向け】

セルフケア 全員編

■第2巻【新人・若手社員向け】

セルフケア 新人・若手社員編

■第3巻【管理職向け】

管理職のためのラインケア



元氣な職場をつくるメンタルヘルス 7 (全2巻)

各巻 44,000円
2巻セット 88,000円

■第1巻

ストレスチェックを活用したセルフケア

■第2巻

部下が休職する前にできること

～ラインケアに活かそう! ストレスチェック制度～



エゴグラムで気づこう!

元氣な職場をつくるメンタルヘルス 3 (全2巻)

各巻 44,000円
2巻セット 88,000円

■第1巻【全員向け】

ストレスと上手につき合う方法

～気づきとセルフコントロール～

■第2巻【管理職向け】

ストレス時代のラインによるケア ～職場風土づくりと管理職～



元氣な職場をつくるメンタルヘルス 6 (全2巻)

各巻 44,000円
2巻セット 88,000円

■第1巻【全員向け】

ストレス・コーピングによるセルフケア

～ストレスに上手に対処する方法～

■第2巻【管理職向け】

部下を心の不調から守るラインケア



元氣な職場をつくるメンタルヘルス 2 (全2巻)

各巻 44,000円
2巻セット 88,000円

■第1巻【全員/管理職向け】

“うつ”を考える

■第2巻【全員/管理職/産業保健スタッフ向け】

知っておきたい! 過重労働対策



元氣な職場をつくるメンタルヘルス 5 (全2巻)

各巻 44,000円
2巻セット 88,000円

■第1巻【全員向け】

自分の健康は自分で守る!

～セルフケアとは何か?～

■第2巻【全員向け】

自分でできるストレス・コントロール

～セルフケアのための10の方法～



元氣な職場をつくるメンタルヘルス (全3巻)

各巻 38,500円
3巻セット 115,500円

■第1巻【管理職向け】

管理職によるメンタルヘルス

—傾聴するコミュニケーション—

■第2巻【全員向け】

ストレス—日決算主義のセルフケア

■第3巻【管理職向け】

こうすればできる! 職場復帰 —受け入れる職場の心得—



元氣な職場をつくるメンタルヘルス 4 (全2巻)

各巻 44,000円
2巻セット 88,000円

■第1巻【全員向け】

心を楽にするセルフケア

～考え方のクセに気づこう～

■第2巻【全員向け】

自分でできるストレス対処法

～4つのケアとソーシャル・サポート～



受けよう、活かそう!

ストレスチェック【新人・中途採用向け】

各巻 44,000円



働く人の被災後の心のケア

～トラウマ・PTSDを知る～ ①被災者編

各巻 49,500円



株式会社 アスパクリエイト

〒112-0002 東京都文京区小石川2-1-2 ユニオン小石川第一ビル9F

TEL: 03(5803)9511/FAX: 03(5803)9530

<https://www.asp-create.com>

info1@asp-create.com

【申込書】 ☐ 購入 ☐ 試写 ☐ 見積り (いずれかに☒ 印してください)

タイトル	価格	数量	貴所名
			部署名
			ご担当
			送付先 〒
			TEL
			FAX
合計			